05.05.2021р. <https://meet.google.com/atg-vtqx-jtu>

Вихід в 08.15

Тема: Легка атлетика

1.Комплекс ЗРВ

<https://www.youtube.com/watch?v=OO-_a_qHkSw&t=70s>

2.бігові вправи

<https://www.youtube.com/watch?v=tz2TOMqE8YQ>

3. Біг 60м

4.Стрибки у висоту способом «переступання». <https://mylifesport.ru/admin/files/imeges/65502_html_m6b0d1f9d.jpg>

5.Метання мяча, або камінців на дальність.

6. Біг у чередуванні з ходою 1000м..