

## Lekcja zdalna

Data: 4-8 maja.

Pora na pierwsze oceny :)

Odpisują klasy IV, VI, VII, VIII najpóźniej do 8 maja!!!

- Pierwsze zadanie nie wymaga wykonania rozgrzewki. To bardziej praca umysłowa.
  - Przed drugim zadaniem należy wykonać kilkuminutową dowolną rozgrzewkę. A młodsze dzieci mogą poprosić o pomoc starsze rodzeństwo lub rodziców.
  - Trzecie zadanie to znów krótka praca umysłowa:)
- Jeśli będziecie mieć problemy to wystarczy że sięgniecie do lekcji, które wam wysłałem.

Bardzo proszę by każdy odesłał mi odpowiedzi na adres e-mail: [adamtf@interia.pl](mailto:adamtf@interia.pl) podając w tytule wiadomości WF kl.. oraz imię i nazwisko.

Zadania:

1. Opisz w kilku zdaniach jakich wartościowych produktów składa się twoje śniadanie.
2. Dokonaj pomiaru tętna i podaj wyniki:
  - a) Tętna Spoczynkowego
  - b) Tętna Wysiłkowego np.( po wykonaniu 2 minutowego krótkiego biegu, lub wykonaniu 50 przysiadów)
3. Wymień nazwisko swojego ulubionego piłkarza oraz zdefiniuj pojęcie zwodu piłkarskiego.

Pozdrawiam