1. Дисциплина: Физическая культура

2. Преподаватель: Москаленко В.И.

3. Название темы: Легкая атлетика.

2 часа

Учебник Легкая атлетика. Грецов Г.В.

4. Задание:

1. Изучить технику и тактику бега на длинные дистанции. Законспектировать

2. Выполнить контрольные нормативы на оценку: пресс, отжимание от гимнастической скамейки или пола, приседания, наклон туловища вперед до касания пола пальцами (ладонями), бег 500 метров.

5. Итоговую работу сдать докладом по электронной почте до 14.11.2020