

Tydzień obejmuje okres od 20.04. do 24.04.2020
--

KlasaV b

Przedmiot.....Wychowanie Fizyczne...

Nauczyciel realizujący.....Marek Poszwa

Treści do realizacji:

Dzień 1 - 20.04.2020

WF w domu – Lekcja nr 3 . Link do ćwiczeń

https://www.youtube.com/watch?v=tJhmUawhHbA

Dzień 2 – 21.04.2020

WF w domu –Rozciąganie- Stretching dla początkujących. Link

https://www.youtube.com/watch?v=bujG6YmPJVY

Dzień 3 – 22.04.2020

WF w domu – Trening na płaski brzuch . Link

https://www.youtube.com/watch?v=Tzs1r8Bd-OI

Dzień 4- 23.04.2020

WF w domu- Zdrowy kręgosłup- Joga dla początkujących. Link
--

https://www.youtube.com/watch?v=kF9Qdx2MP5o

Dzień 5- 24.04.2020

WF w domu – Lekcja tańca dla początkujących Nr 3. Link
--

https://www.youtube.com/watch?v=AsCTRrcz0xE

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

Oczywiście możecie dane ćwiczenia powtarzać w ciągu dnia , wybierając te , które wam najbardziej odpowiadają.

.....

Konsultacje dla uczniów

W terminie 20.04.2020 – 24.04.2020 w godzinach 12.00- 15.00 - Librus

Konsultacje dla rodziców

W terminie 20.04.2020- 24.04.2020 w godzinach 12.00-15.00 - Librus

Marek Poszwa

Podpis nauczyciela