| |
|---|
| Tydzień obejmuje okres od 4.05. do 8.05.2020 |

| |
|---|
| Klasa ……V a |
| Przedmiot……Wychowanie Fizyczne… |
| Nauczyciel realizujący……Marek Poszwa |

Treści do realizacji:

| |
|---|
| Dzień 1 - 4.05.2020 |
| WF w domu – Lekcja nr 5 . Link https://www.youtube.com/watch?v=_RZ9W_RP3-k |
| |
| |

| |
|---|
| Dzień 2 – 5.05.2020 |
| WF w domu – Ćwiczenia rozciagajace. Link https://www.youtube.com/watch?v=T4D9HdP2VBY |
| |
| |

| |
|---|
| Dzień 3 – 6.05.2020 |
| WF w domu – 10 ćwiczeń , a pracuje całe ciało. Link do ćwiczeń https://www.youtube.com/watch?v=qREgqFYxl-Q |
| |
| |

| |
|---|
| Dzień 4- 7.05.2020 |
| WF w domu Ćwiczenia z krzesłem. Link do ćwiczeń https://www.youtube.com/watch?v=6_AYXkuWoDM |
| |
| |

| |
|---|
| Dzień 5- 8.05.2020 |
| WF w domu – Lekcja tańca - układ . Link https://www.youtube.com/watch?v=ca01LHMcXu0 |
| |
| |
| Inne materiały, linki i strony web przydatne do pracy ucznia<br>Oczywiście możecie dane ćwiczenia powtarzać w ciagu dnia , wybierając te , które wam najbardziej odpowiadają.<br>…… |

| |
|---|
| |

**Konsultacje dla uczniów**

| |
|---|
| W terminie 4.05.2020 – 8.05.2020 w godzinach 12.00- 15.00 - Librus |

**Konsultacje dla rodziców**

| |
|---|
| W terminie 4.05.2020- 8.05.2020 w godzinach 12.00-15.00 - Librus |

Marek Poszwa

Podpis nauczyciela