

Cały poniższy materiał przeznaczony jest dla klas 4,5 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. SPIDERMAN <https://www.youtube.com/watch?v=pMFeWl3Hnxl>
2. SIAD V <https://www.youtube.com/watch?v=Mekoewmi1dE>
3. POMPKA <https://www.youtube.com/watch?v=trzChTtylDI>
4. WYKROK ROTACYJNY <https://www.youtube.com/watch?v=zOVvr08eG1s>
5. BANAN – SUPERMAN <https://www.youtube.com/watch?v=sk9exMxuDdg>

## **BLOK 2**

### **TEORIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

1. NAUKA PŁYWANIA odc.3 [https://www.youtube.com/watch?v=0RE--lCYl\\_s](https://www.youtube.com/watch?v=0RE--lCYl_s)
2. NAUKA PŁYWANIA odc.4 <https://www.youtube.com/watch?v=U6meYrD4s5A>
3. NAUKA PŁYWANIA odc.5 [https://www.youtube.com/watch?v=c\\_N149giVHk&t=2s](https://www.youtube.com/watch?v=c_N149giVHk&t=2s)

## **BLOK 3**

### **WIEDZA**

1. ENCYKLOPEDIA KONKURENCJI OLIMPIJSKICH-PŁYWANIE <https://www.youtube.com/watch?v=xfIZF8DaFDY>
2. ENCYKLOPEDIA KONKURENCJI OLIMPIJSKICH-BIEGI SZTAFETOWE <https://www.youtube.com/watch?v=Cu3BfL9UTNk>
3. ENCYKLOPEDIA KONKURENCJI OLIMPIJSKICH-SIEDMIOBÓJ <https://www.youtube.com/watch?v=BYjKMLLn5K4>

