|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | План роботи  На період з 27.04 по 08.05. | | | |
| 1. | | Загально розвивальні вправи легкоатлета.  Низький старт і стартовий розбіг.  Стрибок у довжину з місця. | 28.04 | Низький старт |
| 2 | | Загально розвивальні вправи легкоатлета.  Високий старт.  Рівномірний біг 500м. | 29.04 | Рівномірний біг 600м |
| 3. | | Загально розвивальні вправи легкоатлета.  Стрибок у довжину з місця.  Навчити метанню м’ячика на точність у вертикальну ціль. | 01.05 | Богатоскоки на одній і двох ногах |
| 4. | | Загально розвивальні вправи легкоатлета.  Рівномірний біг 700м  Вдосконалити техніку метання м’ячика у вертикальну ціль. | 05.05 | Прискорення на 30м, 20м |
| 5. | | Загально розвивальні вправи легкоатлета.  Низький старт і стартовий розбіг.  Стрибок у довжину з місця. | 06.05 | Рівномірний біг 900м |
| 6. | | Загально розвивальні вправи легкоатлета.  Стрибок у довжину з місця.  вдосконалити метання м’ячика на точність у вертикальну ціль. | 08.05 | Метання м’ячика в ціль |
|  | |  |  |  |