



Вмілість

Легка атлетика – I проба

Рівень

I проба

Дата початку здачі

Дата завершення

Прізвище, Ім'я

Вимоги до здобувача вмілості

Розповісти про легкоатлетичні змагання останніх Олімпійських ігор: назвати переможців, зокрема відзначити участь та досягнення українців, які виступали в збірних України чи інших країн.

Місце для дати та підпису інструктора



Пояснити правила та підготовку таких змагань: стусан кулею, стрибки в довжину, стрибки в висоту, біг на короткі і довгі дистанції, естафета, метання диска.

Місце для дати та підпису інструктора



Опрацювати план легкоатлетичних змагань для свого гуртка, куреня, станиці або табору.

Місце для дати та підпису інструктора



Взяти активну участь в організації та проведенні одних легкоатлетичних змагань.

Місце для дати та підпису інструктора



Бути активним членом легкоатлетичної команди своєї школи або пластової частини та мати певні досягнення в одній з ділянок.

Місце для дати та підпису інструктора