

Cały poniższy materiał przeznaczony jest dla klas 6 przy czym zostawiam Państwu dowolność kiedy zostanie on zrealizowany. W przypadku jakichkolwiek wątpliwości co do wykonania ćwiczenia proszę o kontakt pod numerem telefonu 690-195-710 lub za pośrednictwem Messengera(Olo Buńko) lub email(drakkarnoir1975@wp.pl) , życzę wytrwałości i dużo zdrowia ,pozdrawiam.

BLOK 1

MOTORYKA

1. MISIEK TYŁEM https://www.youtube.com/watch?v=U_PPri66bFM
2. WGS <https://www.youtube.com/watch?v=y0hSd13vOdQ>
3. POMPKA Z ROTACJĄ <https://www.youtube.com/watch?v=RzcfawhEiIM>
4. WYKROK W TYŁ <https://www.youtube.com/watch?v=KuUDtDZt4cU>
5. PODPÓR PRZÓD + RĘCE NAD GŁOWĘ <https://www.youtube.com/watch?v=C-Wf9mkRjd8>

BLOK 2

TEORIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

1. NAUKA PŁYWANIA odc.1 <https://www.youtube.com/watch?v=tDtDEWX23zE>
2. NAUKA PŁYWANIA odc.2 https://www.youtube.com/watch?v=N8J1raD7_6c
3. NAUKA PŁYWANIA odc.3 <https://www.youtube.com/watch?v=XwYJO2qTR88>

BLOK 3

WIEDZA

1. ENCYKLOPEDIA KONKURENCJI OLIMPIJSKICH-SKOK W DAL https://www.youtube.com/watch?v=Wv1-VP3B_bI
2. ENCYKLOPEDIA KONKURENCJI OLIMPIJSKICH-TRÓJSKOK https://www.youtube.com/watch?v=jD3fNO_z7c0
3. ENCYKLOPEDIA KONKURENCJI OLIMPIJSKICH-BIEGI SPRINTERSKIE <https://www.youtube.com/watch?v=xwNHnCC-fAM>