Klasa 1 SP, Wychowanie Fizyczne

nauczyciel: Dagmara Janicka

Forma lekcji: Praca zdalna z wykorzystaniem Internetu.

**Data: 2.06.2020.**

**Temat** : Zabawa koordynacyjna kształtująca orientację ruchowo- przestrzenną.

Wprowadzenie

Dzisiaj dalszy ciąg ćwiczeń koordynacyjnych. Pisałam ostatnio jak bardzo są ważne i jak wpływają na naszą sprawność ruchową. Pod załączonym linkiem znajdziesz ćwiczenia, a właściwie zabawę koordynacyjną, która kształtuje naszą orientację ruchowo-przestrzenną. Zapraszam!

<https://ewf.h1.pl/student/?token=HN3UF2eYGlG0CHqPD5qnCZLxkBPl2NVh10Eo7zA0PsKpexuJV1>

**Data: 4.06.2020**

**Temat** : Zabawy koordynacyjne na nogi.

Wprowadzenie

Koordynacji ciąg dalszy, tym razem ćwiczenia na nogi. Przemieszczanie się drobnymi krokami do przodu i do tyłu.

<https://ewf.h1.pl/student/?token=kHuqPGaEnN9Uje7yWeO7CXSqHDfwse98Q12nyo5UazpYuy24Is>

**Data: 5.06.2020**

**Temat** : Koordynacja. Prosty układ taneczny.

Wprowadzenie

Dzisiaj dowiecie się jak działa koordynacja w układach tanecznych .Jest to bardzo istotny element dla każdego tancerza, gdyż wpływa na jakość ruchu.

Zapraszam do nauki prostego układu tanecznego z wykorzystaniem ćwiczeń koordynacyjno-ruchowych, który później zaprezentujecie w szkole.

<https://ewf.h1.pl/student/?token=Y38xSZ05fxex3NqVNf5O1XXCa58RyEMneDr1hm9FmFIvFvf88C>