

## **Wychowanie fizyczne.**

Barbara Ruszała

adres e-mail: [wfszufnarowa@interia.pl](mailto:wfszufnarowa@interia.pl)

### **Propozycje tematów i zadań do wykonania**

w terminie od 8 do 25 czerwca 2020 r.

Szczegółowe instrukcje do tematów są wysyłane na adresy mailowe uczniów.

#### **KLASA V**

Propozycja tematów i zadań do wykonania w terminie od 8 do 10 czerwca 2020 r.

1. Tenis stołowy. Gra deblowa.
2. Doskonalenie techniki biegowej.
3. Zdrowy kręgosłup za biurkiem.

Propozycja zadań do wykonania w terminie od 15 do 25 czerwca 2020 r.

1. Fair Play w sporcie i życiu.
2. Znani polscy sportowcy.
3. Przepisy gier drużynowych. Utrwalenie wiadomości.
4. Utrwalenie wiadomości dotyczących edukacji zdrowotnej.
5. Bezpieczeństwo podczas wakacji.

## **KLASA VI**

Propozycja tematów i zadań do wykonania w terminie od 8 do 10 czerwca 2020 r.

1. Ćwiczenia kształtujące szybkość biegową.
2. Jak sobie radzić ze złością.
3. Nowoczesne technologie w sporcie.

Propozycja tematów i zadań do wykonania w terminie od 15 do 25 czerwca 2020 r.

1. Tętno i jego pomiar. Utrwalenie wiadomości.
2. Utrwalamy wiadomości z zakresu gier zespołowych.
3. Aktywność fizyczna w terenie.
4. Jak bezpiecznie spędzić wakacje?

## **KLASA VII**

Propozycja zadań do wykonania w terminie od 08 do 10 czerwca 2020 r.

1. Zdolności motoryczne człowieka.
2. Ćwiczenia wspomagające utrzymanie prawidłowej postawy.
3. Utrwalenie wiadomości z zakresu edukacji zdrowotnej.

Propozycja zadań do wykonania w terminie od 15 do 25 czerwca 2020 r.

1. Utrwalenie wiadomości z zakresu udzielania pierwszej pomocy.
2. Zalety ruchu na świeżym powietrzu.
3. Utrwalenie wiadomości z przepisów gier zespołowych.
4. Mój ulubiony sport.
5. Zasady bezpieczeństwa podczas wakacji.

## **KLASA VIII**

Propozycja tematów i zadań do wykonania w terminie od 08 do 10 czerwca 2020 r.

1. Choroby cywilizacyjne.
2. Pierwsza pomoc- utrwalenie wiadomości.
3. Utrwalenie umiejętności wykonywania pomiaru tętna.

Propozycja tematów i zadań do wykonania w terminie od 15 do 25 czerwca 2020 r.

1. Utrwalanie wiadomości z zakresu edukacji zdrowotnej.
2. Przepisy podstawowych gier zespołowych. Testy.
3. Korzyści wynikające z aktywności fizycznej w terenie.
4. Bezpieczeństwo podczas wakacji.