

Раздел учебной программы по физической культуре:

Легкая атлетика

6 класс

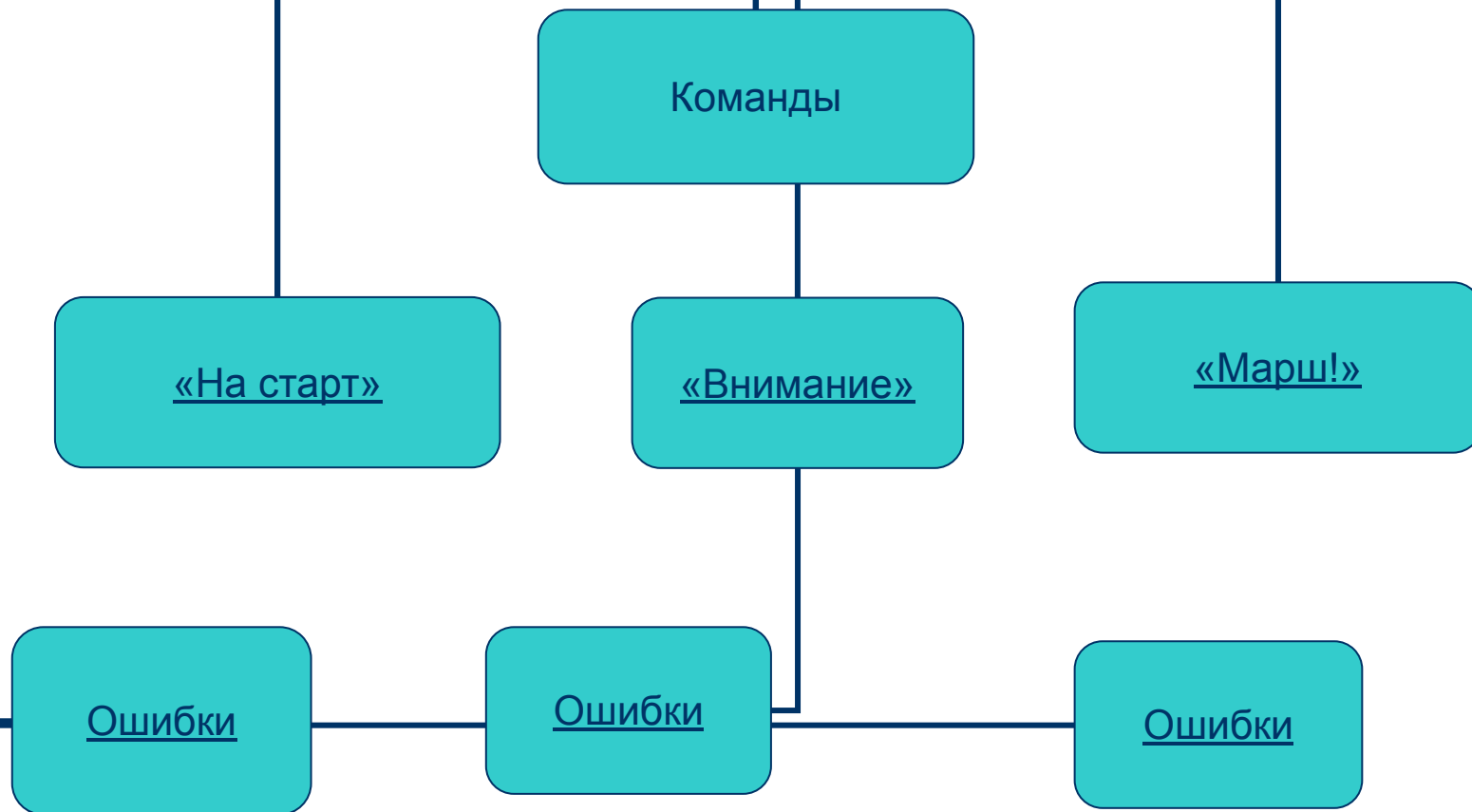


ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА:

