Активности по предметот Физичко и здравствено образование

IX одд

1. <https://www.youtube.com/watch?v=eMkvZZ1Vaj8> отворете го линкот и погледнете го видеото вежби за загревање на целото тело, кое може да ги применувате во домашни услови.
2. <http://ladybook.mk/mk/post/299/Predlozi-za-utrinska-gimnastika?fbclid=IwAR3IEj5j4m2WzNEibhc3ghNcGwnm0fgqobXy0Nro3uwKRshWPZL2DWEkg7k> предлози за утринска гимнастика.
3. <https://www.youtube.com/watch?v=HlKeSMDp3sU> вежби за затегнување на целото тело.

Наставник – Христијан Здравковски