

KARTA SPORTOWCA

ĆWICZENIA	PRZYSIADY	SKAKANKA	KRZESEŁKO PRZY ŚCIANIE	PAJACYKI	SAMOLOT/ JASKÓŁKA	NOŻYCE	TEMAT PRACY PLASTYCZNEJ
01.06.2020	5 przysiadów	20 skoków	5 sek.	10 skoków	5 sek.	5 sek.	Portret słynnego sportowca
02.06.2020	8 przysiadów	20 skoków	5 sek.	10 skoków	5 sek.	5 sek.	Projekt medalu i pucharu
03.06.2020	11 przysiadów	25 skoków	10 sek.	15 skoków	10 sek.	10 sek.	Praca plastyczna przestrzenna o tematyce sportowej
04.06.2020	14 przysiadów	25 skoków	10 sek.	15 skoków	10 sek.	10 sek.	Wymarzony plac zabaw i rekreacji
05.06.2020	17 przysiadów	30 skoków	15 sek.	20 skoków	10 sek.	15 sek.	Logo lokalnego klubu sportowego
06.06.2020	20 przysiadów	30 skoków	15 sek.	20 skoków	15 sek.	15 sek.	Stadion marzeń
07.06.2020	23 przysiady	35 skoków	20 sek.	25 skoków	15 sek.	20 sek.	Krzyżówka o tematyce sportowej (min. 10 haseł)
08.06.2020	26 przysiadów	35 skoków	20 sek.	25 skoków	15 sek.	20 sek.	Moja ulubiona dyscyplina sportowa
09.06.2020	29 przysiadów	40 skoków	25 sek.	30 skoków	20 sek.	2x 10 sek.	Portret ulubionego sportowca
10.06.2020	32 przysiady	40 skoków	25 sek.	30 skoków	20 sek.	2x 10 sek.	Ja na Olimpiadzie
11.06.2020	35 przysiadów	45 skoków	30 sek.	35 skoków	20 sek.	2x 15 sek.	Sporty zimowe
12.06.2020	38 przysiadów	45 skoków	30 sek.	30 skoków	25 sek.	2x 15 sek.	Logo ulubionego klubu sportowego
13.06.2020	41 przysiadów	50 skoków	35 sek.	35 skoków	25 sek.	2x 20 sek.	Rebus rysunkowy o tematyce sportowej
14.06.2020	44 przysiady	50 skoków	35 sek.	35 skoków	30 sek.	2x 20 sek.	Portret lokalnego sportowca