**21.04.2020р.**

**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:**

**А)1000 в повільному темпі.**

**Б)Біг 60м в темпі.**

**3.Стрибки у довжину з місця 10-15р.**

**4.Метання м’ячика .**

**д\з.Виконати біг у повільному темпі.**