- Техника бега
- Техника низкого старта
- Прыжки
- Метания



Техника низкого старта:



Техника бега:

```
graph TD; A[Техника бега:] --- B[Техника Бега]; A --- C[Разминка]; A --- D[Устранение Ошибок]; C --- E[Ошибки];
```

Разминка

Техника
Бега

Ошибки

Устранение
Ошибок

Прыжки

Техника
прыжка

Разбег

Ошибки

Устранение
ошибки



Метание

```
graph TD; A[Метание] --- B[Способы Удержания снаряда]; A --- C[Техника]; A --- D[Ошибки]; D --- E[Устранение ошибок];
```

Техника

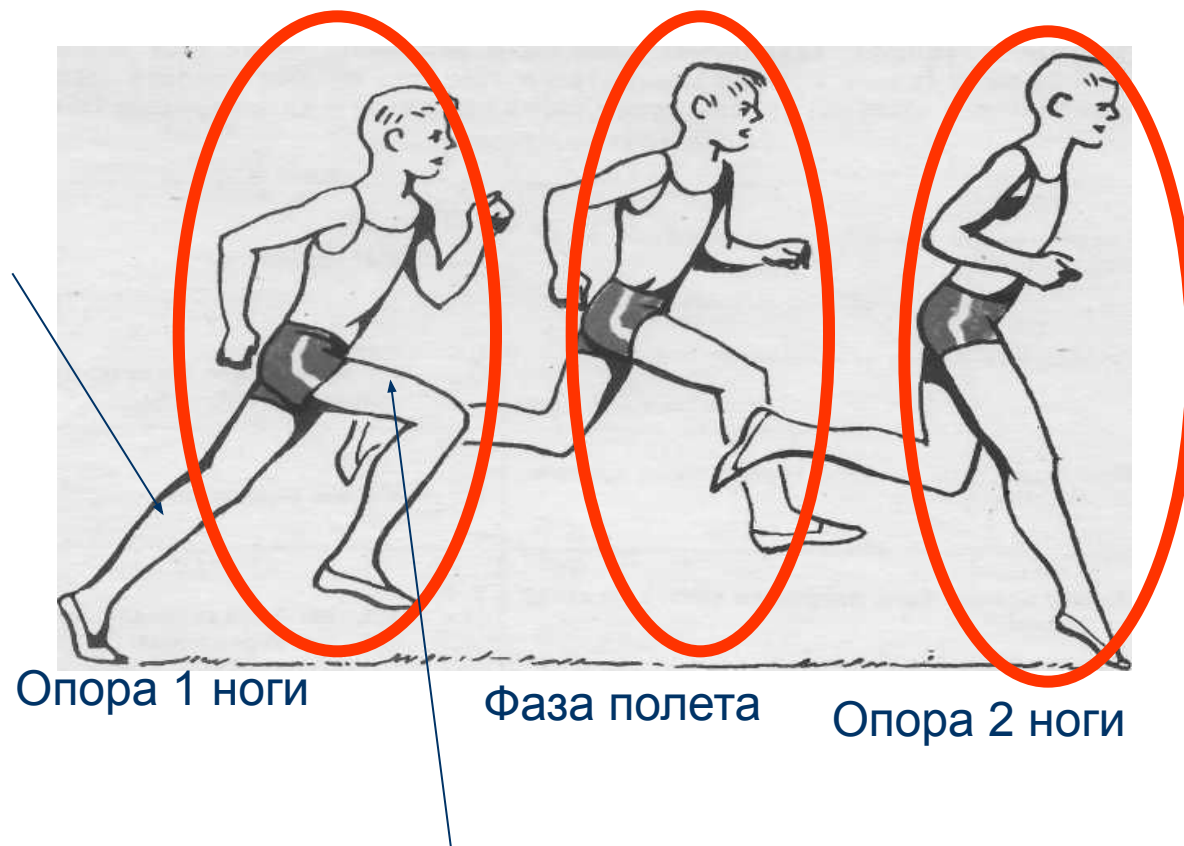
Способы
Удержания
снаряда

Разбег

Ошибки

Устранение
ошибок

ФАЗЫ БЕГА



Какая команда подается в этом положении?

