

Wychowanie Fizyczne KL.VIII ab dziewczęta data 15.06.2020r Jakub Wielądek

Temat: Nauka odbicia sposobem dolnym w piłce siatkowej.

Witam.

Dziś zapraszam Was do metodyczne oraz progresywne ćwiczenia siatkarskie doskonalące naukę odbić sposobem dolnym. Ćwiczenia do wykonania w warunkach domowych.

Pokaz i objaśnienie na poniższym filmie.

<https://ewf.h1.pl/student/?token=qgChHkY9he3BFc6r5EliDnFUkpoPt6aZoZIVoPkKrcP3OQj0Or>

Ze sportowym pozdrowieniem:

Jakub Wielądek