**Активности за 9 - то одд ракомет**

На следните линкови дадени ви се вежби во ракомет

<https://kineziologija.mk/vodenje-na-topka/>

<https://kineziologija.mk/%D0%B7%D0%BE%D0%BD%D1%81%D0%BA%D0%B0-%D0%BE%D0%B4%D0%B1%D1%80%D0%B0%D0%BD%D0%B0-%D0%B2%D0%BE-%D1%80%D0%B0%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D0%B5%D1%82-3-2-1/>

<https://www.youtube.com/watch?v=X_7zR5erx-Y>

Почитувани ученици,

Овој материјал ви е за периодот од **27.04. до 30.04 2020 год**

**Ваша задача е следна:**

* да наброите и сликовито прикажете вежби за додавање и примање топка, водење топка , и видови на зонска одбрана во ракометната игра

Задачата треба да биде завршена најдоцна до **03.05.2020**

Вашите изработки пратете ги на мојот маил :**jmihajlovska@gmail.com**

Најважно од се е дома да бидете физички активни и да одвоите барем 20 – 30 минути за вежбање.Пратени ви се линкови каде што имате вежби во домашни услови.

Проф. Јасминка Михајловска Стојановска