

Temat: Piłka siatkowa – stosujemy odbicia piłki sposobem obręcz górnym.

Dzień dobry ☺

Rozpoczynamy siatkówkę. Przygotujcie jakąkolwiek piłkę lub balon. Najpierw wykonajcie rozgrzewkę, a następnie ćwiczenia doskonalące odbicia sposobem górnym:

<https://ewf.h1.pl/student/?token=n3ej8ilkp1HgmzgxJaTtBZ8WiJWEY6rDXdnfQJACbRId0EAwnP>

Powodzenia!