**Активности по физичко и**

 **здраствено образование**

**ВО ЗДРАВО ТЕЛО- ЗДРАВ ДУХ Навечер легнувате и заспивате**

****

**Наутро се будите**

****

**Почнете со вежби за правилно развивање на телото**

****

**Вежби за обликување на телото со книга. Кликнете на дадениот линк:**

<https://www.youtube.com/watch?v=GKwF0dZRhEE>

По можност вежбите да се прават 3 пати во неделата секое утро.

**Активност:**

* Скокање на јаже ( колку што е можно повеќе скокови со две и со една нога)





 Наставник

Атанасова Станкица