На старт!

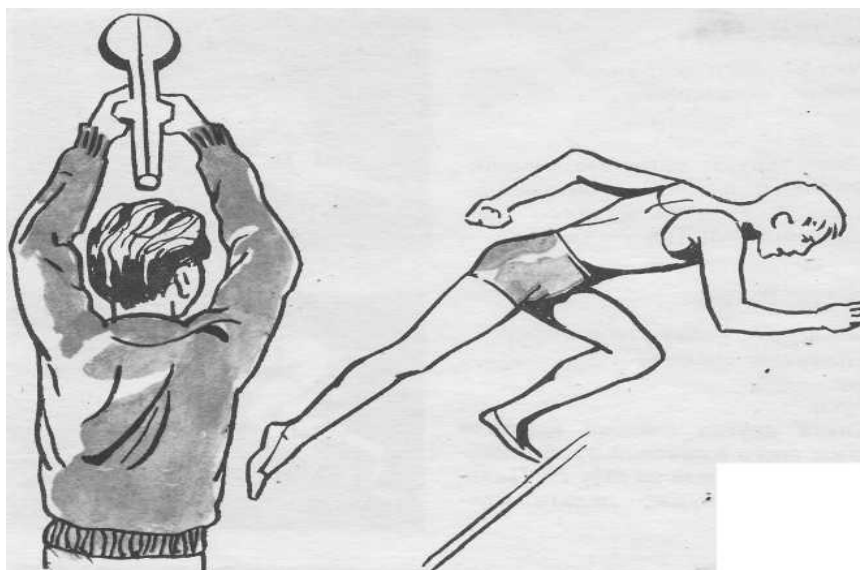


Какая подается команда?



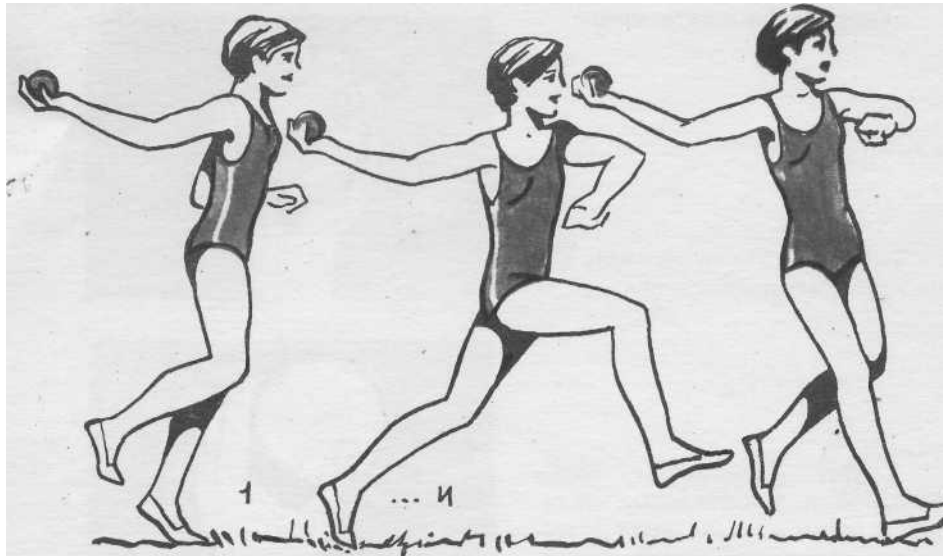
Внимание!

Какая команда подается?



Марш!

Как называется последний шаг при метании?



Скрестный шаг