**Zadania od 18.05 – 22.05.2020r.**

**I Praca na ocenę.**

**Wypełnij test z przepisów zaznaczając prawidłową odpowiedź X .Odeślij test i wypełnione zadanie II ”Jaka to konkurencja lekkoatletyczna” do nauczyciela uczącego w Twojej klasie do dnia 25.05.2020r.**

**Piłka ręczna:**

 **1.Ilu zawodników jednej drużyny znajduje się na boisku w momencie rozpoczęcia gry?**

a) 12 b) 7 c) 5

**2.Kto może przebywać na polu bramkowym?**

a) tylko bramkarz

 b )tylko obrońca

 c) bramkarz i atakujący

**3.Rzuty karne wykonuje się:**

a) ze środka boiska

 b) z linii rzutów karnych

c) z odległości 5 m od bramki

**4.Ile kroków może zrobić zawodnik z piłką bez kozłowania ?**

a) 5 b) 1 c) 3

**5. Czy bramkarz może wyjść poza pole bramkowe.**

a) tak, tylko z piłką

b) tak, ale bez piłki

c) nie może wychodzić

**6.Odgwizdany błąd przez sędziego wykonuje się wprowadzając piłkę do gry**

a) z miejsca popełnienia błędu

b) z autu

c) z pola bramkowego

**Siatkówka:**

**1. W jakiej odległości od siatki znajduje się linia ataku?**

 a) 9m b) 18 m c) 3 m

**2. Zespół wygrywa mecz jeżeli:**

a) wygra 3 sety b) wygra 2 połowy c) zdobędzie 25 punktów

**3. Libero to zawodnik, który:**

a) tylko blokuje b) tylko atakuje c) tylko broni

 **4. Zawodnik może zagrać piłkę:**

a) tylko oburącz b) dowolną częścią ciała c) tylko prawą lub lewą ręką

 **Koszykówka:**

**1.Ilu zawodników liczy drużyna koszykarska?**

 a) 5 b)10 c) 12

 **2.Ilu zawodników drużyny rozpoczyna grę?**

 a) 10 b) 5 c) 7

**3.Mecz składa się z:**

a) 4 kwart po 10 min b) 2 połów po 10 min c) 4 kwart po 20 min

 **4.Jaka kara przewidziana jest dla zawodnika za 5 fauli ?**

a) wykluczenie na 2 min b) czerwona kartka c) opuszczenie boiska

**5.Ile punktów przyznaje się za rzut wolny?**

 a) 3 b )2 c) 1

**Piłką nożna.**

**1.Mecz piłki nożnej trwa:**

a) 2 połowy, każda po 45 min b) 4 kwarty c) do 4 bramek zdobytych przez lepszy zespół

**2.Mecz rozpoczyna się, gdy na boisku:**

a) znajduje się 11 zawodników i 2 bramkarzy

b) są dwie drużyny składające się z 11 zawodników i bramkarza

c) są dwie drużyny składające się z 11 zawodników

**3.Sędzia może ukarać zawodnika:**

 a) żółtą bądź czerwoną kartką

 b) wykluczeniem z gry na 5 min

c) trzema żółtymi kartkami

**4.Rzut karny wykonuje zawodnik:**

 a) bezpośrednim strzałem z odległości 11 metrów

 b) po podaniu do partnera z odległości 11

**5. Czy mecz finałowy Mistrzostw Świata może zakończyć się remisem?**

a) nie

 b) tak, ale jest dogrywka

 c) tak

 **II Zadanie na ocenę**



2.Ćwiczenia w domu.

a) ogólnorozwojowe na całe ciało

b) ćwiczenia wzmacniające brzuch

<https://www.youtube.com/watch?v=QcFMkdea05k>