

Dzień dobry!

Czołem grupy mające ze mną zajęcia wychowania fizycznego! We wtorkowej lekcji wprowadzimy trochę zaocznej rywalizacji 😊

Na wstępie obraz – kilkusekundowy film

<https://www.youtube.com/watch?v=rjM7SPfclgE>

W ramach wychowania fizycznego sprawdzimy swoją moc, skoczność! Przed Wami zadanie do wykonania – będziemy skakać z miejsca. Można to zrobić w domu lub na zewnątrz. Potrzebna nam będzie jakaś linia (naklejona, położona, narysowana....) Stajemy za tą linią i poprzez półprzysiad zamachem ramion staramy się jak najdalej skoczyć obunóż! Zaznaczamy ostatni ślad Twojego ciała np. pięta lub jeśli się podparłeś ręką. Mierzymy miarą (może być krawiecką) odległość od naklejonej linii do miejsca pozostawienia ostatniego śladu. Próbę powtarzamy 3 razy – najlepszy wynik podany **w cm np. 254cm** zapisujemy sobie, gdyż trzeba go będzie wpisać do poniższej ankiety. Wierzę w Waszą uczciwość. Będę porównywał te rezultaty i podam najlepsze wyniki dla poszczególnych klas w rozbiciu na chłopców i dziewczęta. Najlepsi otrzymają oceny do dziennika. Niecierpliwie czekam na **autentyczne wyniki. Po powrocie do normalności zweryfikuję je wybiórczo na lekcji wf.** Podam je jak tylko wszyscy mi je przekażą w Forms!!!!

Aby zapisać wynik kliknij w link

<https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=sGj8bhUgGU6ccT7vm0tXx2nrKTObRSRBtuPOywpH1hURDVaWkRCV1RMNlo3NTFLUukwMFNZQIZNUi4u>

Pozdrawiam sportowo Witold Piotrowski