

7,8

Temat 1: Nauka i doskonalenie chwytów, podania i kozłowania.

Lekcja do wykonania na zewnątrz, zgodnie z poniższym filmem instruktażowym. Potrzebna będzie piłka, najlepiej do piłki ręcznej.

<https://ewf.h1.pl/student/?token=Gsvy90zZ3CeUqtZUnyv2JsX9ZHY81dHsOSXSMRfDvJLtd4c1x&preview=true>

Temat 2: Rzut z przeskokiem.

Lekcja do wykonania na zewnątrz, zgodnie z poniższym filmem instruktażowym. Potrzebna będzie piłka, najlepiej do piłki ręcznej.

<https://ewf.h1.pl/student/?token=T9JRqZM9tDTB7jKEN5nzaHsobcdJy3PzXnxgEH1Zb9ADwK4YGu&preview=true>

Pamiętaj o uzupełnieniu formularza aktywności po wykonaniu każdej lekcji.