

Nauka zdalna WF – 11.05 do 15.05 klasy 5-6

Moi drodzy w tym tygodniu proponuję wam takie lekcje z wychowania fizycznego.

**1-2. Doskonalenie chwytów, podań i kozłowania** – w tych tematach chciałbym przypomnieć wam elementy techniczne z piłki ręcznej. Proszę o obejrzenie filmów szkoleniowych i w miarę swoich możliwości wykonać te ćwiczenia.

**3. Dbajmy o kondycję fizyczną** – w tym temacie bardzo proszę o zapoznanie się z przykładowym zestawem ćwiczeń, które możecie wykonać w domu jako propozycja waszej codziennej aktywności fizycznej.

**4. Moja ulubiona aktywność fizyczna** – ten temat jest zadaniem domowym dla was które będzie oceniane w formie dodatkowego plusa za aktywność. Proszę o przedstawienie mi waszej ulubionej aktywności fizycznej. Technika wykonania tego tematu dowolna np. film, prezentacja, opis, zdjęcia. Bądźcie kreatywni!

Załączniki dla każdego ucznia w dzienniku elektronicznym:

1. Filmy szkoleniowe odnośnie chwytów, podań i kozłowania w piłce ręcznej.
2. Prezentacja „Dbajmy o kondycję fizyczną – zestaw ćwiczeń dla kl. V-VI”.