

Wychowanie fizyczne kl. VIIab dziewczęta, 30.10.2020 r. –Tadeusz Danaj

Temat: Ćwiczenia koordynacyjne – mini zabawa biegowa.

Dziś, przed kolejną przerwą w nauce, lekcja lekka, łatwa i przyjemna. Poświęćmy ją na wykonanie kilku ćwiczeń kształtujących koordynację ruchową. Lekcję zorganizuj zgodnie z filmem instruktażowym znajdującym się pod linkiem. Wykonaj dokładnie wszystkie ćwiczenia wspólnie z prowadzącym.

<https://ewf.h1.pl/student/?token=oGUN7abUGyngWJGpMuwoQkEV6VxLUEXd7coNWGOZdTHg116MH8>

Po wykonaniu ćwiczeń odpowiedz na zamieszczone pytanie. Na odpowiedź czekam do dnia 30.10. do godz.14⁰⁰.

Uwaga: Swoją obecność na lekcji potwierdzacie wysyłając odpowiedź na pytania bądź polecenia zamieszczone pod instrukcją. Tymczasem bardzo niewiele osób przysłało odpowiedzi na pytania zamieszczone pod lekcją na 26.10. i 27.10. nie wszyscy też napisali, czy biegali w środę. Dlatego bardzo proszę o uzupełnienie zaległości do piątku 30.10. do godz.14⁰⁰. Wszystkim, którzy do tego czasu nie przysła odpowiedzi będę wstawiał nieobecność. Jeśli lekcja prowadzona jest przez e-platformę, to po otwarciu linku oprócz filmu instruktażowego znajdziecie miejsce na wpisanie danych ucznia i wiadomości dla nauczyciela. I tam proszę wpisywać odpowiedzi na pytania i je wysyłać. W innych przypadkach (np. gdy proszę o informację ile czasu biegaliście) piszcie wiadomość na mój mail tdanaj.zostoczek@wp.pl