

Nauka zdalna WF – 15.06 do 19.06 klasy 5-6

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

**1. Doskonalenie startu wysokiego** – w tym temacie bardzo proszę o przypomnienie sobie techniki startu wysokiego w biegach długich. Materiał wideo zawiera: demonstrację i omówienie techniki oraz metodyczne ćwiczenia doskonalące.

**2. Zdrowotne korzyści wynikające z aktywności ruchowej** – w tym temacie przesyłam wam wartościową prezentację odnośnie zdrowotnych korzyści wynikających z aktywności ruchowej. Proszę zapoznać się z nią i wyciągnąć odpowiednie wnioski.

**Dodatkowo, aby zagospodarować wam wolny czas na sportowo przesyłam wam w dzienniku elektronicznym ciekawą grę planszową oczywiście o tematyce aktywności fizycznej.**

Załączniki dla każdego ucznia w dzienniku elektronicznym:

1. Lekcje online: Doskonalenie techniki startu wysokiego.
2. Prezentacja „Zdrowotne korzyści wynikające z aktywności ruchowej”.
3. Gra planszowa.