

Dzień dobry.

Wiosna i pogoda zachęca do wyjść na świeże powietrze. Jeśli mamy warunki to przy zachowaniu wszelkich środków ostrożności dbamy o swoją tężyznę fizyczną. Zachęcam do biegania, ćwiczeń gimnastycznych. Zabaw z piłką. Jeśli mamy rolki to do jazdy na tym sprzęcie czy też na rowerze. Jest spora grupa uczniów, która jeszcze nic nie zrobiła.

Są też osoby, które pracują i mamy rekordzistów na ten moment. Wśród dziewcząt Joanna Witkowska kl.1 Ts 20 podporów przodem. Wśród chłopców Bartek Cygan kl.3 T 59 podporów przodem tzw. pompek. Mobilizuje do wysyłania prac i podjęcia prób pobicia rekordów nadesłanych przez Wasze koleżanki i kolegów.

Jeszcze cały czas do czwartku (14 maja godz.24.00) można wysłać spóźnione zadania z przepisów gry w piłkę siatkową, które możecie poszukać w poleceniach wf-u na 27-30 kwietnia. Oczywiście, że jest już grubo po terminie, ale za karę będzie o ocenę w dół.

ZADANIE 1. PODPORY PRZODEM SPR. CIĄG DALSZY.

Kto nie wysłał filmiku z podporów przodem to teraz musi to zrobić do DO CZWARTKU 14 MAJA GODZ.24.00. Ponieważ w piątek 15 maja wystawiam zagrożenia z wf-u.

ZADANIE 2. PRZEPISY GRY W PIŁKĘ NOŻNĄ

Podaj odpowiedzi na kartce papieru i zrób zdjęcie oraz prześlij je na Messenger Waldemar Woźniak lub na viwaldi2@wp.pl

ZADANIA DO CZWARTKU 14 MAJA GODZ.24.00

1. Podaj czas gry w piłce nożnej.
2. Z ilu części składa się mecz i po ile minut ?
3. Podaj wymiary boiska dla piłki nożnej. Możesz nawet to narysować i opisać.
4. Ilu zawodników jednej drużyny występuję na boisku w momencie rozpoczęcia meczu.
5. Rzut karny z ilu metrów?
6. Piłkę w ręce może łapać tylko bramkarz na polu karnym. W jakiej sytuacji inni zawodnicy mogą wziąć także piłkę w ręce podczas meczu? Jest kilka opcji. Podaj jedną.
7. W meczu czasami zawodnicy dostają żółte i czerwone kartki. Za co może być czerwona?
8. Czym się różni aut od rzutu różnego.
9. W turnieju, czy w rozgrywkach ligowych drużyna za remis otrzymuje punkt. A ile punktów za wygrany mecz?
10. W rozgrywkach systemem pucharowym gdy mamy remis to jest dogrywka. Podaj czas dogrywki i z ilu części.
11. Polska reprezentacja zdobyła dwa razy trzecie miejsce na Mistrzostwach Świata w piłce nożnej. Podaj rok i miejsce tych sukcesów.
12. Polska reprezentacja piłki nożnej stanęła 3 razy na podium igrzysk olimpijskich. Podaj kolor medalu, rok i miejsce tej olimpiady.

ZADANIA DO CZWARTKU 14 MAJA GODZ.24.00

ZA KAŻDĄ PRAWIDŁOWĄ ODPOWIEDŹ JEST PUNKT.

3-5 pkt - dopuszczający

6-7 pkt - dostateczny

8-9 pkt - dobry

10-11 pkt bardzo dobry

12 celujący

ZADANIE 3. DOSKONALIMY TECHNIKĘ STANIA NA GŁOWIE I NA RĘKACH, MOSTEK Z LEŻENIA I PRZERZUTY BOKIEM.

POZDRAWIAM I CZEKAM NA WYKONANIE ZADAŃ. W PIĄTEK 15 MAJA WYSTAWIAM ZAGROŻENIA.
Waldemar Woźniak