

**KARTA „UCZNIOWSKIEGO TURBO KOZAKA”**

<b>Imię i nazwisko:</b>		<b>Klasa:</b>	<b>Data:</b>				
<b>DYSC.</b>	<b>KONKURENCJA</b>		<b>PUNKTY DO ZDOBYCIA</b>	<b>PUNKTY</b>			<b>U</b>
<b>PR</b>	<b>1</b>	Rzut w poprzeczkę z linii przerywanej (9 metrów)	<b>3 za 1</b>				
	<b>2</b>	Rzut do bramki „w ciemno” z linii 9 metrów	<b>10</b>				
<b>PS</b>	<b>3</b>	Zagrywka kierowana - dowolnym sposobem w poprzeczkę	<b>5 za 1</b>				
	<b>4</b>	Odbicia oburącz w kole o średnicy 2 metrów w czasie 30 s.	<b>1 za 1</b>				
<b>PK</b>	<b>5</b>	Rzut do kosza z linii rzutów wolnych	<b>3 za 1</b>				
	<b>6</b>	Rzut do kosza „w ciemno” z linii rzutów wolnych	<b>10</b>				
<b>UH</b>	<b>7</b>	Strzał piłeczką w słupek z linii 6 metrów	<b>5 za 1</b>				
	<b>8</b>	Strzał do bramki „w ciemno” z odległości 9 metrów	<b>10</b>				
<b>PN</b>	<b>9</b>	Strzał w poprzeczkę z odległości 9 metrów od bramki	<b>7 za 1</b>				
	<b>10</b>	Strzał do bramki „w ciemno” z odległości 15 metrów	<b>10</b>				
	<b>11</b>	Żonglerka piłką dowolnym sposobem w czasie 30 s.	<b>1 za 1</b>				
<b>TS</b>	<b>12</b>	Podbijanie piłeczki tenisowej na zmianę prawą i lewą ręką 30s	<b>1 za 2</b>				
Punkty „w ciemno”:		Strzały i zagrywki poprzeczkę (PR+PS+PN):		Podbijanie:		<b>SUMA:</b>	
Strzały w słupek (UH):		Rzuty do kosza:	Odbicia oburącz:	Żonglerka:			