

Wychowanie fizyczne – V dziewczęta i chłopcy – 29.05.2020r.

Temat: Piłka ręczna zasady gry.

Dzisiaj proszę oglądnąć poniższe materiały dotyczące przepisów gry w piłkę ręką w wersji uproszczonej. W następnej klasie rozpoczniemy naukę tej gry od najprostszych elementów. Korzystając z okazji, że mamy czas na teorię proszę oglądnąć sobie poniższe materiały i zorientować się ogólnie na czym polega ta dyscyplina sportowa.

Ciekawostki o piłce ręcznej

<https://www.youtube.com/watch?v=pLF47EKgN80>

Proszę oglądnąć urywek meczu prezentujący najwyższy światowy poziom wyszkolenia technicznego i taktycznego.

Wzruszające chwile Polskiej piłki ręcznej

<https://www.youtube.com/watch?v=FAnWo7JqYDM&t=284s>

Czas na praktykę, w dzisiejszym przypadku proszę poćwiczyć w rytm muzyki , nazywa się to Zumba. Powodzenia!

<https://www.youtube.com/watch?v=N1zTPfkM7f8>

Po obejrzeniu materiałów i mam nadzieję poćwiczeniu proszę o przesłanie informacji – **material oglądałem/oglądałam** – chłopcy na adres email: nowakr.zsstaszkowka@gmail.com a dziewczęta na adres: michalbek@interia.eu za co postawimy plusy.

Ocena comiesięczna za aktywność zależy 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 adresy nauczycieli.

W razie jakichkolwiek pytań lub propozycji proszę pisać na w/w adresy.

Pozdrawiam !

