

Wychowanie fizyczne klasa V (26.03.2020)

Temat: Przepisy gry w badmintona, podstawy badmintona w praktyce.

Proszę przejrzeć dwa filmiki. Pierwszy dotyczy przepisów gry. Pewne wiadomości będą potrzebne do odpowiedzenia na pytania testowe. Postarajcie się dużo zapamiętać. Na drugim filmie uczestnicy pokazują ćwiczenia i zabawy pozwalające nauczyć się trochę gry. Jak wrócimy na salę spróbujemy coś z tych ćwiczeń powtórzyć. To tyle jeśli chodzi o teorię. Nie zapominajcie o ćwiczeniach w domu, gdzie można na niewielkiej przestrzeni wykonać wiele ćwiczeń ogólnorozwojowych. Wczoraj dostaliście 1 zestaw ćwiczeń w następnym tygodniu podeślę kolejne.

Przepisy gry w badmintona

<https://www.youtube.com/watch?v=mrnUP6gKpEc>

Podstawy badmintona

<https://www.youtube.com/watch?v=VP3W7Hz6nRI>