

## Lekcja zdalna

**Data:** 11-15 maja

**Klasa:** IV, V, VI, VII, VIII

**Przedmiot:** wychowanie fizyczne

**Nauczyciel:** Adam Boroń

**Wstęp:** Od dzisiaj zaczniemy korzystać z nowej platformy do lekcji w-f  
**Przebieg lekcji:**

**Temat: Ćwiczenia oswajające z piłeczką i z raketką (tenis stołowy)**

1. Cele lekcji (wiedza i umiejętności, które ma opanować uczeń):

- Uczeń zna i umie zademonstrować uderzenie :

a) z bekhendu

b) z forhendu

2. Zagadnienia do lekcji

**Który sposób uderzenia piłeczki jest lepszy w twoim wykonaniu bekhend czy forhend?**

3. Rozgrzewka i część główna lekcji tym razem pod jednym linkiem:

<https://ewf.h1.pl/student/?token=EeK3GQ3km9eM1tmPgg4iDfxlRuuUvN6vJp4vYi1fYOTaPfQr1R>

4. Polecenia dla ucznia

- Wykonaj rozgrzewkę oraz ćwiczenia oswajające z piłeczką i raketką

5. **Sposób sprawdzenia wiedzy/umiejętności** – czego nauczyciel będzie wymagał po powrocie do szkoły (przykładowe pytania lub zadania):

- uczeń umie zademonstrować uderzenie z bekhendu i forhendu