Wychowanie fizyczne klasa 5 Krzesimów (11 maja - 15 maja)

Temat:

Ćwiczenia siatkarskie doskonalące odbicie sposobem górnym

NACOBEZU:

1. Potrafię wykonać rozgrzewkę siatkarską.

2. Wiem, jak prawidłowo układać ręce przy odbiciu sposobem górnym.

3. Umiem wykonywać ćwiczenia w różnych pozycjach wyjściowych (leżenie, siad, pozycja stojąca)

Zadanie:

Ćwiczenia z linku wykonujemy trzy razy w tygodniu.

<https://ewf.h1.pl/student/?token=x8axaqggsvVSxlBuUVYSIB0RJOKT1FgNGQHRuLGO0SHSmXR22D>

Korzystając z okienka „Wiadomość dla nauczyciela” proszę o przesyłanie informacji zwrotnej:

1. Filmik z nagraniem wykonywanych przez siebie ćwiczeń.

2. Opinia na temat prezentowanych zadań.

3. Ocena własna nabytych umiejętności.

Będzie to warunkiem otrzymania oceny z wychowania fizycznego.