06.05.2021р. <https://meet.google.com/atg-vtqx-jtu>

Вихід в 10.05

Тема: Легка атлетика

1.Комплекс ЗРВ на формування постави

<https://www.youtube.com/watch?v=gZ7ZeayP17k&t=899s>

2.бігові вправи

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

3. Біг 30м\швидко

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..