

Zadanie domowe gr. A/B1 (17-18.04.2020)

I – Zadanie ruchowe

Zawodnik wykonuje je sam. Do wykonania potrzebna jest piłka oraz dwie mniejsze piłeczki.

Ćwiczenia

<https://www.youtube.com/watch?v=XHnbXG7JFzA&feature=youtu.be>

II - Koncentracja i kreatywność

Zawodnik wykonuje zadanie z opiekunem lub rodzeństwem.

Zdrowa kolorowa przekąska

Zadanie

Przygotujecie wspólnie zdrową przekąskę, która zaskoczy innych wyglądem oraz kolorystyką.

Przykłady:



Pochwalcie się swoimi przekąskami przed trenerem wysyłając mu zdjęcia.

III - Codzienne obowiązki

Zawodnik wykonuje zadanie razem z opiekunem.

Podlewanie roślin.

Zadania

Przygotujcie razem z dzieckiem listę roślin, które należy podlewać w domu.

Lista powinna zawierać nazwę rośliny oraz informację jak często i jaką ilością wody należy je podlewać.

Ustalcie razem z dzieckiem, że przez kolejny tydzień jest odpowiedzialny za rośliny i ma je podlewać według listy.

Z materiałów mogą korzystać Opiekunowie mający zawartą i aktywną umowę z Akademią. Prosimy o nieudostępnianie materiałów Akademii Piłkarskiej Online osobom postronnym lub w mediach społecznościowych. Są one objęte prawem autorskim i podlegają ochronie na mocy „Ustawy o prawie autorskim i prawach pokrewnych” z dnia 4 lutego 1994 r. (tekst ujednolicony: Dz.U. 2006 nr 90 poz. 631). Kopiowanie, przetwarzanie, rozpowszechnianie tych materiałów w całości lub w części bez zgody autora jest zabronione.