

# Легкая атлетика

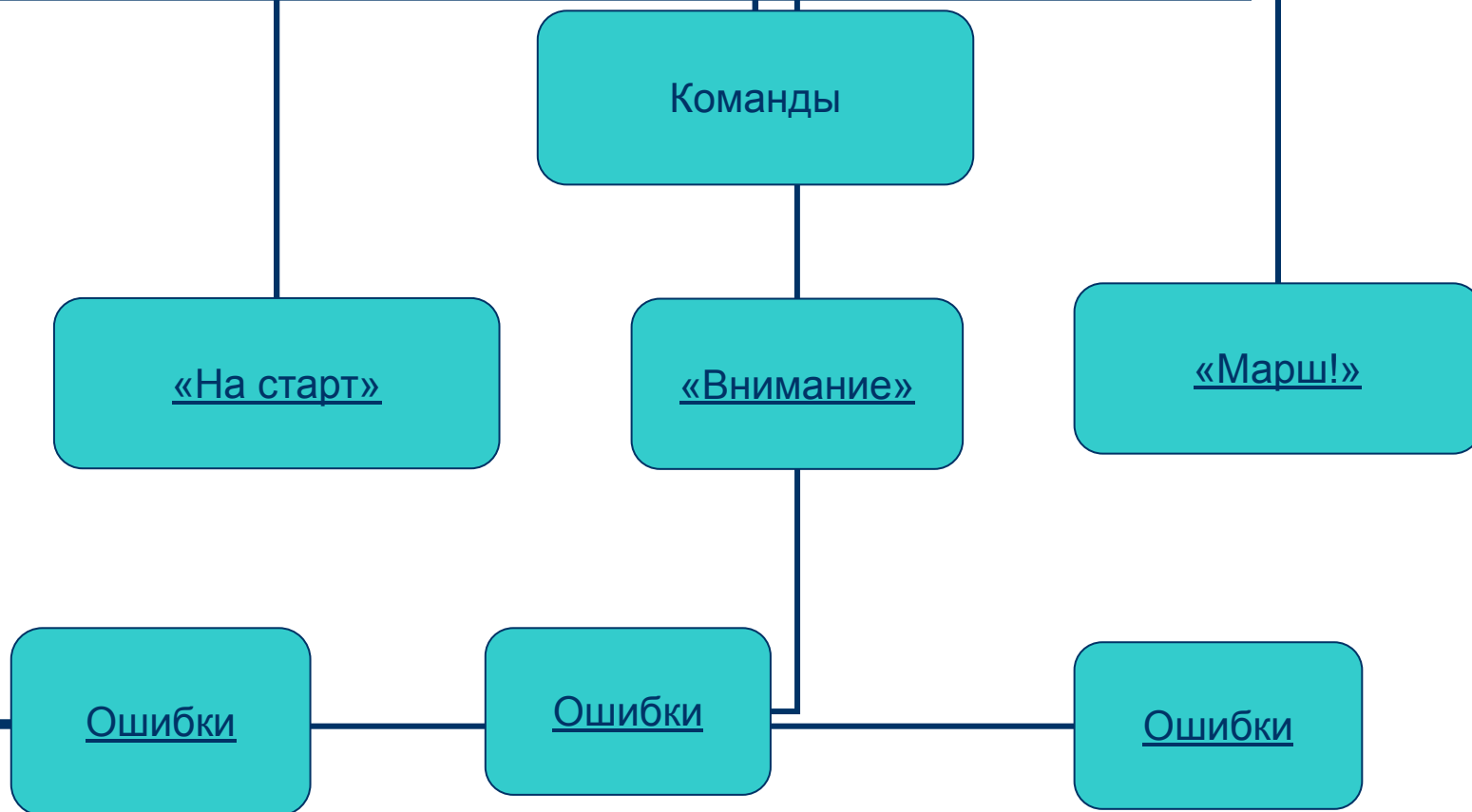


# ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА:

- 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

Техника

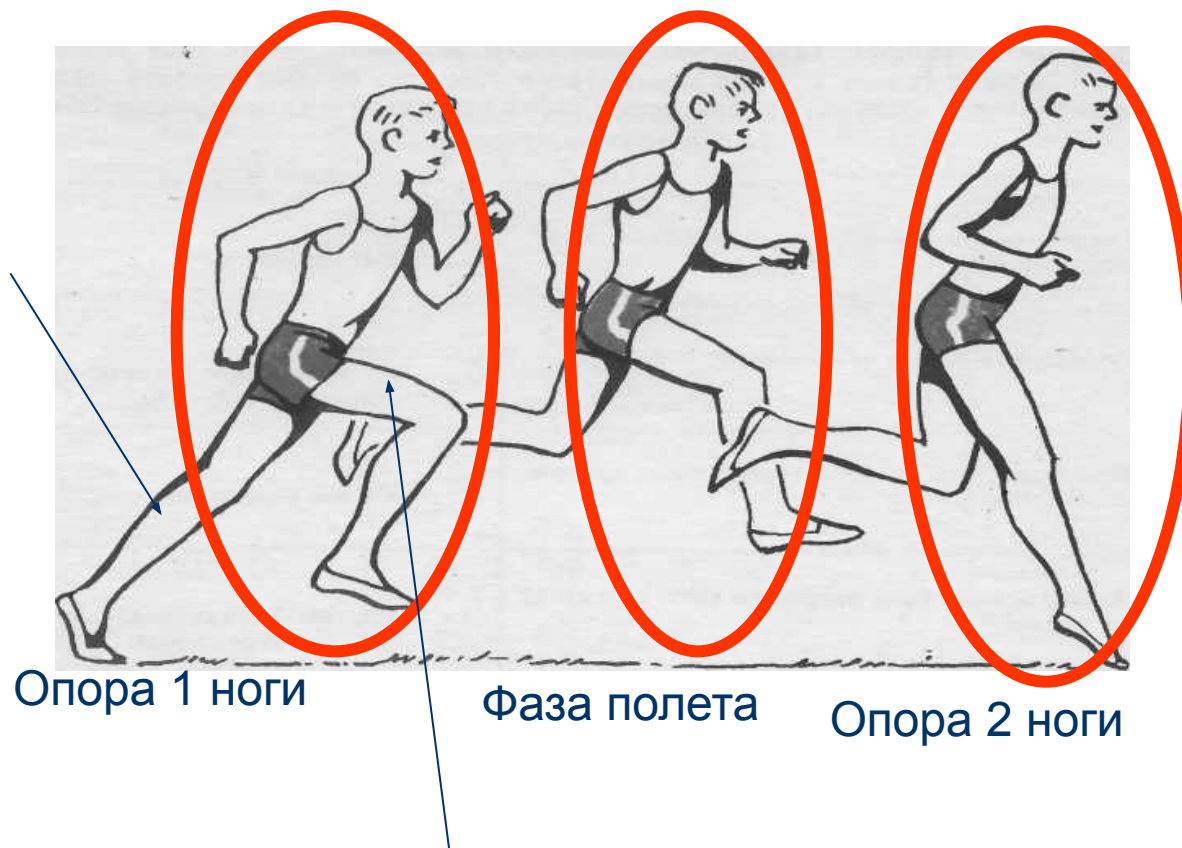
Способы  
Удержания  
снаряда

Разбег

Ошибки

Устранение  
ошибок

