



## 90 WGZ Dzielne Fenixiątka

sprawność

indywidualna

Mistrz ping-ponga

1. Rozegrałem mecz w singlu i deblu.
2. Pobiłem swój rekord w podbijaniu piłeczki.
3. Dbam o swój rekord w podbijaniu piłeczki.
4. Dbam o swój sprzęt, potrafię naprawić niewielkie uszkodzenia.
5. Przygotowałem stół do gry.
6. Sędziowałem mecz ping-ponga.
7. Wytłumaczyłem zasady gry, fachowe słownictwo używane podczas meczu.
8. Brałem udział w turnieju ping-ponga.



### UWAGI

- Sprawność polecana wszystkim zuchom, ale szczególnie tym, które lubią grać w ping-ponga. Nadaje się na kolonię zuchową.
- Sprawność kształtuje zwinność, spostrzegawczość, zręczność oraz ogólną sprawność fizyczną.
- Zadania wykonywane przez zucha można wykorzystać podczas zdobywania sprawności: „Olimpijczyk”, „Sportowiec”. Aby dalej rozwijać zainteresowania zucha, można zaproponować mu inne sprawności sportowe, jak „Gimnastyk”, „Mistrz ringo”.