

Wychowanie fizyczne – V dziewczęta i chłopcy – 3.06.2020r.

Temat: Gry i zabawy w koszykówce.

Dzisiaj proponuję po temacie - piłka nożna przejść do kolejnej gry zespołowej a mianowicie do koszykówki. Proszę obejrzeć filmik, który zawiera gry i zabawy wykorzystywane do doskonalenia umiejętności koszykarskich. Proszę te zabawy obejrzeć, zapamiętać gdyż w przyszłości będziemy je wykorzystywać na lekcji a wtedy nie ma za dużo czasu na teoretyczne wyjaśnianie zasad gry.

Gry i zabawy w koszykówce

https://youtu.be/mR9-W_t2H40

Propozycja na dzisiejszą gimnastykę dla dziewcząt i chłopców to poniższy zestaw ćwiczeń. Proszę obejrzeć i spróbować poćwiczyć wspólnie z prowadzącą zajęcia. Powodzenia!

PORANNA GIMNASTYKA [TRENING]

<https://www.youtube.com/watch?v=NOp-2KeuqN8&t=378s>

Po obejrzeniu materiałów i mam nadzieję poćwiczeniu proszę o przesłanie informacji – **materiał oglądałem/oglądałam** – chłopcy na adres email: nowakrzsstaszkowka@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 !