

Drodzy uczniowie kl. VIII ab !

Wszyscy musimy pracować w tych trudnych warunkach, w-f też musi się odbywać. My nie narzucamy wam godziny. Ćwiczcie o której będziecie mogli. Zachęcamy jednak do systematyczności, gdyż ćwiczenia ruchowe poprawiają kondycję oraz stan psychiczny i samopoczucie. W dniach 30.03- 04.04 proponujemy wam korzystanie ze znanych wam już ruletek. Podaję link:

1) <https://wordwall.net/pl/resource/893984/wychowanie-fizyczne/wf-online-w-domu-rozci%85ganie>

2) <https://wordwall.net/pl/resource/893767/wychowanie-fizyczne/wf-online-w-domu-%87wiczenia>

Zawierają one bardzo ciekawe zestawy ćwiczeń. Każdy wylosowany zestaw będzie inny. Bardzo prosimy abyście jednak nas informowali każdego dnia o tym, że ćwiczyliście. Dlatego proponujemy abyście to robili emailem. W te dni kiedy w planie lekcji macie wf (poniedziałek, wtorek, środa, piątek). Wiemy, że wszyscy posiadacie konta. Przesyłajcie do nas email ze słowem: *ćwiczyłem/ćwiczyłam, imię i nazwisko oraz klasa.* **Ten email będzie równoznaczny z waszą obecnością na lekcji!!!!**

Wiemy, że jest przeciążenie sieci, możecie to zrobić o dowolnej godzinie, po wykonaniu ćwiczeń. Proszę przekazywać sobie tę informację aby dotarła do wszystkich uczniów.

Dziewczęta wysyłają email na adres: aniastepien8@o2.pl

Chłopcy wysyłają email na adres: gryc.andrzej@gmail.com

To ważne bo to nie są ferie!!