



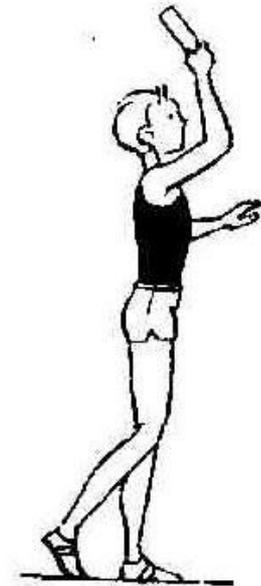
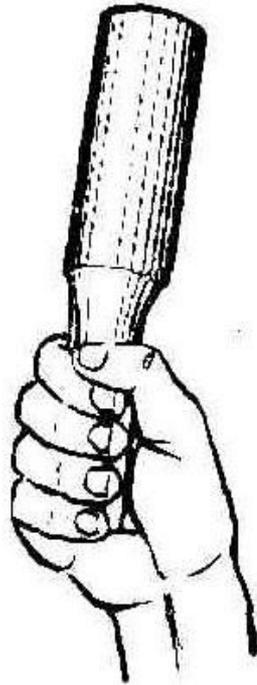
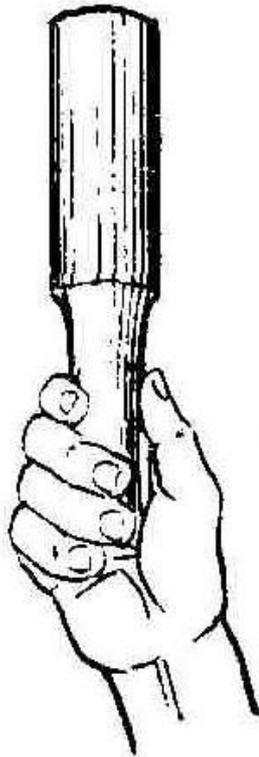
Метание гранаты

