

Легкая атлетика

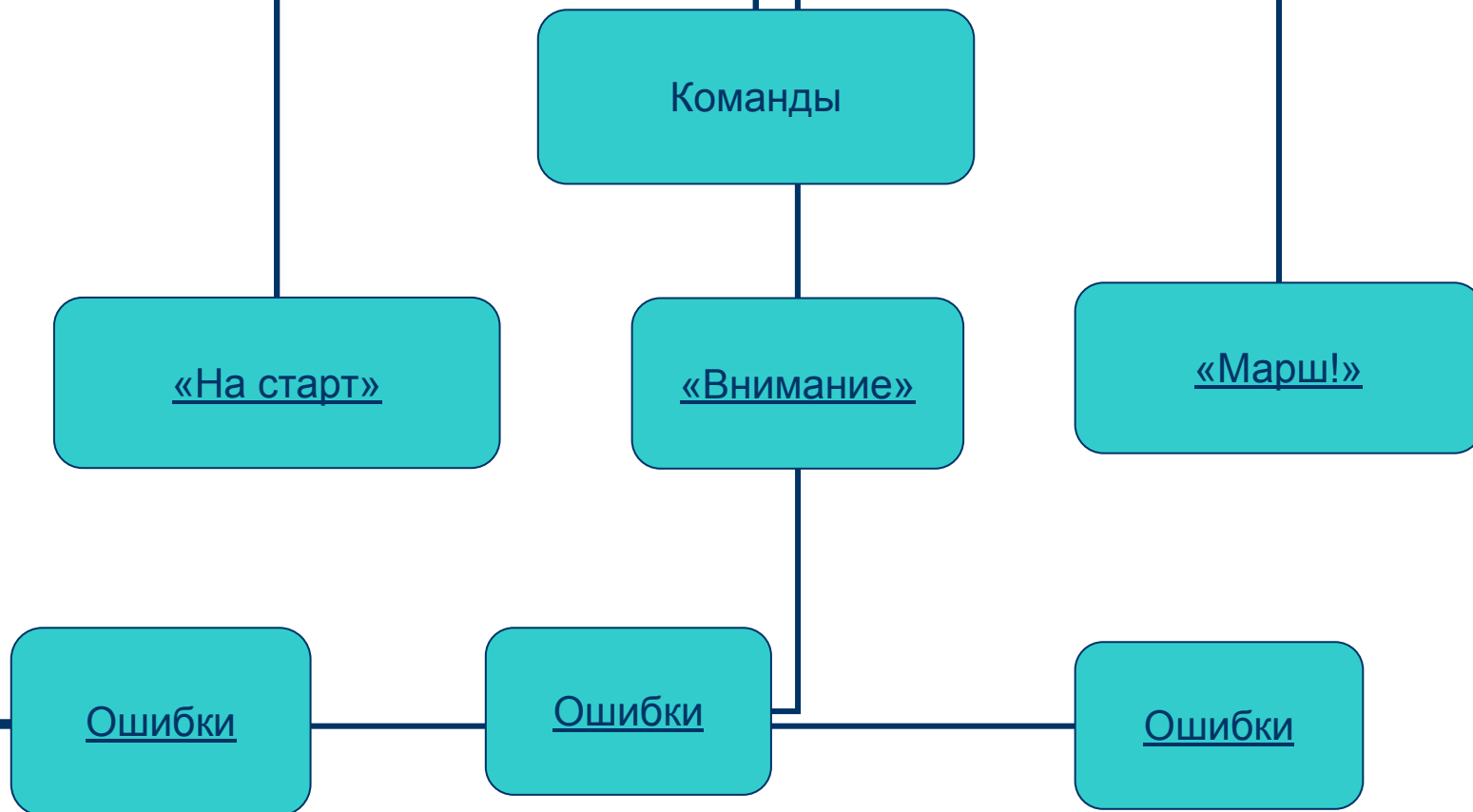


ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА:

- Техника бега
- Техника низкого старта
- Прыжки
- Метания



Техника низкого старта:



Техника бега:

