

Jméno a příjmení: .....

Třída: .....

Rádi bychom vás požádali o zodpovězení několika otázek.

1. Můžete uvést název nového, v předchozích lekcích dosud nepoužitého cviku?

.....

2. V závěru lekce jsme použili cvik, který svým názvem odkazuje na známou komiksovou postavu. Jaký je jeho název?

.....

3. Jak se jmenuje dnešní úvodní cvičení na protažení:

- Pozdrav slunci
- Pozdrav měsíci

4. Při cviku, který se nazývá „motýlek“:

- Ležíme na zádech a zvedáme ruce pokrčené v lokti
- Stojíme v korigovaném stoji a předpažujeme ruce pokrčené v lokti
- Jsme v poloze na čtyřech a střídavě roztahujeme a stahujeme kolena

5. Který cvik Vám při cvičení připadá obtížný a neradi jej cvičíte?

.....

6. Máte ke cvičení nějaké dotazy, podněty, poznámky nebo připomínky?

.....

.....

[www.fyzioproškoly.cz](http://www.fyzioproškoly.cz)



[www.facebook.com/fyzioproškoly](https://www.facebook.com/fyzioproškoly)



[www.instagram.com/fyzioproškoly/](https://www.instagram.com/fyzioproškoly/)