

Nauka zdalna WF – 15.06 do 19.06 klasy 7-8

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

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

**2. Dbaj o prawidłową postawę ciała** – w tym temacie proszę o zapoznanie się lekcją wideo przedstawiającą ćwiczenia kształtujące nawyk prawidłowej postawy ciała.

**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 niskiego,*  
*Ćwiczenia kształtujące nawyk prawidłowej postawy ciała.*
2. *Gra planszowa.*