Разминка

Техника
Бега

Ошибки

Устранение
Ошибок

Прыжки

Техника прыжка

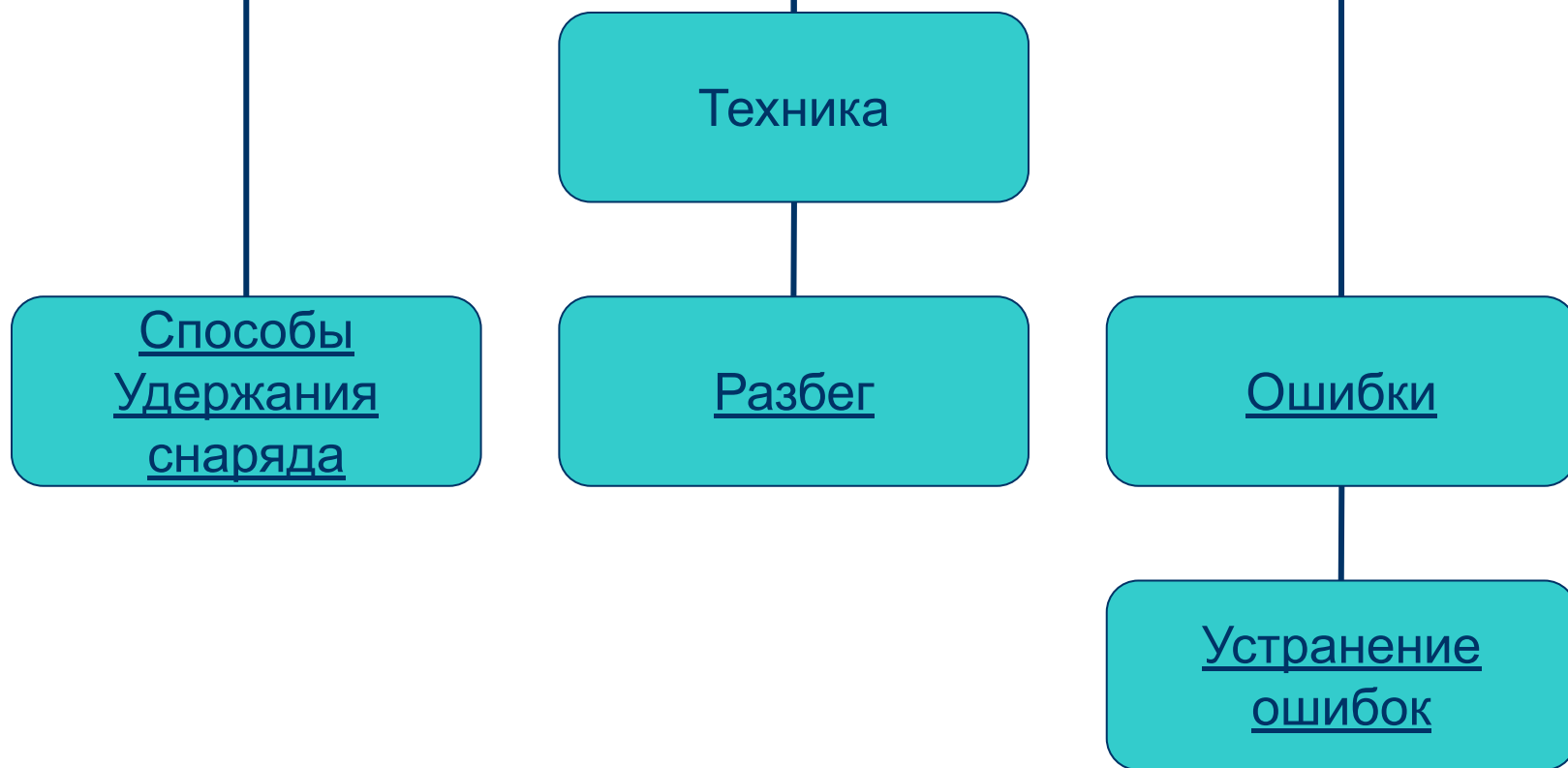
Разбег

Ошибки

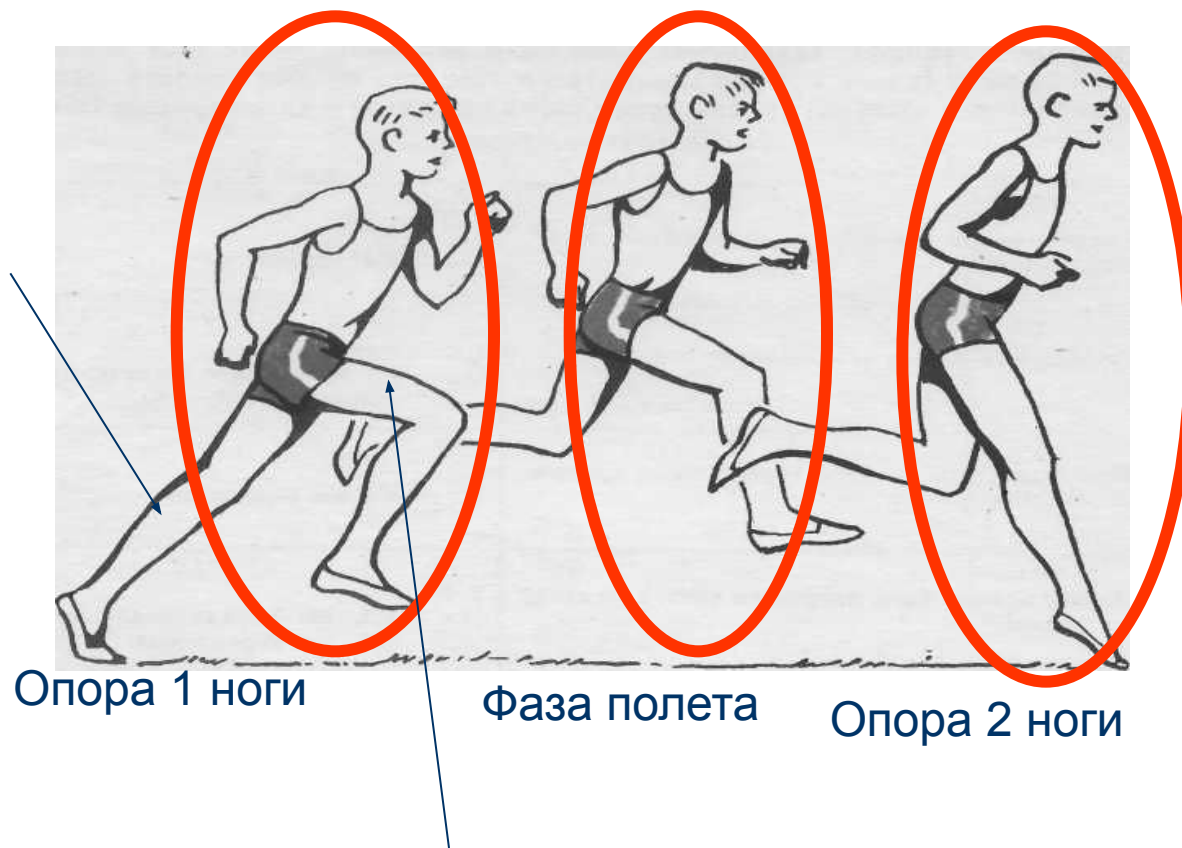
Устранение
ошибки



Метание



ФАЗЫ БЕГА



