**Дата** «14» сентября 2024 г.

**Группы** МС1-23, ТО2-23

**Тема урока** «Кроссовый бег. Виды и техника бега.»

**Цели урока**: **Цель**: подготовить учащихся к выполнению норматива ГТО

**Задачи:** Образовательная - разучить **технику** кроссового бега. Развивающая -развитие силы, выносливости, ловкости, координации движений.

**Этапы урока:**

1. Прочитать по ссылке

<https://dlia-sporta.ru/glavnaia/vidy-sporta/krossovyi-beg/>

1. Посмотреть по ссылке

<https://yandex.ru/video/preview/3437571324179036926>

1. Тест по ссылке

<https://multiurok.ru/tests/test-po-fizicheskoi-kulture-krossovaia-podgotovka.html>

4.Результат скопировать в Word, выделить правильные ответы и отправить скриншот на почту