

Wychowanie fizyczne – V klasa – 16.04.2020r.

Temat:Uczymy się przewrotów w przód i tył.

Proszę obejrzeć poniższy materiał filmowy. Tak wygląda metodyka , czyli sposób nauczania przewrotów. Podobne ćwiczenia robiliśmy na lekcji. Możecie teraz porównać moje i inne sposoby nauczania tych elementów.

<https://www.youtube.com/watch?v=ij99jPAPvho>

Tyle teorii a teraz proszę obejrzeć poniższy materiał i spróbować powtórzyć kilka ćwiczeń. Niektóre z tych ćwiczeń znacie ale teraz na spokojnie możecie wysłuchać komentarz jak je prawidłowo wykonywać.

[10-minutowy trening całego ciała bez siłowni](#)

<https://www.youtube.com/watch?v=wC9e6dVm09A>

Po obejrzeniu materiałów proszę o przesłanie informacji – **materiał oglądałem** - na mój email: nowakr.zsstaszka@gmail.com za co postawię plusa. Uzyskanie trzech plusów skutkuje uzyskaniem oceny cząstkowej bardzo dobry do dziennika. Plus można uzyskać za te lekcje tylko w tym dniu.

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

Pozdrawiam !