Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Кринично-Лугская средняя общеобразовательная школа

Учебный материал по физической культуре 8 класса для самостоятельного изучения.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Содержание, номер параграфа, страницы | Количество часов на изучение | Контроль знаний (тесты, онлайн тестирование и др.) |
| §20 . Лёгкая атлетика. Стр. 150-151 | 1 | Основные правила проведения соревнований. |
| §20. Лёгкая атлетика. Стр. 152-155 | 1 | Овладение двигательными действиями. Спринтерский бег. Развитие скоростных способностей. Стартовый разгон. |
| §20. Лёгкая атлетика. Стр. 155-156 | 1 | Техника низкого старта. Бег по дистанции 100м. Низкий старт. Спринтерский бег. |
| §20. Лёгкая атлетика. Стр. 157-159 | 2 | Прыжки в длину. Развитие силовых и координационных способностей. Гладкий бег . |
| §20. Лёгкая атлетика. Стр. 157-159 | 1 | Выполнение упражнений на стр. 160 |
| §20. Лёгкая атлетика. Стр. 157-160 | 1 | Спринтерский бег. Развитие скоростных способностей. Стартовый разгон. Правила судейства по лёгкой атлетике. |

Учитель Ласавская Т.В. тел. 89281564442 Эл.почта: lasavskayat@mail.ru

Заместитель директора по УВР А.В.Лазарева Телефон школы: 88634835430