

P L A N

zajęć sportowo-rekreacyjnych „FERIE ZIMOWE 2019” w Zespole Szkół Ponadgimnazjalnych i Placówek Opiekuńczo-Wychowawczych nr 3 w Piotrkowie Trybunalskim

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Miejsce zajęć	Realizuje
11.02.2019r.	9.00 – 11.00	Ćwiczenia ogólnorozwojowe i siłowe. Piłka koszykowa TRIO-BASKET. Piłka siatkowa – gra właściwa. Piłka nożna – gra halowa 3-kami.	Sala gimnastyczna Siłownia	A. Warda
12.02.2019r.	9.00 – 11.00	Tenis stołowy - gra pojedyncza i deblowa. Ćwiczenia ogólnorozwojowe. Piłka siatkowa- gra właściwa 6-kami. Piłka koszykowa - gra właściwa 5-kami. Piłka nożna – gra halowa 3-kami.	Sala gimnastyczna. Siłownia. .	A. Warda
13.02.2019r.	9.00 – 11.00	Ćwiczenia ogólnorozwojowe. Piłka siatkowa - gra właściwa. Piłka koszykowa - gra właściwa. Piłka nożna - gra halowa 3-kami.	Sala gimnastyczna. Siłownia.	K. Błaszkowski
14.02.2019r.	9.00 – 11.00	Ćwiczenia ogólnorozwojowe. Gry i zabawy ruchowe. (Turniej unii - hokeja) Piłka koszykowa - TRIO –BASKET. Piłka siatkowa - gra właściwa. Piłka nożna - gra halowa 3-kami.	Sala gimnastyczna. Siłownia.	K. Błaszkowski
15.02.2019r.	9.00 – 11.00	Gry i zabawy rekreacyjno - ruchowe Piłka nożna - gra halowa 3-kami. Piłka koszykowa, siatkowa - gra właściwa.	Sala gimnastyczna.	D. Szymczyk