

## Wychowanie fizyczne – VII VIII dziewczęta – 29.04.2020r.

### Temat: Historia koszykówki.

Proszę przeczytać poniższy artykuł a następnie oglądnąć krótki filmik. Oba materiały dotyczą historii powstania tej ciekawej, bardzo widowiskowej dyscypliny sportowej i oczywiście olimpijskiej. W Stanach Zjednoczonych jest to jedna z najbardziej popularnych dyscyplin sportowych, która cieszy się większym zainteresowaniem nawet niż piłka nożna. Niemal w pobliżu każdego domu wolno stojącego znajduje się chociażby tablica z obręczą do której w wolnych chwilach ćwiczą domownicy w każdym wieku. Sam ten fakt świadczy o kolosalnej popularności tej dyscypliny w USA.

[http://historiawisly.pl/wiki/index.php?title=Geneza\\_koszykówki\\_w\\_świecie\\_%2C\\_w\\_Europie\\_i\\_w\\_Polsce](http://historiawisly.pl/wiki/index.php?title=Geneza_koszykówki_w_świecie_%2C_w_Europie_i_w_Polsce)

### Historia koszykówki

<https://www.youtube.com/watch?v=kbCniqNvrBk>

### Temat: Przepisy gry w piłkę koszykową.

Proszę oglądnąć poniższy krótki film i strać się trochę zapamiętać. Z uwagi na to, że jest krótki można go kilka razy obejrzeć. Na pewno Wam się te informacje przydadzą ponieważ na kolejnych lekcjach planuję przeprowadzić test z przepisów piłki koszykowej. Więcej informacji podam na lekcji na której będzie test.

<https://www.youtube.com/watch?v=wEWImz-dd04>

Po chwili teorii czas na zadbanie o własną formę sportową. Oglądnijcie poniższy materiał i poćwiczcie synchronicznie z prowadzącym. Być może już ten program widzieliście ale uważam, że jest bardzo ciekawy i wart do zapamiętania. Jeśli wykonacie go kilkakrotnie to zapamiętacie go na dłużej. Można go oczywiście wzbogacić o ćwiczenia które robiliśmy na lekcjach. Miłej zabawy!

<https://www.youtube.com/watch?v=1AKgBQqeJTk>

Po obejrzeniu materiałów tradycyjnie proszę o przesłanie informacji – **materiał oglądnąłem** - na mój email: [nowakr.zsstaszkowka@gmail.com](mailto:nowakr.zsstaszkowka@gmail.com) za co postawię plusa.

Opis oceny w dzienniku za aktywność w kwietniu i podobnie będzie w maju:

O - brak plusów

db - 1-2 plusy,

+db - 3 ,

-bdb - 4-6 plusów

bdb - 7-9 plusów,

+bdb - 10-12 plusów,

cel - 13 i więcej.

**Ważne!** Plus można uzyskać za aktywność w dniu w którym macie lekcje wychowania fizycznego potwierdzając ją odpowiedzią na mój email.

W razie jakichkolwiek pytań lub propozycji proszę pisać na ten sam adres.

Pozdrawiam !