

WYCH. FIZ.- MGR B. SOBCZYK, MGR K. SOKORA

Zdalne nauczanie B. Sobczyk

Z uczniami klasy III c posiadam stały kontakt od początku okresu kwarantanny poprzez adresy mailowe ,komunikator CLASSROOM, rozmowy telefoniczne i sms.

Mój adres mailowy dostępny dla każdego ucznia i rodzica bozenasobczyk0@gmail.pl
nr. telefonu dostępny dla rodziców **791472696** codziennie wg potrzeb- kl. IIIC

Kontakt z rodzicami uczniów pozostałych klas w których uczę – za pośrednictwem wychowawców klas (przekazywanie nr telefonu bądź adresu mailowego) codziennie po godz.17.00

Formy przekazywania treści programowych:

- Wysyłanie na adresy mailowe poczty szkolnej, klasowej krótkie filmiki you tube z treningiem w warunkach domowych, dostosowanym do różnego poziomu sprawności
- zestawy ćwiczeń na różne grupy mięśniowe z poleceniem wykonania w domu
- Linki z zumbą i aerobikiem do wyboru z poleceniem ułożenia krótkiego układu tanecznego,
- zestawy ćwiczeń stabilizacyjnych ze zróżnicowanym poziomem trudności do wyboru.
- zadania z zakresu edukacji zdrowotnej

MATERIAŁY DLA KLAS I, II ,III będą wysyłane 2 razy w tygodniu: środę i piątek

Formy monitorowania /ocenia

- uczniowie mogą załączać filmiki , zdjęcia - jak ćwiczą w warunkach domowych,
- samodzielnie ułożyć krótki zestaw ćwiczeń wzmacniających, rozciągających i przesłać go w dowolnej formie,
- liczy się kreatywność i pomysł np: Jaki dostępny sprzęt domowy lub przybór wykorzystać do ćwiczeń- wysłać zdjęcie
- zadania dodatkowe dla chętnych- np. przygotować prezentacje o tematyce sportowej

Informacje o ocenach będę wysyłała na adresy mailowe

