**Klasa VI**

**Imię i nazwisko nauczyciela: Dorota Grabowska Data: 11.05-15.05.2020**

**Przedmiot: wychowanie fizyczne**

**Realizacja podstawy programowej w formie zdalnej**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Data zajęć (zgodnie  z planem lekcji)** | **Temat lekcji** | **Sposób realizacji podstawy programowej** | **Sposób dokumentowania** | **Sposób monitorowania postępów ucznia i sposób weryfikacji wiedzy  i umiejętności** | **Sposób informowania uczniów i rodziców o postępach w nauce i ocenach** | **Konsultacje  z rodzicami (forma/terminy)**  **telefon/e-mail/itp.** |
| 11. 05.2020 WF 1 godz | Aktywność ruchowa w domu. | Rozwój fizyczny i sprawność fizyczna I.2.2 | Uczeń pracuje i dba o swoje zdrowie w czasie przemęczenia umysłu. Zapoznaj się z ćwiczeniami, które możesz wykonać w domu oglądając filmik  <https://www.youtube.com/watch?v=iJdgErtfSzo>  pspkierlikowka/zadania dla uczniów/kl VI | Informacja zwrotna od ucznia albo rodzica  Tel. 660920290  e-mail, messenger, facebook | Tel. 660920290  e-mail, messenger, facebook | Tel. 660920290  e-mail, messenger, facebook  pon-pt 8.00-15.00 |
| 13.05.2020 WF 2 godz | Ćwiczenia z miotłą- wf w domu | Bezpieczeństwo w aktywności fizycznej III.2.2 | Uczeń pracuje i dba o swoje zdrowie w czasie przemęczenia umysłu. Oglądnij film i spróbuj wykonać te ćwiczenia z użyciem miotły:  <https://www.youtube.com/watch?v=TymplLnUEcg>  pspkierlikowka/zadania dla uczniów/kl VI | Informacja zwrotna od ucznia albo rodzica  Tel. 660920290  e-mail, messenger, facebook | Tel. 660920290  e-mail, messenger, facebook | Tel. 660920290  e-mail, messenger, facebook pon-pt 8.00-15.00 |
| 14.05.2020 WF 3godz | Domowy zestaw ćwiczeń z wykorzystaniem skarpetek | Bezpieczeństwo w aktywności fizycznej III.2.2 | Zapoznaj się z przykładowym filmem na temat wykorzystania nietypowych przyborów do ćwiczeń  <https://www.youtube.com/watch?v=IUW9SCzmCbI>  pspkierlikowka/zadania dla uczniów/kl VI | Informacja zwrotna od ucznia albo rodzica  Tel. 660920290  e-mail, messenger, facebook | Tel. 660920290  e-mail, messenger, facebook | Tel. 660920290  e-mail, messenger, facebook pon-pt 8.00-15.00 |
| 15.05.2020  WF 4 godz | Siła mięśni ramion-ćwiczenia z butelkami. | Rozwój fizyczny i sprawność fizyczna I.2.3 | Chcesz być silny i zdrowy więc spróbuj wykonać te ćwiczenia wzorując się na filmie  <https://www.youtube.com/watch?v=7znb_W0GWUE>  pspkierlikowka/zadania dla uczniów/kl VI | Informacja zwrotna od ucznia albo rodzica  Tel. 660920290  e-mail, messenger, facebook | Tel. 660920290  e-mail, messenger, facebook | Tel. 660920290  e-mail, messenger, facebook pon-pt 8.00-15.00 |

Dorota Grabowska