Zdalne nauczanie 11-15.05.2020r. wychowanie fizyczne

Imię i nazwisko nauczyciela: Joanna Sekścińska

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| L.p. | Data realizacji | Przedmiot | Klasa | Temat /tygodniowe treści nauczania (zgodne z podstawą programową)/ monitorowanie postępów uczniów, weryfikacja wiedzy i umiejętności uczniów, informowanie o postępach |
| 1 | 11.05.2020r. | Wychowanie – fizyczne | IV-VI-  VII-VIII | Polski sportowiec , który jest dla mnie wzorem do naśladowania. (napisz krótką notatkę na temat wybranego sportowca kim jest ,jaką uprawia dyscyplinę i czy odnosi sukcesy oraz dlaczego to właśnie on jest wzorem do naśladowania. min 0.5 strony - max. 1 strona - kartka z zeszytu). Napisz i wyślij na maila [joa.sek@wp.pl](mailto:joa.sek@wp.pl). Termin oddania 30.05 2020r.  Sposób monitorowania-dziennik aktywności. |
| 2 | 13.05. 2020 r. | Wychowanie fizyczne | VII-VIII  2godz | Ćwiczenia na bóle karku i barków. <https://www.youtube.com/watch?v=DpG3bZrMAWM>  Kształtujemy swoją szybkość poprzez ćwiczenia z filmem instruktażowym.  Pompki, brzuszki, pajacyki x15  deska 15 sek. - <https://www.youtube.com/watch?v=y4pv3iV_9WI>  <https://www.youtube.com/watch?v=jc-zDnQzPgI> x30  Sposób monitorowania-dziennik aktywności. |
| IV-V  2godz | Ćwiczenia na bóle karku i barków. <https://www.youtube.com/watch?v=DpG3bZrMAWM>  Kształtujemy swoją szybkość poprzez ćwiczenia z filmem instruktażowym.  Pompki, brzuszki, pajacyki x15  deska 15 sek. - <https://www.youtube.com/watch?v=y4pv3iV_9WI>  <https://www.youtube.com/watch?v=jc-zDnQzPgI> x30  Sposób monitorowania-dziennik aktywności. |
|
| 3 | 15.05 2020 r. | Wychowanie fizyczne | IV-VI | Przykład praktycznej rozgrzewki na małej powierzchni  <https://www.youtube.com/watch?v=NHO41tY6a98>  Sposób monitorowania-dziennik aktywności. |
| VII-VI | Przykład praktycznej rozgrzewki na małej powierzchni  <https://www.youtube.com/watch?v=NHO41tY6a98>  Sposób monitorowania-dziennik aktywności. |

**Dziennik tygodniowej aktywności**

**SZKOŁA PODSTAWOWA W ZABIELU**

…………………………………………………………… ……………………………

( imię i nazwisko ) ( klasa )

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Dzień Tygodnia** | **Data** | **Opis aktywności** |
| Poniedziałek |  |  |
| Wtorek |  |  |
| Środa |  |  |
| Czwartek |  |  |
| Piątek |  |  |