

Wychowanie fizyczne

Klasa II

Data: 26.03.2020 r. (2 godziny lekcyjne)

TEMAT: Przypomnienie zasad gry w piłkę siatkową.

Proszę zapoznać się z materiałami, które znajdują się na następujących stronach internetowych:

http://www.zasadygry.pl/siatkowka_zasady_gry_24_1.htm

<http://stacjasport.pl/dyscypliny/siatkowka/>

TEMAT: Odbicia sytuacyjne piłki.

Proszę obejrzeć filmik instruktażowy i wykonać przykładowe ćwiczenia w miarę możliwości, ćwicząc jedynie technikę obu odbić bez piłki.

Poniżej podaję link:

<https://www.youtube.com/watch?v=sQMwrVVDz6c>

Życzę owocnego ćwiczenia.

Wojciech Rudnicki