Klasa I

Temat lekcji: Fakultet. Piłka nożna. Gra właściwa .

CELE:

- doskonalenie poznanych elementów technicznych, - kształtowanie orientacji przestrzennej.

1.Część wstępna:

Rozgrzewka

[**https://www.youtube.com/watch?v=2hBptb-Vfwo**](https://www.youtube.com/watch?v=2hBptb-Vfwo)

2. Część główna

[**https://www.youtube.com/watch?v=CBd4nBI6Mug**](https://www.youtube.com/watch?v=CBd4nBI6Mug)

[**https://www.youtube.com/watch?v=2O-CtwIGwpM**](https://www.youtube.com/watch?v=2O-CtwIGwpM)

[**https://www.youtube.com/watch?v=QXNvslzDRq4**](https://www.youtube.com/watch?v=QXNvslzDRq4)

3. Część końcowa

Rozluźnienie

[**https://www.youtube.com/watch?v=MABf8hq8oto&t=25s**](https://www.youtube.com/watch?v=MABf8hq8oto&t=25s)