

7-8

1. Tętno- czym jest? Jak je mierzyć? I.1.2)TIK

- uczeń, wie co to jest puls

- uczeń potrafi zmierzyć tętno spoczynkowe i wysiłkowe

Cel: Znam testy i narzędzia do pomiaru sprawności fizycznej

2. Bezpieczne wakacje. III.1.1)2)TIK

- uczeń, potrafi zachować się w różnych sytuacjach zagrażających zdrowiu i życiu

- uczeń zna najczęstsze przyczyny oraz okoliczności wypadków i urazów i wie, jak im zapobiec

Cel: Potrafię się zachować w sytuacjach zagrażających zdrowiu i życiu