**План дистанционного урока физической культуры № 66.**

**19.05.2021 г. 9-А класс. Тема. Прыжки в высоту. Челночный бег 3 по 10 метров.**

1. Выполнить разминку.

2.Просмотреть видеоурок «Прыжок в высоту с разбега способом «перешагивания»». Повторите упражнения:

<https://www.youtube.com/watch?v=pkjf35AWnf0>

3. Ознакомьтесь стехникой выполнения челночного бега:

[**https://www.youtube.com/watch?v=rPlevrrpZrA**](https://www.youtube.com/watch?v=rPlevrrpZrA)

5. Дом. задание: повторить комплекс упражнений №4.