Centar za odgoj i obrazovanje Čakovec šk.god. 2020/2021.

Predmet: **Tjelesna i zdravstvena kultura**

**Učitelj:** Vedran Vurušić

**Razred:**  OOS 10

**Nadnevak:** 28.9.2020.

**Nastavna tema:** vježbe na strunjači

**Ishodi učenje:** učenik je uz minimalnu asistenciju izveo sve potrebne vježbe

**1.**

**2.**

**3.**

**4.**

**5.**

**6.**

**7.**

**8. Relaksacija- otresi ruke i noge te duboko udahni 10x.**