**Klasa V**

**Temat : Zwody w piłce koszykowej z piłką i bez piłki**

1. Zapoznaj się z poniższym tematem zajęć lekcji a następnie wykonaj zadania na boisku (orliku) lub podwórku.

Wykonaj samodzielnie rozgrzewkę koszykarską , pomoże Ci w tym prezentacja multimedialna (link niżej)

**Część wstępna: Rozgrzewka**

<https://www.youtube.com/watch?v=hqrVOrMjyCo&t=118s>

**Część główna:**

**Otwórz poniższy link w przeglądarce Google - Obejrzy go uważnie -** Ćwiczenia możesz wykonywać z rodzicem lub rodzeństwem

<https://www.youtube.com/watch?v=0_o3gzw_L4M>

<https://www.youtube.com/watch?v=EPZ-0mFssVE>

<https://www.youtube.com/watch?v=yb4rJHSMEpA>

**BĄDŹ TWARDZIELEM – wierzę, że do ćwiczeń się przyłożysz, wykonasz je sumiennie!**