

Wychowanie fizyczne – VI dziewczęta i chłopcy – 30.04.2020r.

Temat: Kształtowanie sylwetki poprzez ćwiczenia fizyczne.

Witam Was w kolejnym tygodniu zdalnego nauczania. Będziemy realizować podstawę programową dostosowaną do Waszych możliwości. Wiem, że na pewno brakuje Wam lekcji w-fu i naszych zajęć ruchowych. Pamiętajcie o ruchu i aktywności fizycznej. Ćwiczenia wykonujcie z przyjemnością. Poniżej przesyłam kolejne filmiki:

https://youtu.be/_6UF5ZfpAQA

https://youtu.be/q2q9tQ_LYwo

Pozdrawiam serdecznie i życzę dużo zdrowia i wytrwałości

Po obejrzeniu materiałów proszę o przesłanie informacji – **material oglądałem** – chłopcy na adres email: nowakr.zsstaszekowka@gmail.com a dziewczęta na adres: michalbek@interia.eu za co postawimy plusy.

Opis oceny w dzienniku (chłopcy) za aktywność w kwietniu i podobnie będzie w maju:

O - brak plusów

db 1-2 plusy,

+db 3 plusy

-bdb 4-6 plusów

bdb 7-9 plusów,

+bdb 10-12 plusów,

cel 13 i więcej.

Ważne! Plus można uzyskać za aktywność w dniu w którym macie lekcje wychowania fizycznego potwierdzając ją odpowiedzią na adresy nauczycieli.

W razie jakichkolwiek pytań lub propozycji proszę pisać na ten sam adres.

Pozdrawiam !