

Wychowanie fizyczne – IV klasa – 9.06.2020r.

Temat: Badminton – gra rekreacyjna na świeżym powietrzu

Mamy astronomiczne lato. Jest ciepło co dodatkowo motywuje do przebywania na świeżym powietrzu. Korzystajmy z tej dobroci jak najwięcej. Podejrzewam, że w ruch poszły rowery, piłki, rolki, hulajnogi i inne przybory. W tym tygodniu chcę abyście przypomnieli sobie grę w Badmintona. Przypomnę, że jest to nie tylko gra rekreacyjna ale również dyscyplina sportowa olimpijska. Jest to najszybszy sport na świecie i wspaniała alternatywa do dbałości o zdrowie i samopoczucie. Obok wpływu na sprawność fizyczną ma również duże możliwości dostosowywania do nowych nieoczekiwanych sytuacji, co w codziennym życiu jest niezmiernie istotne.

<https://www.youtube.com/watch?v=HvBrzntlw-8>

Przypomnienie zasad gry

<https://www.youtube.com/watch?v=mrnUP6gKpEc&t=136s>

Proszę namówić kogoś do wspólnej gry, kolegę, siostrę bądź rodzica i do boju. Powodzenia!

Po obejrzeniu materiałów (wierzę, że trochę ćwiczycie) proszę o przesłanie informacji – **material ogłądałem** – za co postawię plusa, a w przypadku dwóch lekcji 2 plusy.

Ocena miesięczna za aktywność uzależniona jest od ilości zdobytych plusów:

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 adres nauczyciela.

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

Pozdrawiam !