

PHIẾU HƯỚNG DẪN HỌC SINH TỰ HỌC

NỘI DUNG

TUẦN 1: Chủ đề: BÀI THỂ DỤC LIÊN HOÀN LỚP 6

*Hoạt động 1: Các em khởi động các khớp: Cổ; cổ tay, cổ chân; khuỷu tay; xoay hông; lườn; bụng; vặn mình; xoay đầu gối...

*Hoạt động 2: tập từ nhịp 1 đến nhịp 5 của bài Thể dục: các em xem hình và tập theo nhé.

Ôn lại nhiều lần cho thuộc.

Chúc các em vui, khỏe!

GHI CHÚ

Bài Thể Dục Liên Hoàn Lớp 6

