

Tydzień obejmuje okres od 4.05. do 8.05.2020
--

Klasa_7a

Przedmiot_wychowanie fizyczne

Nauczyciel realizujący_Piotr Krygier

Treści do realizacji:

Dzień 1

Dzisiaj coś dla oczu, a właściwie dla ich odpoczynku od komputera, tableta czy smartfona.

Przydatny link: https://ewf.h1.pl/student/?token=3rcrJSMcWmTeH2sQ0OzzKZSYvqRR2KpyHGXiJ7Qb8sdIybqeiG

Dzień 2

Ćwiczenia korekcyjne i profilaktyczne dla uczniów ambitnych, gotowych poznać swoje ciało. Ćwiczenia mobilizujące i pobudzające całe ciało: rozciągnięcie mięśni szyi, klatki piersiowej oraz wzmocnienie i mobilizacja mięśni pleców.

Przydatny link: https://ewf.h1.pl/student/?token=27np6ytYz5QU87boIPc4tAPs5CIKeF9NZ76NqWI1DLDWOSBhmj

Inne materiały, linki i strony web przydatne do pracy ucznia:

Np. www.youtube.pl
--

Sposób sprawdzenia wykonania zadań przez nauczyciela
--

<i>Weryfikacja poprzez przesłane zdjęcia lub filmiki.</i>

Konsultacje dla uczniów

Określić (np. przez e-dziennik, e-mail, telefon....) e-dziennik codziennie w godzinach 10-12
--

Konsultacje dla rodziców

Określić (np. przez e-dziennik, e-mail, telefon....) e-dziennik codziennie w godzinach 12-14
--