PONIEDZIAŁEK 01.06.2020r.

**Dzień Dziecka**

*Życzę Wam aby nigdy nie opuściła Was odwaga, gdy przyjdzie porzucić swoje bezpieczne pozycje. Życzę Wam, abyście żyli w zgodzie z samym sobą i z własnym systemem wartości. To wielkie szczęście, gdy jest się zadowolonym z tego, kim się jest.*

*Życzę Wam, realizacji swoich planów, radości, uśmiechu i żadnych trosk!*

 *Teresa Krzymińska*

**Wtorek 02.06.2020r.**

**Kl.V ac Dz**.

Temat: **Ćwiczenia ogólnorozwojowe na całe ciało.**

 Ćwiczenia są proste i baaardzo przyjemne.

<https://www.youtube.com/watch?v=QcFMkdea05k>

Temat: **Rzuty do kosza z biegu oraz wyskoku.** <https://www.youtube.com/watch?v=d5W1dPE111E>

**KL. VIII b cała klasa**

Temat: **Ćwiczenia kształtujące i wzmacniające mięśnie nóg**.<https://www.youtube.com/watch?v=ip3TFQ6G4W8&feature=share>

**Temat:**Podstawy ataku zespołowego w koszykówce**.** [**https://www.youtube.com/watch?v=\_iZyUcH1HjE**](https://www.youtube.com/watch?v=_iZyUcH1HjE)

# Kl.VIIb zajęcia rozwijające

# Temat: JAK SKAKAĆ NA SKAKANCE - skuteczna metoda.

# <https://www.youtube.com/watch?v=nS8gGrKXgBQ>

# Środa 03.06.2020r.

# Kl. V ac Dz.

# Temat: Co wiesz o sporcie? Rozwiąż test.

# <https://www.quiz-maker.com/Q1EU828>

# KL. VI ab DZ

Temat: **Ćwiczenia ogólnorozwojowe na całe ciało.**

 Ćwiczenia są proste i baaardzo przyjemne.

# <https://www.youtube.com/watch?v=QcFMkdea05k>

# Kl. Vb cała klasa

# Temat: Co wiesz o sporcie? Rozwiąż test.

# <https://www.quiz-maker.com/Q1EU828>

# Kl.VIIab DZ.

# Temat: Niedobory kwasów tłuszczowych.

# Edukacja zdrowotna - 10 objawów niedoboru Omega 3 i 6 o których powinieneś wiedzieć."

# [10 objawów niedoboru tłuszczów omega-3 i 6, o których powinniśmy wiedzieć...](https://smakdnia.pl/lekarz-rodzinny-10-objawow-niedoboru-omega-3-i-6-o-ktorych-powinienes-wiedziec/?fbclid=IwAR1vO0N1Tlnt2jdWt9dIGpH_6ylZ6TsnxRQq2CD8zMzwg7SqQvA5OD6S02Q)

# Czwartek 04.06.2020r.

#

# Kl.VII ab DZ.

**Temat:**Podstawy ataku zespołowego w koszykówce**.** [**https://www.youtube.com/watch?v=\_iZyUcH1HjE**](https://www.youtube.com/watch?v=_iZyUcH1HjE)

**Kl.VI ab DZ.**

Temat: **Rzuty do kosza z biegu oraz wyskoku.** <https://www.youtube.com/watch?v=d5W1dPE111E>

**Kl.VIII b cała klasa**

# Temat: JAK SKAKAĆ NA SKAKANCE - skuteczna metoda.

# <https://www.youtube.com/watch?v=nS8gGrKXgBQ>

**Piątek 05.06.2020r**

**Kl.V b cała klasa**

Temat: **Ćwiczenia ogólnorozwojowe na całe ciało.**

 Ćwiczenia są proste i baaardzo przyjemne.

<https://www.youtube.com/watch?v=QcFMkdea05k>

Temat: **Rzuty do kosza z biegu oraz wyskoku.** <https://www.youtube.com/watch?v=d5W1dPE111E>

**Kl.V ac DZ.**

# Temat: JAK SKAKAĆ NA SKAKANCE - skuteczna metoda.

[**https://www.youtube.com/watch?v=nS8gGrKXgBQ**](https://www.youtube.com/watch?v=nS8gGrKXgBQ)

#