

Легкая атлетика



Методическая разработка учителя
физической культуры
СЗУО ГОУ СОШ № 1900
Голубовой Ольги Кирилловны.

ПРЫЖКИ



МЕТАНИЯ



легкая

атлетика

БЕГ



ХОДЬБА



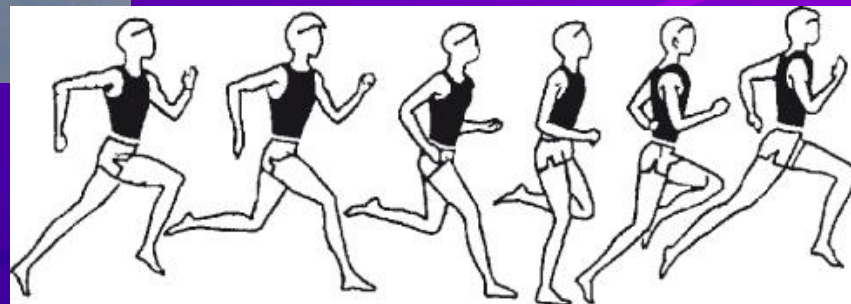
МНОГОБОРЬЕ



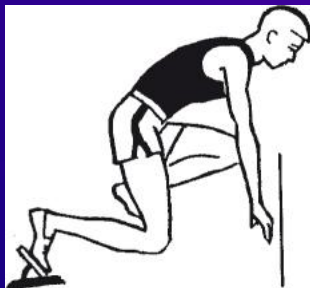
СПОРТИВНАЯ ХОДЬБА



Бег



Бег с низкого старта



Бег с высокого старта

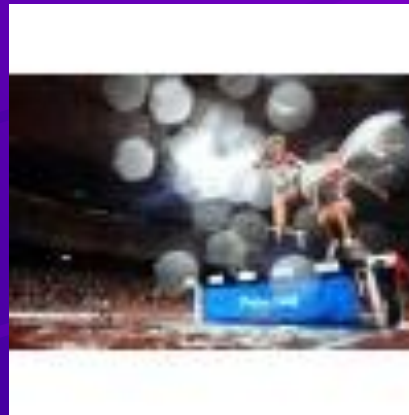


Барьерный бег



Бег

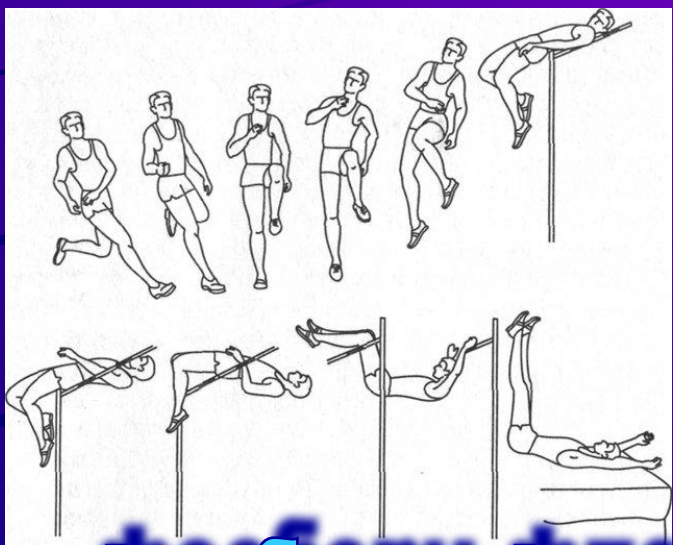
- Бег с барьерами
- Бег с препятствиями (Стипель-чез)
- Эстафетный бег



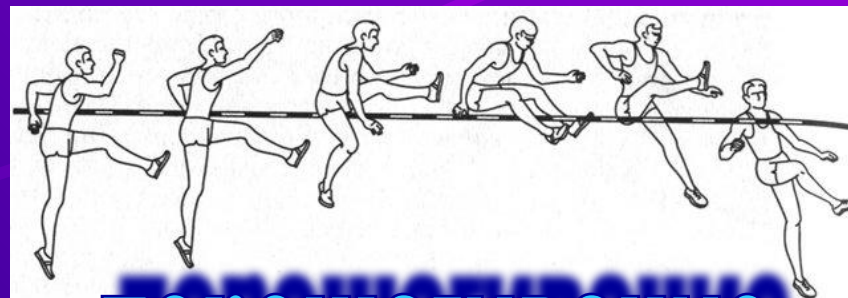
Усейн Болт



Прыжки в высоту



фосбери-флоп



перешагивание



волна



перекат

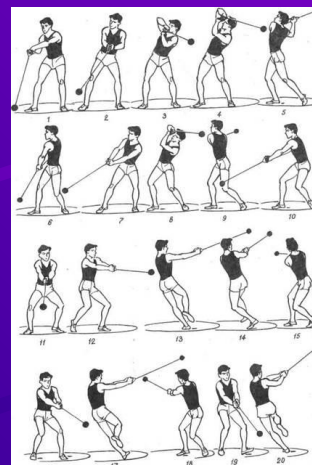
Прыжки с шестом



Метание копья



Метание молота



ТОЛКАНИЕ ЯДРА



Метание диска



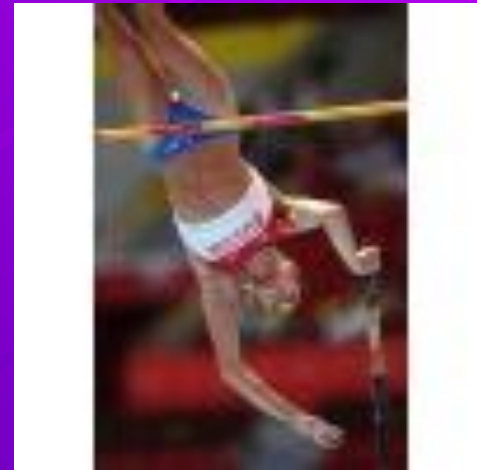
Горизонтальные прыжки

- Прыжок в длину с разбега
- Тройной прыжок



Вертикальные прыжки

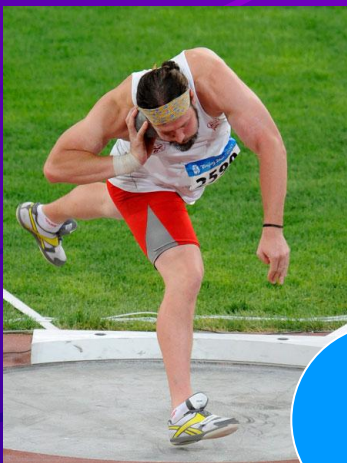
- Прыжок в высоту
- Прыжок с шестом



Наша викторина



Вид легкой атлетики?



1



2



3



4



5



6



7



8

Проверь правильность ответов

- 1-Толкание ядра
- 2-Метание копья
- 3 -Метание диска
- 4-Метание молота
- 5-Прыжки в высоту
- 6-Прыжки в длину
- 7-Бег со старта
- 8- Бег с барьерами

