

Akademia Piłkarska Online
Dotychczasowe zadania z okresu: 23.03-22.05.2020

Wybierz swoją grupę:

Grupa A/B1

Grupa B/C

Grupa A/B1

Treningi Online dla Maluszków (3-5 lat):

- Trening online 1: <https://tiny.pl/7mmdp>
- Trening online 2: <https://tiny.pl/7m8gk>
- Trening online 3: <https://tiny.pl/7mzf5>
- Trening online 4: <https://tiny.pl/7gnlk>
- Trening online 5: <https://tiny.pl/7tqxc>
- Trening online 6: <https://tiny.pl/7tnm4>
- Trening online 7: <https://tiny.pl/7tznc>
- Trening online 8: <https://tiny.pl/77nnl>

Treningi Online Grupa A/B1:

- Trening online 1: <https://bit.ly/2y3lerr>
- Trening online 2: <https://bit.ly/2QUr0Cv>
- Trening online 3: <https://bit.ly/2w4aVTk>
- Trening online 4: <https://bit.ly/2JMIqOv>
- Trening online 5: <https://bit.ly/2JUdRoV>
- Trening online 6: <https://tiny.pl/7qc8t>
- Trening online 7: <https://tiny.pl/7q8t9>
- Trening online 8: <https://tiny.pl/7xmj1>
- Trening online 9: <https://tiny.pl/7x2b1>
- Trening online 10: <https://tiny.pl/7mmd2>
- Trening online 11: <https://tiny.pl/7m8g6>
- Trening online 12: <https://tiny.pl/7mzfj>
- Trening online 13: <https://tiny.pl/7gnl8>
- Trening online 14: <https://tiny.pl/7tqxd>
- Trening online 15: <https://tiny.pl/7tnm6>
- Trening online 16: <https://tiny.pl/7tznf>
- Trening online 17: <https://tiny.pl/77nkh>

Zadania domowe:

- Zadanie domowe 1: <https://bit.ly/2Uq7rXk>
- Zadanie domowe 2: <https://bit.ly/2WXB9C3>
- Zadanie domowe 3: <https://bit.ly/39x4ciw>
- Zadanie domowe 4: <https://bit.ly/2JOO8ym>
- Zadanie domowe 5: <https://bit.ly/2JQBFu1>
- Zadanie domowe 6: <https://tiny.pl/7qc8d>
- Zadanie domowe 7: <https://tiny.pl/7q8tf>
- Zadanie domowe 8: <https://tiny.pl/7xmjs>
- Zadanie domowe 9: <https://tiny.pl/7x2bk>
- Zadanie domowe 10: <https://tiny.pl/7mmdz>
- Zadanie domowe 11: <https://tiny.pl/7m8g3>
- Zadanie domowe 12: <https://tiny.pl/7mzfk>

- Zadanie domowe 13: <https://tiny.pl/7gnlb>
- Zadanie domowe 14: <https://tiny.pl/7tgx1>
- Zadanie domowe 15: <https://tiny.pl/7t4t5>
- Zadanie domowe 16: <https://tiny.pl/7tznj>
- Zadanie domowe 17: <https://tiny.pl/77nkt>

Okiem fachowca:

- Dietetyk Sławomir Kula: <https://bit.ly/39mLLBM>
- Fizjoterapeuta Bartosz Kubaszewski: <https://bit.ly/2JITEIx>
- Mistrz Olimpijski Szymon Ziółkowski: <https://bit.ly/2JMWari>
- Jak niebezpieczeństwa czyhają w sieci?: <https://tiny.pl/7qfdt>
- Wskazówki psychologa Reprezentacji Polski Damiana Salwina: <https://tiny.pl/7xmpf>
- Jak niebezpieczeństwa czyhają w sieci? cz. 2: <https://tiny.pl/7mm5q>
- PLKD partner APO: <https://tiny.pl/7m3rl>
- Porady dotyczące gry w FIFĘ 2020: <https://tiny.pl/7tgmh>
- Jakie buty wybrać do gry w piłkę?: <https://tiny.pl/7tznv>

