WF- 4 i 6

Temat: Rzuty o tablicę 16.04.2020

<https://youtu.be/lZDTkdlZ_XY>

W procesie wychowania fizycznego uczeń powinien umieć zastosować podczas gry w koszykówkę cztery podstawowe **rodzaje** rzutów: **rzut** wolny, **rzut** pozycyjny w wyskoku po zatrzymaniu na jedno- i dwa tempa oraz podstawowy **rzut** w biegu (dwutakt). Nauczanie rzutów rozpoczynamy od **rzutu** pozycyjnego w miejscu (**rzutu** wolnego).