

Temat zajęć: Kształtowanie poszczególnych cech motorycznych.

W zależności od waszych możliwości w domu, zachowując zasady bezpieczeństwa i higieny w związku z pandemią, przesyłam wam Międzynarodowy test sprawności fizycznej. Możecie sprawdzić swoją sprawność fizyczną wybierając z testu trzy dowolne próby, dokonać pomiaru, a wyniki wysłać do

mnie na mojego maila służbowego który jest na stronie szkoły. Za to możecie otrzymać 3 oceny do dziennika. Proszę o uczciwe potraktowanie tego testu.

Wyniki nie mogą być z kosmosu, bo i tak was sprawdzę.

Jeśli link się nie otworzy wklejcie go do przeglądarki.

Przypominam oczywiście o wcześniejszej rozgrzewce.

<http://testy-sprawnosci-fizycznej.blogspot.com/2012/03/miedzynarodowy-test-sprawnosci.html>