Piłkarski MasterChef

- Energetyczne śniadania: <https://bit.ly/39kEJc8>
- Pyszna sycące zupy: <https://bit.ly/39tSN39>
- Poniedziałkowe śniadanie na słodko i wytrawnie: <https://bit.ly/34i290N>
- Przepis na koktajl: zielona moc witamin: <https://bit.ly/2xRT3f3>
- Wyjątkowe obiady: <https://tiny.pl/7qc82>
- Słodkie śniadanie i obiad po meksykańsku: <https://tiny.pl/7xmpt>
- Zdrowe słodczy: <https://tiny.pl/7mmfv>
- Energetyczny koktajl czekoladowo-bananowy: <https://tiny.pl/7mm5h>
- Przepis na pyszny obiad: <https://tiny.pl/7m3rp>
- Popcorn w nieznanach odsłonach: <https://tiny.pl/7tqxb>
- Słodkie naleśniki i słone gofry: <https://tiny.pl/7tzns>

Zdobądź wiedzę:

- Jak zachęcić malucha do sportu?: <https://bit.ly/2wBonhS>
- Jaki rozmiar piłki wybrać?: <https://bit.ly/3dGVql9>
- Oglądanie meczów w TV i ich wpływ na fantazję oraz rozumienie gry: <https://bit.ly/2V1CHIS>
- Dobry sen a rozwój młodego piłkarza: <https://bit.ly/34kCBQH>
- Rodzaje rzutów w piłce nożnej: <https://bit.ly/3aYYnvJ>
- Rola bramkarza: <https://tiny.pl/7qc81>
- Sędziowie w piłce nożnej: <https://tiny.pl/7q8t2>
- Podstawowe zasady gry w piłkę nożną: <https://tiny.pl/7xmiz>
- Zasady fair play w piłce nożnej: <https://tiny.pl/7x2bv>
- Poznaj boisko piłkarskie: <https://tiny.pl/7mmfx>
- Koncentracja malucha: <https://tiny.pl/7m8tg>
- Różnorodne aktywności a kariera piłkarska: <https://tiny.pl/7m3rn>
- Jak zwalczyć nudę w domu?: <https://tiny.pl/7gn4g>
- Zasady korzystania dziecka z Internetu: <https://tiny.pl/7tgxn>
- E-sport, czym jest i czy warto go uprawiać?: <https://tiny.pl/7t4t4>
- Ile czasu przed komputerem może spędzać dziecko?: <https://tiny.pl/7tznj>
- Historia butów piłkarskich: <https://tiny.pl/77nkr>

Quiz piłkarski:

- Quiz piłkarski 1: <https://bit.ly/3dzruYv>
- Quiz piłkarski 2: <https://bit.ly/2xx3TXG>

- Gra planszowa: <https://bit.ly/39F0QKi>
- Sportowa gra planszowa: <https://bit.ly/3bXo6ER>
- Kolorowanka z labiryntem: <https://bit.ly/2Rjh2uw>
- Sportowe koło fortuny: <https://bit.ly/3c63RVE>
- Kolorowanka + gra planszowa: <https://bit.ly/3ecPtq3>
- Quiz piłkarski 3: <https://tiny.pl/7qc84>
- Sportowa gra planszowa: <https://tiny.pl/7q87x>
- Sportowa gra planszowa: <https://tiny.pl/7xmpx>
- Quiz piłkarski 4: <https://tiny.pl/7x2zx>
- Quiz piłkarski 5: <https://tiny.pl/7mkqc>
- Quiz piłkarski 6: <https://tiny.pl/7m8tl>
- Quiz piłkarski 7: <https://tiny.pl/7mzfs>
- Quiz piłkarski 8: <https://tiny.pl/7qn4r>
- Quiz piłkarski 9: <https://tiny.pl/7tgx6>
- Zabawa Zgadnij kto to: <https://tiny.pl/7tvm1>
- Piłkarskie 5 sekund: <https://tiny.pl/7tzn8>
- Quiz piłkarski 10: <https://tiny.pl/77nkd>

Poznaj piłkarską gwiazdę:

- Robert Lewandowski: <https://bit.ly/39fSUyT>
- Luka Modrić: <https://bit.ly/2xL2bSQ>
- Cristiano Ronaldo: <https://bit.ly/39T1PqI>
- Jakub Błaszczykowski: <https://tiny.pl/7q87c>
- Lionel Messi: <https://tiny.pl/7x2zt>
- Krzysztof Piątek: <https://tiny.pl/7m8ts>
- David Beckham: <https://tiny.pl/7qn4c>
- Yaya Toure: <https://tiny.pl/7t477>
- Luiz Suarez: <https://tiny.pl/77nkl>

Minecraft & Brawl Star:

