**19.05.2020р.**

**Тема: Легка атлетика.**

**1.Комплекс ЗРВ в русі:**

**А)Біг підтюпцем.**

**Б)Біг з прямими ногами.**

**В)Біг з ноги на ногу.**

**Г)Біг підскоками.**

**2.Пробігання відрізків:**

**1.400м в повільному темпі 200м 100м в швидкому темпі.**

**3.Стрибки в довжину з місця\результат**

**4.Метання м’яча.**

**д\з.Вправи для формування постави.**