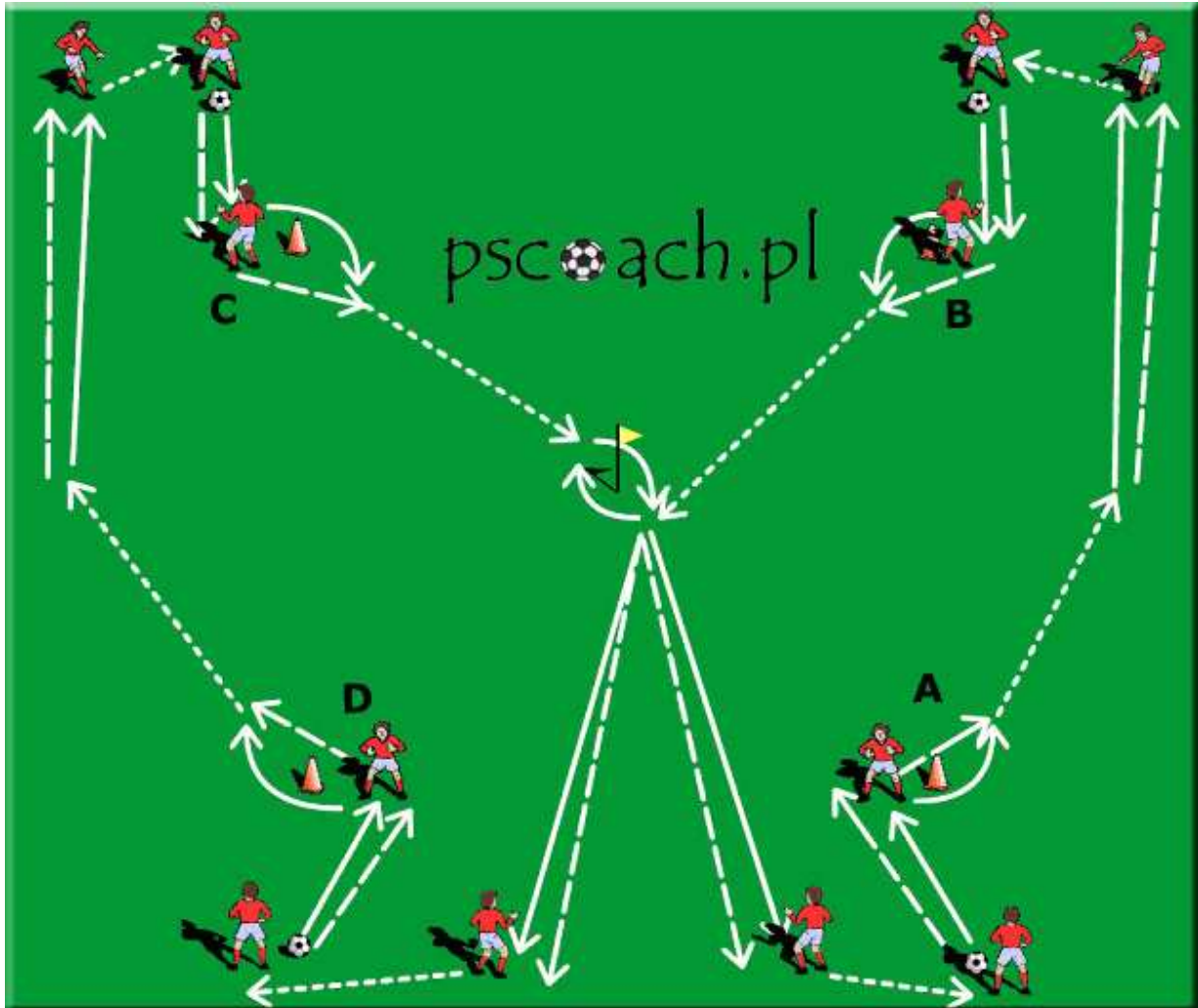


Ćwiczenia dodatkowe:

Ćwiczenie 1.



Przebieg Ćwiczenia:

Zawodnik A zagrywa piłkę obok słupka, obiega go i prowadzi do wysokości chorągiewki, po czym zagrywa piłkę do zawodnika z grupy B. Zawodnik z grupy B zagrywa piłkę obok słupka, obiega go i prowadzi do chorągiewki, obiega ją wokół z piłką i zagrywa piłkę do zawodnika z grupy D. Zawodnicy po podaniu bieżą na miejsce zawodnika, do którego zegrali piłkę. Grupy D i C grają jak grupy A i B.

Uwagi trenera:

Zwracać uwagę na dokładność podania. Grypy minimum po 3 zawodników, maximum po 5