- Bransoletka survivalowa: <https://bit.ly/2UIWywb>
- 5 rodzajów węzłów: <https://bit.ly/39Bq0Aq>
- Jak przygotować rację żywnościową: <https://bit.ly/3c4VuK2>
- Jak wezwać pomoc używając sygnału SOS?: <https://tiny.pl/7q87p>
- Apteczka pierwszej pomocy: <https://tiny.pl/7x2zd>
- Udzielanie pierwszej pomocy – złamanie: <https://tiny.pl/7m8tb>
- Poparzenia – jak sobie z nimi radzić?: <https://tiny.pl/7qn4f>
- Jak przygotować wodoodporną tkaninę?: <https://tiny.pl/7t47c>
- Jak wykonać kompas survivalowy: <https://tiny.pl/77nkp>

Grupa B/C

Treningi Online

- Trening online 1: <https://bit.ly/3ahrutS>
- Trening online 2: <https://bit.ly/3bx8CqU>
- Trening online 3: <https://bit.ly/39FNBZU>
- Trening online 4: <https://bit.ly/39LwmXa>
- Trening online 5: <https://bit.ly/2RHx81p>
- Trening online 6: <https://tiny.pl/7qc8r>
- Trening online 7: <https://tiny.pl/7q8tw>
- Trening online 8: <https://tiny.pl/7xmj4>
- Trening online 9: <https://tiny.pl/7x2bl>

- Trening online 10: <https://tiny.pl/7mmdv>
- Trening online 11: <https://tiny.pl/7m8qb>
- Trening online 12: <https://tiny.pl/7mzf4>
- Trening online 13: <https://tiny.pl/7gnls>
- Trening online 14: <https://tiny.pl/7tqxf>
- Trening online 15: <https://tiny.pl/7tnmz>
- Trening online 16: <https://tiny.pl/7tzn5>
- Trening online 17: <https://tiny.pl/77nkx>

Zadania domowe:

- Zadanie domowe 1: <https://bit.ly/2vMR4YH>
- Zadanie domowe 2: <https://bit.ly/33XtRzW>
- Zadanie domowe 3: <https://bit.ly/2yIBKmK>
- Zadanie domowe 4: <https://bit.ly/2Ve1s4F>
- Zadanie domowe 5: <https://bit.ly/2JR3Rwl>
- Zadanie domowe 6: <https://tiny.pl/7qc85>
- Zadanie domowe 7: <https://tiny.pl/7q8t4>
- Zadanie domowe 8: <https://tiny.pl/7xmjb>
- Zadanie domowe 9: <https://tiny.pl/7x2bs>
- Zadanie domowe 10: <https://tiny.pl/7mmd3>
- Zadanie domowe 11: <https://tiny.pl/7m8tx>
- Zadanie domowe 12: <https://tiny.pl/7mzf8>
- Zadanie domowe 13: <https://tiny.pl/7gnlz>
- Zadanie domowe 14: <https://tiny.pl/7tqxj>
- Zadanie domowe 15: <https://tiny.pl/7t4tp>
- Zadanie domowe 16: <https://tiny.pl/7tznv>
- Zadanie domowe 17: <https://tiny.pl/77nk7>

Okiem fachowca:

- Dietetyk Sławomir Kula: <https://bit.ly/39mLLBM>
- Fizjoterapeuta Bartosz Kubaszewski: <https://bit.ly/2JITEIx>
- Mistrz Olimpijski Szymon Ziółkowski: <https://bit.ly/2JMWari>
- Jak niebezpieczeństwa czyhają w sieci? cz.1: <https://tiny.pl/7qfdt>
- Wskazówki psychologa Reprezentacji Polski Damiana Salwina: <https://tiny.pl/7xmpf>
- Jak niebezpieczeństwa czyhają w sieci? cz. 2: <https://tiny.pl/7mm5g>
- PLKD partner APO: <https://tiny.pl/7m3rl>
- Porady dotyczące gry w FIFĘ 2020: <https://tiny.pl/7tgmh>
- Jak buty wybrać do gry w piłkę?: <https://tiny.pl/7tznv>

Piłkarski MasterChef

- Energetyczne śniadania: <https://bit.ly/39kEJc8>
- Pyszna sycące zupy: <https://bit.ly/39tSN39>
- Poniedziałkowe śniadanie na słodko i wytrawnie: <https://bit.ly/34i290N>
- Przepis na koktajl: zielona moc witamin: <https://bit.ly/2xRT3f3>
- Wyjątkowe obiady: <https://tiny.pl/7qc82>
- Słodkie śniadanie i obiad po meksykańsku: <https://tiny.pl/7xmpt>
- Zdrowe słodczyce: <https://tiny.pl/7mmfv>
- Energetyczny koktajl czekoladowo-bananowy: <https://tiny.pl/7mm5h>
- Przepis na pyszny obiad: <https://tiny.pl/7m3rp>
- Popcorn w nieznanach odsłonach: <https://tiny.pl/7tqxb>
- Słodkie naleśniki i słone gofry: <https://tiny.pl/7tzns>

