

Witam serdecznie

W nadchodzących tygodniach zajmiemy się zagadnieniami z piłki nożnej oraz piłki koszykowej. Poniżej napiszę Wam tematy oraz proszę o napisanie referatu na temat wybranej dyscypliny drużynowej czyli będzie to albo piłka nożna 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 wysłanie na e-mail **jarek.nitek@onet.pl** wyznaczam do końca tygodnia. Pozdrawiam i do usłyszenia.

Tematy:

1. Piłka koszykowa – Nauka rzutu do kosza z wyskoku.
2. Piłka koszykowa – Nauka obrotów na jednej nodze.
3. Piłka koszykowa – Nauka zwodu pojedynczego przodem.
4. Piłka nożna – Doskonalenie obrony i ataku indywidualnego we fragmentach gry.
5. Piłka nożna – Doskonalenie elementów techniki – gra właściwa.
6. Piłka nożna – Doskonalenie dryblingu.