

Студенты группы ДП9-22 , тема практического занятия «Техника спринтерского бега»

**Цель:** . Изучить технику спринтерского бега

**Задачи:** 1.Совершенствование низкого старта.

2.Способствовать развитию быстроты, ловкости, прыгучести

Вам необходимо выполнить

1.С помощью видео ролика вы можете изучить технику спринтерского бега по ссылке <https://www.youtube.com/watch?v=SISSEjXe6k0>

и подготовить сообщение на эту тему

2.Выполнить прыжки в длину с места.

**3.Предоставить сообщение** на e-mail преподавателя: [dr.djakov@yandex.ru](mailto:dr.djakov@yandex.ru)

. Для получения необходимой консультации звонить по телефону 0721105591