Witam klasę 4 zadanie na ten tydzień to:

**„skok z miejsca”**

Aby prawidłowo wykonać skok w dal z miejsca ustawcie stopy w jednej linii w niewielkim rozkroku przed linią wyznaczającą początek pomiaru . Następnie wykonując obszerny wymach rękami wykonajcie skok. Skok uważa się za poprawny kiedy nie podeprzecie się rękami ani inną częścią ciała. Długość skoku mierzymy od linii, sprzed której skaczecie do pięty stopy znajdującej się bliżej tej linii. Powodzenia.