

Imię i nazwisko nauczyciela: Monika Miąsik
Plan zajęć z uczniami od 25.03.2020r. do 10.04.2020r.

Tygodnie /lekcje	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
I	23.03.2020r.	24.03.2020r.	25.03.2020r.	26.03.2020r.	27.03.2020r.
1.Klasa Przedmiot Temat Forma z.					
2. Klasa Przedmiot Temat Forma z.					
3. Klasa Przedmiot Temat Forma z.	1cTp WF, Bieg z poprawnym pokonywaniem przeszkód terenowych. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	3La3Ta WF Bieg na przełaj, Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.		1aBg1bBp WF,Pchnięcie kulą z ustawienia bokiem.. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	
4.Klasa Przedmiot Temat Forma z.	2la2aB WF,biegi przez płotki mieszanymi. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	1aTg1bTg WF,doskonalenie startu niskiego i bieg sprinterski na dystansie 60m. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	3Tb WF.Doskonalenie zmiany pałeczki sztafetowej. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	1aTg1bTg WF, Biegi i starty z różnych pozycji wyjściowych. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	
5. Klasa Przedmiot Temat	3Tb WF Terenowe zabawy biegowe.	1aTg1bTg	1aBg1bBp WF Bieg przez płotki.	1bLp1dTg	

Forma z.	Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	WF,Kształtowanie szybkości przez formy zabawowe. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	WF,Przewrót w przód ponad przeszkodą. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	
6. Klasa Przedmiot Temat Forma z.		1bLp1dTp WF,Bieg na dystansie 400m. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	1cTp WF,Piramidy dwójkowe. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	3La3Ta WF,Przewroty łączone w przód. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	1aBg1bBp WF,Stanie na rękach z asekuracją. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.
7.Klasa Przedmiot Temat Forma z.		1bLp1dTp Bieg na dystansie 800m. Przekazywanie informacji przez dziennik.		3La3Ta WF,Przerzut bokiem Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	2La2aB WF,Mostek z postawy wysokiej. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.
8. Klasa Przedmiot Temat Forma z.		3Tb WF,Biegi sztafetowe Przekazywanie informacji przez dziennik.		2La2aB WF,Przewrót w tył do przysiadu. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	1cTp WF,Układ ćwiczeń na przyrządzie równoważnym. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.
II	30.03.2020r.	31.03.2020r.	01.04.2020r.	02.04.2020r.	03.04.2020r.
1.Klasa Przedmiot Temat Forma z.					
2. Klasa Przedmiot Temat Forma z.					

3. Klasa Przedmiot Temat Forma z.	1cTp WF, Marszobiegi w terenie naturalnym. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	3La3Ta WF Bieg na przełaj, Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.		1aBg1bBp WF,Rzut piłką lekarską. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	
4.Klasa Przedmiot Temat Forma z.	2la2aB WF,Pokonywanie przeszkód skokami mieszanymi. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	1aTg1bTg WF,doskonalenie startu niskiego i bieg sprinterski na dystansie 60m. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	3Tb WF.Doskonalenie zmiany pałeczki sztafetowej. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	1aTg1bTg WF, Biegi i starty z różnych pozycji wyjściowych. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	
5. Klasa Przedmiot Temat Forma z.	3Tb WF Terenowe zabawy biegowe. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	1aTg1bTg WF,Kształtowanie szybkości przez formy zabawowe. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny. 1bLp1dTp WF,Bieg na dystansie 1500m. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny. 1bLp1dTp Bieg na dystansie 800m.	1aBg1bBp WF Bieg przez płotki. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	1bLp1dTg WF,Test Coopera. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	
6. Klasa Przedmiot Temat Forma z.			1cTp WF,Piramidy dwójkowe. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	3La3Ta WF,Przewroty łączone w przód. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	1aBg1bBp WF,Stanie na rękach z asekuracją. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.
7.Klasa				3La3Ta WF,Przewrót w przód o nogach prostych	2La2aB

Przedmiot Temat Forma z.		Przekazywanie informacji przez dziennik. 3Tb WF,Biegi sztafetowe Przekazywanie informacji przez dziennik.		Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny. 2La2aB WF,Przewrót w tył do wykroku jednonóż. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	WF,Piramidy dwójkowe. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny. 1cTp WF,Piramidy wieloosobowe. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.
8. Klasa Przedmiot Temat Forma z.					
III	06.04.2020r.	07.04.2020r.	08.04.2020r.	08.04.2020r.	10.04.2020r.
				Wielki Czwartek	Wielki Piątek
1.Klasa Przedmiot Temat Forma z.					
2. Klasa Przedmiot Temat Forma z.					
3. Klasa Przedmiot Temat Forma z.	1cTp WF, Marszobiegi w terenie naturalnym. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	3La3Ta WF Bieg na przełaj, Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.			
4.Klasa Przedmiot Temat Forma z.	2la2aB WF,Pokonywanie przeszkód skokami mieszanymi. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	1aTg1bTg WF,doskonalenie startu niskiego i bieg sprinterski na dystansie 60m. Przekazywanie informacji przez	3Tb WF.Doskonalenie zmiany pałeczki sztafetowej. Przekazywanie informacji przez		

5. Klasa Przedmiot Temat Forma z.	3Tb WF Terenowe zabawy biegowe. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.	dziennik elektroniczny. 1aTg1bTg WF,Kształtowanie szybkości przez formy zabawowe. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny. 1bLp1dTp WF,Bieg na dystansie 1500m. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny. 1bLp1dTp Bieg na dystansie 800m. Przekazywanie informacji przez dziennik. 3Tb WF,Biegi sztafetowe Przekazywanie informacji przez dziennik.	dziennik elektroniczny. 1aBg1bBp WF Bieg przez płotki. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny. 1cTp WF,Piramidy dwójkowe. Przekazywanie informacji przez dziennik elektroniczny.		
6. Klasa Przedmiot Temat Forma z.					
7.Klasa Przedmiot Temat Forma z.					
8. Klasa Przedmiot Temat Forma z.					

*Forma zajęć: np. platforma classroom, dziennik elektroniczny, e-podręczniki, inna...

Ocenianie: referaty dotyczące sportu, kontakt przez dziennik elektroniczny.

Konsultacje z uczniami i rodzicami: Środa lekcja 3 (9 40-10 25).