

Temat: Historia piłki nożnej.

Od dzisiaj zaczynamy zdalne nauczanie trochę w innej formie. Chciałbym aby uczniowie oprócz praktyki nabyli trochę teorii sportu. Na początek zaczniemy od najbardziej popularnej dyscypliny w naszym kraju czyli od piłki nożnej. Poniższy film przybliży Wam w jakich krajach i kiedy rozpoczęto uprawiać tą formę rekreacji zwaną dzisiaj dyscypliną sportową. Po zapoznaniu się z historią tej dyscypliny skupimy się na współczesnych przepisach gry. Cykl lekcji poświęconych piłce nożnej zakończymy testem na temat piłki nożnej. Pytania będą proste a odpowiedzi możliwe do wyszukania w internecie. Zasada oceniania będzie następująca. Ocenę bardzo dobry otrzyma uczeń , który bezbłędnie wypełni test i odeśle na mój adres w tym samym dniu. Jeśli zrobi to na drugi dzień otrzyma ocenę – dobry. Jeśli nie odeśle do mnie wypełnionego testu otrzyma wpis do dziennika – O. Po cyklu lekcji poświęconych piłce nożnej zajmiemy się kolejnymi dyscyplinami sportowymi wchodzącymi do programu nauczania. Będzie to: piłka siatkowa, koszykowa, unihokej, badminton, tenis stołowy i ziemny , gimnastyka i lekkoatletyka.

Film składa się z 6 części, na tej lekcji oglądajcie część 1-3, na następnej obejrzyjcie 4-6. Podzieliłem ten film na dwie jednostki lekcyjne z powodu długości filmu.

<https://www.youtube.com/watch?v=fZf-yBKwXA8>

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

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

Tyle teorii. Nie zapominajcie o codziennej kilkuminutowej gimnastyce. Przykłady ćwiczeń dostaliście w poprzednich materiałach i oprócz tego wiele znacie z moich lekcji wychowania fizycznego. Proszę obejrzeć poniższy materiał i poćwiczyć.

[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.zsstaszowska@gmail.com**](mailto:nowakr.zsstaszowska@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 !