

## **Легкая атлетика ф2 12 мая**

1. Изучите и кратко законспектируйте ТЕХНИКУ толкания ядра со скачка .

## **Легкая атлетика ф2 13 мая**

1. Изучите и запишите упражнения для перехода через планку и приземления в прыжке в высоту способом «перекидной».

## **Легкая атлетика ф2 14 мая**

1. Составьте план тренировочного занятия для развития скоростных качеств, используя повторный метод (бег на короткие дистанции).

**Выполнить ДО 18 мая. Выслать Бартевой Е.В. в Контакт с пометкой ДЛЯ НОРКИНА**