**Wychowanie fizyczne, realizacja 25.03 – 1.04.2020 r.**

**Treści kształcenia, klasa. VII-VIII**

1. omawia zmiany zachodzące w organizmie podczas wysiłku fizycznego;
2. wyjaśnia ideę olimpijską, paraolimpijską i olimpiad specjalnych.
3. wymienia przyczyny i skutki otyłości oraz nieuzasadnionego. odchudzania się i używania sterydów w celu zwiększenia masy mięśni

**Tematy, klasa VII**
1. Rozwijamy umiejętność samosterowania swoim rozwojem.
2-3. Wyjaśniamy ideę olimpijską, paraolimpijską i olimpiad
 specjalnych – 2 lekcje.
4. Oceniamy swoje propozycje rozkładu dnia.

**Wychowanie fizyczne, realizacja 25.03 – 1.04.2020 r.**

**Treści kształcenia, klasa. VII-VIII**

1. omawia zmiany zachodzące w organizmie podczas wysiłku fizycznego;
2. wyjaśnia ideę olimpijską, paraolimpijską i olimpiad specjalnych.
3. wymienia przyczyny i skutki otyłości oraz nieuzasadnionego. odchudzania się i używania sterydów w celu zwiększenia masy mięśni

**Tematy, klasa VIII**

1. Poznajemy możliwości swojego organizmu.
	1. Wyjaśniamy ideę olimpijską, paraolimpijską i olimpiad specjalnych – 2 lekcje.
2. Oceniamy swoje propozycje rozkładu dnia.