**WF klasa I BS- P dla F/K/M (25 i 27.03.2020)**

1. Trening zdrowotny. Ergonomicznie przenosimy i podnosimy przedmioty o różnej wielkości i ciężarze.

2. Edukacja zdrowotna. Badania profilaktyczne w okresie całego życia

3. Kompetencje społeczne. Pełnię rolę organizatora, zawodnika, sędziego, kibica w sportach

4. Podstawowe kroki z aerobiku

**WF klasa I BS- G dla F/K/M (25 i 27.03.2020)**

1. Edukacja zdrowotna. Podstawowe prawa pacjenta.

 Uleganie stereotypom i dyskryminacja

2. Ćwiczenia siłowe. Wzmacniamy mięśnie klatki piersiowej i ramion

3. Zdrowy i higieniczny wypoczynek

**WF klasa II BS - F/K/M**

1. Piłka ręczna- gra bramkarza.

2. Piłka ręczna- gra na kole- obrona kołem.

3. Wspinaczka- trawersowanie- koordynowanie pracy rąk i nóg.

**WF klasa III BS -P dla K/M 27.03.2020**

1. Kształcenie u młodzieży nawyku aktywności ruchowej

2. Korzyści wynikające z systematycznej aktywności ruchowej

3. Trening stacyjny RR i NN