NAUKA ZDALNA

Wych Fiz 11.05-15.05.2020

Poniedziałek

Kl 7a/b chłopcy 2h

Temat; Test sprawności fizycznej z szybkości i skoczności.

Przed rozpoczęciem testu wykonaj rozgrzewkę, zapoznaj się z zamieszczonym obrazkiem i zasadami oceniania. Wykonaj test, a wynik proszę wysłać na maila; n.zdalna.ks@gmail.com



Kl 6c cała

Temat; Test sprawności fizycznej z wytrzymałości.

Przed rozpoczęciem testu wykonaj rozgrzewkę, zapoznaj się z zamieszczonym obrazkiem i zasadami oceniania. Wykonaj test wynik proszę wysłać na maila; n.zdalna.ks@gmail.com



Kl 6a/b chłopcy

Temat; Test sprawności fizycznej z szybkości i skoczności.

Przed rozpoczęciem testu wykonaj rozgrzewkę, zapoznaj się z zamieszczonym obrazkiem i zasadami oceniania. Wykonaj test, a wynik proszę wysłaćna maila; n.zdalna.ks@gmail.com



 Wtorek

Kl 5a/c chłopcy 2h

Temat; Test sprawności fizycznej z szybkości i skoczności.

Przed rozpoczęciem testu wykonaj rozgrzewkę, zapoznaj się z zamieszczonym obrazkiem i zasadami oceniania. Wykonaj test, a wynik proszę wysłaćna maila; n.zdalna.ks@gmail.com



Kl 8a cała 2h

Temat; Test sprawności fizycznej z szybkości i skoczności.

Przed rozpoczęciem testu wykonaj rozgrzewkę, zapoznaj się z zamieszczonym obrazkiem i zasadami oceniania. Wykonaj test, a wynik proszę wysłaćna maila; n.zdalna.ks@gmail.com



Środa

Kl 5a/c chłopcy

Temat; Test sprawności fizycznej z wytrzymałości.

Przed rozpoczęciem testu wykonaj rozgrzewkę, zapoznaj się z zamieszczonym obrazkiem i zasadami oceniania. Wykonaj test wynik proszę wysłaćna maila; n.zdalna.ks@gmail.com



Kl 6a/b chłopcy

Temat; Test sprawności fizycznej z wytrzymałości.

Przed rozpoczęciem testu wykonaj rozgrzewkę, zapoznaj się z zamieszczonym obrazkiem i zasadami oceniania. Wykonaj test wynik proszę wysłaćna maila; n.zdalna.ks@gmail.com



Kl 4a/b chłopcy

Temat; Test sprawności fizycznej z wytrzymałości.

Przed rozpoczęciem testu wykonaj rozgrzewkę, zapoznaj się z zamieszczonym obrazkiem i zasadami oceniania. Wykonaj test wynik proszę wysłaćna maila; n.zdalna.ks@gmail.com



Kl 7a/b chłopcy

Temat; Test sprawności fizycznej z wytrzymałości.

Przed rozpoczęciem testu wykonaj rozgrzewkę, zapoznaj się z zamieszczonym obrazkiem i zasadami oceniania. Wykonaj test wynik proszę wysłaćna maila; n.zdalna.ks@gmail.com



Kl 6c cała

Temat; Test sprawności fizycznej z siły mięśni brzucha.

Przed rozpoczęciem testu wykonaj rozgrzewkę, zapoznaj się z zamieszczonym obrazkiem i zasadami oceniania. Wykonaj test wynik proszę wysłaćna maila; n.zdalna.ks@gmail.com



Czwartek

Kl 8a cała

Temat; Test sprawności fizycznej z wytrzymałości.

Przed rozpoczęciem testu wykonaj rozgrzewkę, zapoznaj się z zamieszczonym obrazkiem i zasadami oceniania. Wykonaj test wynik proszę wysłaćna maila; n.zdalna.ks@gmail.com



Kl 7a/b chłopcy

Temat; Test sprawności fizycznej z siły mięśni brzucha.

Przed rozpoczęciem testu wykonaj rozgrzewkę, zapoznaj się z zamieszczonym obrazkiem i zasadami oceniania. Wykonaj test wynik proszę wysłaćna maila; n.zdalna.ks@gmail.com



Kl 6a/b chłopcy

Temat; Test sprawności fizycznej z siły mięśni brzucha.

Przed rozpoczęciem testu wykonaj rozgrzewkę, zapoznaj się z zamieszczonym obrazkiem i zasadami oceniania. Wykonaj test wynik proszę wysłaćna maila; n.zdalna.ks@gmail.com



Kl 4a/b chłopcy

Temat; Test sprawności fizycznej z szybkości i skoczności.

Przed rozpoczęciem testu wykonaj rozgrzewkę, zapoznaj się z zamieszczonym obrazkiem i zasadami oceniania. Wykonaj test, a wynik proszę wysłaćna maila; n.zdalna.ks@gmail.com



Piątek

Kl 5a/c chłopcy

Temat; Test sprawności fizycznej z siły mięśni brzucha.

Przed rozpoczęciem testu wykonaj rozgrzewkę, zapoznaj się z zamieszczonym obrazkiem i zasadami oceniania. Wykonaj test wynik proszę wysłaćna maila; n.zdalna.ks@gmail.com



Kl 6c cała 2h

Temat; Test sprawności fizycznej z szybkości i skoczności.

Przed rozpoczęciem testu wykonaj rozgrzewkę, zapoznaj się z zamieszczonym obrazkiem i zasadami oceniania. Wykonaj test, a wynik proszę wysłaćna maila; n.zdalna.ks@gmail.com



Kl 4a/b chłopcy

Temat; Test sprawności fizycznej z siły mięśni brzucha.

Przed rozpoczęciem testu wykonaj rozgrzewkę, zapoznaj się z zamieszczonym obrazkiem i zasadami oceniania. Wykonaj test wynik proszę wysłaćna maila; n.zdalna.ks@gmail.com



Kl 8a

Temat; Test sprawności fizycznej z siły mięśni brzucha.

Przed rozpoczęciem testu wykonaj rozgrzewkę, zapoznaj się z zamieszczonym obrazkiem i zasadami oceniania. Wykonaj test wynik proszę wysłaćna maila; n.zdalna.ks@gmail.com



Pozdrawiam

Sławomir Kmiecik