

Nauka zdalna WF – 08.06 do 10.06 klasy 5-6

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

1. Co lubię? Sport, lubię! – w tym temacie poprzez zestaw ciekawych plansz edukacyjnych oraz kart pracy do wykonania poznacie historię, bohaterów oraz wartości i idee Igrzysk Olimpijskich.

2. Sportowy alfabet ćwiczeń ogólnorozwojowych – w tym temacie przygotowałem wam zestaw ćwiczeń do każdej litery alfabetu. Można te ćwiczenia wykorzystać jako codzienna aktywność fizyczna. Spróbujcie najpierw ćwiczyć do liter swojego Imienia i Nazwiska. Później sami wymyślcie do jakich słów wykonacie poszczególne ćwiczenia.

3. Doskonalenie przekazania pałeczki w biegu sztafetowym – w tym temacie bardzo proszę o przypomnienie sobie techniki przekazania pałeczki sztafetowej. Materiał wideo zawiera: demonstrację i omówienie techniki przekazania pałeczki sztafetowej oraz metodyczne ćwiczenia doskonalące.

Załączniki dla każdego ucznia w dzienniku elektronicznym:

1. Lekcja online: Doskonalenie przekazania pałeczki w biegu sztafetowym.
2. Prezentacja ćwiczeń do każdej litery alfabetu.
3. Zestaw plansz edukacyjnych i kart pracy związanych z Igrzyskami Olimpijskimi.