

Witam serdecznie

W nadchodzących tygodniach zajmiemy się zagadnieniami z piłki siatkowej oraz piłki koszykowej. Poniżej napiszę Wam tematy oraz proszę o napisanie referatu na temat wybranej dyscypliny drużynowej czyli będzie to albo piłka siatkowa albo piłka koszykowa. W referacie proszę o wyjaśnienie co Wam się w danej dyscyplinie podoba a co nie. Jakie są przepisy gry oraz czy można w nich coś poprawić aby była bardziej atrakcyjna, bardziej zrozumiała itp. Czas do oddania pracy i wysłania na e-mail **jarek.nitek@onet.pl** wyznaczam do końca tygodnia. Pozdrawiam i do usłyszenia.

Tematy:

1. Piłka koszykowa – Walka o piłkę w polu 3 sek., zbieranie piłki z tablicy.
2. Piłka siatkowa – Nauka ataku z piłki krótkiej.
3. Piłka siatkowa – Doskonalenie ataku dynamicznego.
4. Piłka siatkowa – Gra blokiem podwójnym (taktyka, technika).
5. Piłka siatkowa – Zastosowanie poznanych elementów techniki w grze szkolnej.
6. Gimnastyka – Przerzut bokiem z marszu i biegu.