OLIMPIADA

1. CZAS START 4X OBIEGNIJ STÓŁ + 10 PAJACYKÓW ZATRZYAMAJ CZAS KONIEC



**START 4x**  + **10x**   **Koniec**

1. UŁÓŻ SLALOM Z DOWOLNYCH PRZEDMIOTÓW W ODLEGŁOŚCI 1 KROKU = 4 PRZEDMIOTY. Wykonaj 4x slalom w jedną i drugą stronę liczymy jako raz

CZAS START 4X CZAS STOP.





1. Postaw pudełko lub inny przedmiot z otworem w odległości 2 m czyli dwa duże kroki. Weź 6 par skarpetek ustaw na linii startu i obiegnij pudełko po czym rzutem jednorącz z za głowy postaraj się trafić do otworu. Start włącz czas koniec zatrzymaj czas + punkty za celność .





Rzut jak w piłce ręcznej.

1. W pozycji rak przodem transportuj na brzuchu skarpetkę. Po drodze omijając pudełko wrzuć ręką do środka. Zadanie wykonaj 4x. CZAS START 4X CZAS STOP.





1. Z rolką papieru toaletowego na głowie musisz wykonać 4 okrążenia w odległości 2m.

Czas Start 10 pkt jak nie spadnie papier; za każde spadnięcie -1

Wykonaj 4 x okrążenie czas koniec.





1. Wykonaj 10 x ćwiczenie padnij powstań z wyskokiem i klaśnięciem nad głową

Czas start 10x czas stop.



OLIMPIADA

IMIĘ NAZWISKO :

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| LP | Zadanie | Czas min/s | PKT |
| 1. | BIEG WOKÓŁ STOŁU  |  |  X |
| 2 | BIEG SLALOM  |  |  X |
| 3 | RZUT SKARPETĄ  |  |  |
| 4 | RAK PRZODEM  |  |  X |
| 5 | Z PAPIEREM NA GŁOWIE |  |  |
| 6 | PADNIJ POWSTAŃ  |  |  X |

WYPEŁNIJ TABELKĘ, PRZEŚLIJ FILMIKI Z WYKONYWANYCH ZADAŃ OLIMPIJSKICH, ABY OTRZYMAĆ POZYTYWNĄ OCENE.

CZAS PRACY- DO WTORKU GODZINA 18:00.

kamil.mlynarski88@wp.pl