

Dzień dobry.

Gratuluje wytrwałości w codziennych ćwiczeniach i uzupełniania dzienniczka aktywności. Każdy kto przesłał ZADANIE i dzienniczek otrzymał ocenę, uczniowie którzy jeszcze tego nie zrobili niech zrobią to jak najszybciej.

Kolejne tematy do zapoznania 1-5.06.2020

T: Nauka i doskonalenie odbić oburącz sposobem górnym.

Ćwiczenia wykonujemy w domu, można z rodzicami.

<https://ewf.h1.pl/student/?token=Oc5Vo2TRGJb7APD6nZwqiW23reEnewUJCXqvfQZXsUaMVzXyoJ>

T: Ćwiczenia ogólnorozwojowe .

Ćwiczymy w wolnych chwilach.

<https://www.youtube.com/watch?v=Olc43ui6U-o>

T: Zabawy koordynacyjne.

Proszę obejrzeć i wykonać w domu.

<https://ewf.h1.pl/student/?token=9MmgNGMShpJnOX31jbue8wsIWdUSoUbxSl0dzP3a9R8M8loWem>

T: Prowadzenie piłki nogą .

Proszę obejrzeć i wykonać w domu pod nadzorem dorosłych.

<https://ewf.h1.pl/student/?token=zaPMhoOj2V3XAdstBCnv8jfJuoP0IbNsJoH0rCyI3D3wEscgZV>

Zachęcam do codziennych ćwiczeń z podanych wcześniej linków, programów lub według inwencji własnej. Wpisujemy je w dzienniczku ćwiczeń.

Życzę powodzenia,

Daniel Boroń