# ФАЗЫ БЕГА



# Какая команда подается в этом положении?

На старт!



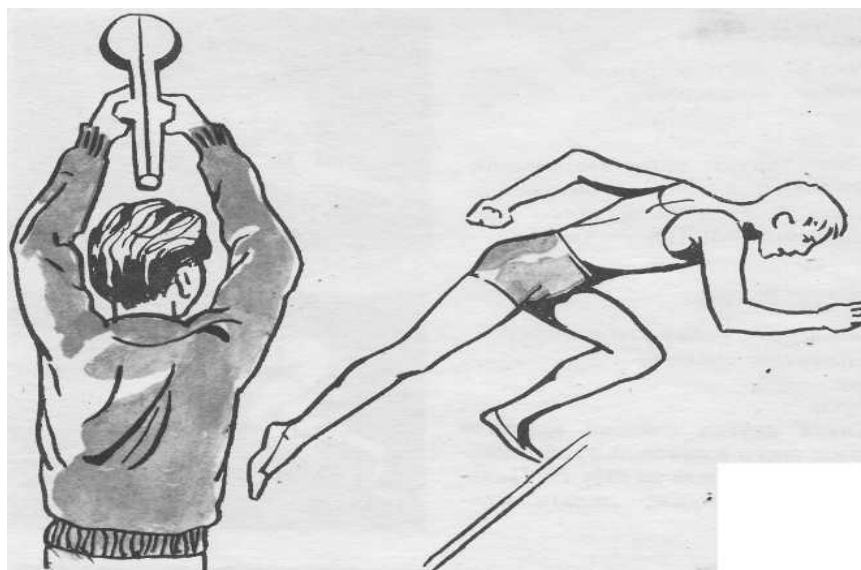


# Какая подается команда?



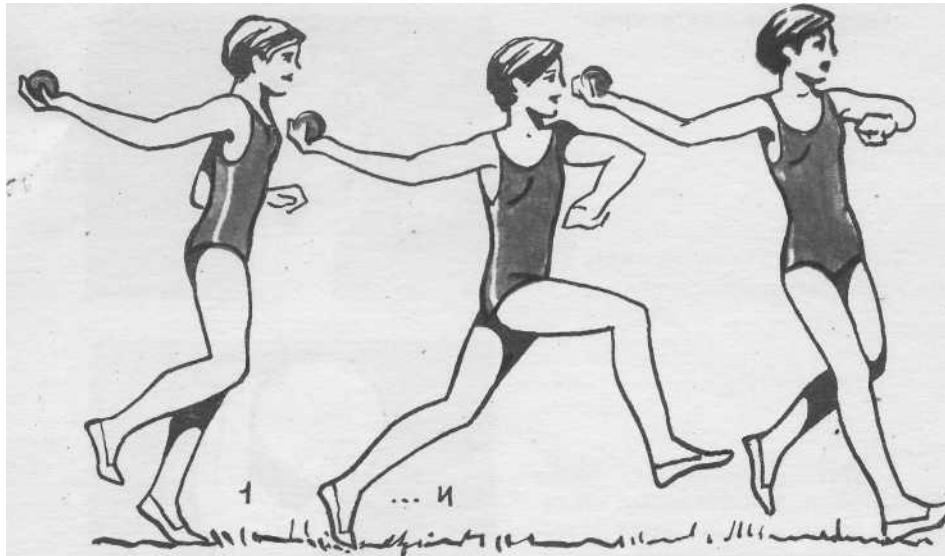
Внимание!

# Какая команда подается?



Марш!

# Как называется последний шаг при метании?



Скрестный шаг