

Imię i nazwisko: _____



SANECZKI

	WYMAGANIA NA SPRAWNOŚĆ	ZALICZENIE
1	Wymień zasady bezpiecznej zabawy na sankach.	
2	Do czego ludziom służą sanki? Jakie znasz rodzaje sanek?	
3	Powiedz lub zaprezentuj różne sposoby zjeżdżania na sankach: np. na śledzia, na koguta.	
4	Zaprezentuj właściwą pozycję przy zjeżdżaniu na sankach. Wykonaj bezpieczny manewr skręcania i hamowania w wyznaczonym miejscu.	
5	Zanotuj swój najdłuższy zjazd na sankach.	
6	Opowiedz jak należy dbać o sanki.	
7	Weź udział w kuligu saneczkowym. Powiedz dlaczego nie można jeździć na sankach za samochodem.	

Podpis instruktora

Podpis zastępowego lub drużynowego
