

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

Dzień dobry ☺

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

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

Powodzenia!

Temat: Poznajemy przepisy gry w piłkę siatkową.

Na drugiej godzinie zapoznajcie się z przepisami gry w siatkówkę. Poniżej przydatne strony:

<https://www.pzps.pl/pl/rozgrywki/informacje/regulaminy-i-przepisy/283-przepisy-gry-w-pilke-siatkowa-2017-2020>

http://13lo.szczecin.pl/sport/biblioteczka/przepisy_ps.pdf

Aby sprawdzić swoją wiedzę wykonajcie testy:

https://gazetawroclawska.pl/quiz/6323,quiz_jak_w_to_sie_gra_czy_znasz_zasady_siatkowki,q,t.html

<https://www.profesor.pl/publikacja,6858,Sprawdziany-i-testy,Test-z-wiedzy-o-przepisach-gry-w-pilke-siatkowa>

<https://www.dziennik.pl/quizy/408054,czy-znasz-zasady-gry-w-siatkowke.html>

Pozdrawiam ☺