WYCHOWANIE FIZYCZNE KLASA VIII

1-5 czerwca 2020 r.

01.06.2020 r.

P.K Kozłowanie piłki ze zmianą ręki kozłującej, kierunku i tempa. ( poćwicz kozłowanie piłki zmieniając rękę kozłującą , kierunek kozłowania i tempo czyli marsz , trucht , lekki bieg ).

03.06.2020 r.

Ćwiczenia ogólnorozwojowe ( wykonaj dowolny trening ).

04.06.2020 r.

Zajęcia rekreacyjne wg. inwencji uczniów. ( rower, hulajnoga , rolki , kometka itp. ).

05.06.2020 r.

Pierwsza pomoc w nagłych wypadkach. ( obejrzyj film <https://youtu.be/CU6Bw2uCWgY> ).