Какая команда подается в этом положении?

На старт!



Какая подается команда?



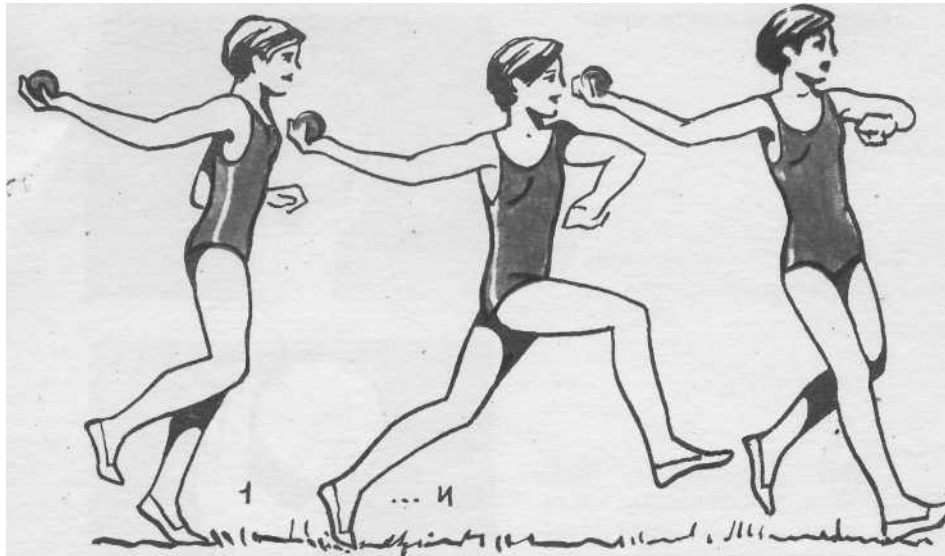
Внимание!

Какая команда подается?



Марш!

Как называется последний шаг при метании?



Скрестный шаг