Zdobądź wiedzę:

- Rolowanie: <https://bit.ly/3btIBJl>
- FIFA 2020: <https://bit.ly/2wQi1vd>
- Istota picia wody, przerw i strefy odpoczynku podczas treningu: <https://bit.ly/2X2kQE7>
- Wymówki jako przeszkoda do sukcesu: <https://bit.ly/3caMiUH>
- FIFA a UEFA: <https://bit.ly/3ba4uO9>
- Jak zostać bramkarzem: <https://tiny.pl/7qc8j>
- Historia piłki nożnej: <https://tiny.pl/7q8t3>
- Oficjalna piłka meczowa Mistrzostw Świata: <https://tiny.pl/7xmpq>
- Jak przestać się garbić?: <https://tiny.pl/7x2bz>
- Rozciąganie: <https://tiny.pl/7mmf7>
- Koncentracja: <https://tiny.pl/7m8t1>
- Umiejętne wspieranie młodego piłkarza: <https://tiny.pl/7m3rs>
- Bezbolesny powrót na boisko: <https://tiny.pl/7qn4t>
- Klocki LEGO: <https://tiny.pl/7tqx2>
- Najczęściej popełniane błędy przez rodziców: <https://tiny.pl/7t4t8>
- Ciekawostki na temat piłki nożnej: <https://tiny.pl/7tzn4>
- Licz się ze słowami: <https://tiny.pl/77nkw>

Quiz piłkarski:

- Quiz piłkarski 1: <https://bit.ly/2ybsCBn>
- Quiz piłkarski 2: <https://bit.ly/2Uq5urk>
- Gra planszowa: <https://bit.ly/39F0QKi>
- Sportowa gra planszowa: <https://bit.ly/3bXo6ER>
- Sportowe koło fortuny: <https://bit.ly/3c63RVF>
- Quiz piłkarski 3: <https://tiny.pl/7qc8n>
- Sportowa gra planszowa: <https://tiny.pl/7q87x>
- Sportowa gra planszowa: <https://tiny.pl/7xmpx>
- Quiz piłkarski 4: <https://tiny.pl/7x2zm>
- Quiz piłkarski 5: <https://tiny.pl/7mmf8>
- Quiz piłkarski 6: <https://tiny.pl/7m8tk>
- Quiz piłkarski 7: <https://tiny.pl/7mzfv>
- Quiz piłkarski 8: <https://tiny.pl/7qn4w>
- Quiz piłkarski 9: <https://tiny.pl/7tqxv>
- Zabawa Zgadnij kto to: <https://tiny.pl/7tvm1>
- Piłkarskie 5 sekund: <https://tiny.pl/7tzn8>
- Quiz piłkarski 10: <https://tiny.pl/77nkr>

Poznaj piłkarską gwiazdę:

- Robert Lewandowski: <https://bit.ly/39fSUyT>
- Luka Modrić: <https://bit.ly/2xL2bSQ>
- Cristiano Ronaldo: <https://bit.ly/39T1PqI>
- Jakub Błaszczykowski: <https://tiny.pl/7q87c>
- Lionel Messi: <https://tiny.pl/7x2zt>
- Krzysztof Piątek: <https://tiny.pl/7m8ts>
- David Beckham: <https://tiny.pl/7qn4c>
- Yaya Toure: <https://tiny.pl/7t477>
- Luiz Suarez: <https://tiny.pl/77nk1>

Minecraft & Brawl Star:

- Bransoletka survivalowa: <https://bit.ly/2UIWywb>
- 5 rodzajów węzłów: <https://bit.ly/39Bq0Aq>

- Jak przygotować rację żywnościową: <https://bit.ly/3c4VuK2>
- Jak wezwać pomoc używając sygnału SOS?: <https://tiny.pl/7q87p>
- Apteczka pierwszej pomocy: <https://tiny.pl/7x2zd>
- Udzielanie pierwszej pomocy – złamanie: <https://tiny.pl/7m8tb>
- Poparzenia – jak sobie z nimi radzić?: <https://tiny.pl/7gn4f>
- Jak przygotować wodoodporną tkaninę?: <https://tiny.pl/7t47c>
- Jak wykonać kompas survivalowy: <https://tiny.pl/77nkp>

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.