

Wychowanie fizyczne – klasa VI (26.03.2020r.)

Temat: Ćwiczenia ogólnorozwojowe do wykonania w domu.

Proszę obejrzeć filmik, wybrać sobie z niego kilka ćwiczeń i wykonać je w kilku seriach. Ćwiczenia są powszechnie znane i stosowane na moich lekcjach. W kolejnych dniach podeślę podobne filmiki z zestawami innych ćwiczeń. Oprócz filmów będę przysyłał materiały metodyczne (sposoby nauczania techniki i taktyki) z różnych dyscyplin, objętych programem nauczania. Pokazowe lekcje i inne materiały do oglądnięcia. Oglądając, analizując to co się obejrzało również można się wiele nauczyć aby potem samemu próbować wykonać pewne zadania ruchowe. Planuję również zapoznanie uczniów z przepisami gier zespołowych i ankiety dotyczące tych spraw. W razie jakichkolwiek wątpliwości, propozycji i pytań można się ze mną kontaktować poprzez e-maila: robertnowak@onet.pl

Filmik do obejrzenia na dzisiaj i koniecznie do poćwiczenia:

<https://www.youtube.com/watch?v=oBm5En379vc>