

Wychowanie fizyczne – V klasa – 3.04.2020r.

Temat: Przepisy gry – unihokej.

Zadanie, proszę oglądnąć i posłuchać komentarz opisujący grę szkolną w unihokeja. Generalnie przepisy są dużo bardziej skomplikowane, ale na dzisiaj skupmy się na podstawach.

Unihokej na Orliku - zasady gry

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

Kolejne zadanie proszę obejrzeć mecz zawodników zaawansowanych pod względem techniki i taktyki gry. Zwróćcie uwagę na ich poruszanie się po boisku oraz na momenty w których sędzia przerywa grę wskazując błąd złamania przepisów.

Mecz Salming Ekstraligi Unihokeja pomiędzy MUKS Zielonka i ULKS Józefina

<https://www.youtube.com/watch?v=yb2ZGq0zF9E>

Tyle teorii. Nie zapominajcie o codziennej kilkuminutowej gimnastyce. Przykłady ćwiczeń dostaliście w poprzednich materiałach i oprócz tego wiele znacie z moich lekcji wychowania fizycznego.

Pozdrawiam !