***Методическая разработка
для учащихся
с ограниченными
возможностями здоровья***

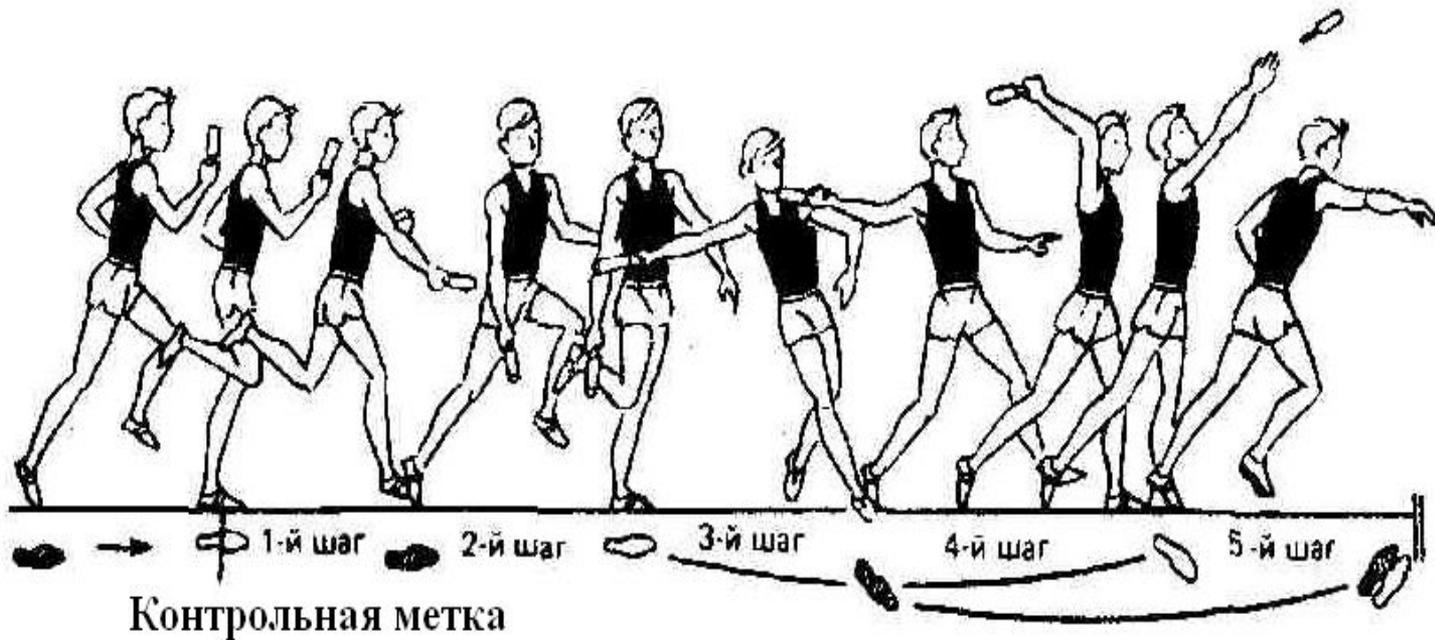
Задачи обучения

- В 8-9 классах рекомендуется следующая последовательность изучения техники метания гранаты:
- Ознакомление с техникой
- Держание гранаты и бросок с места
- Изучение финального усилия при бросках с места и с шага
- Изучение техники бросковых шагов
- Изучение техники отведения гранаты
- Свободный бег с гранатой в руке
- Метание гранаты с разбега

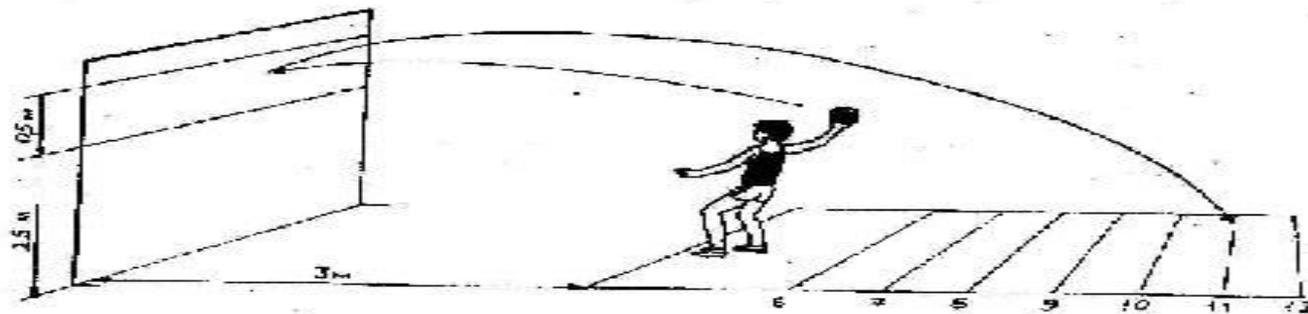
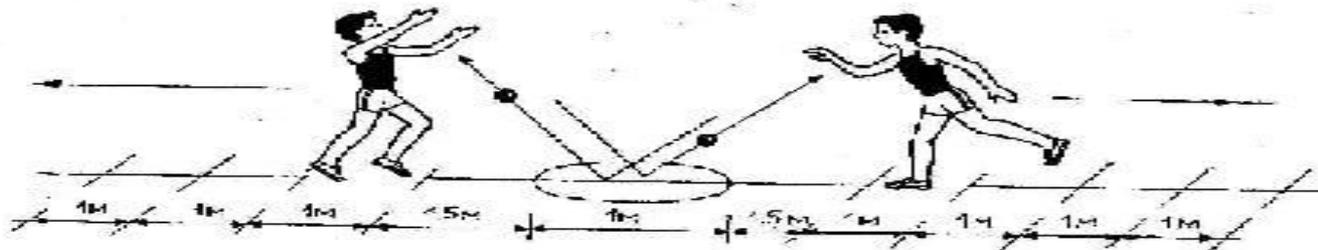
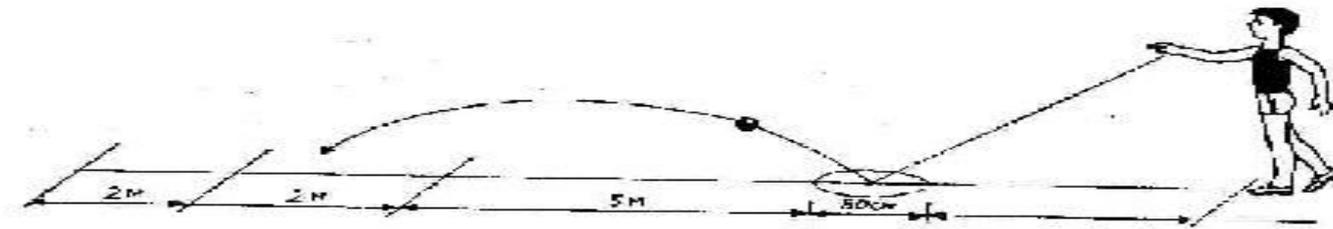
Способы держание гранаты



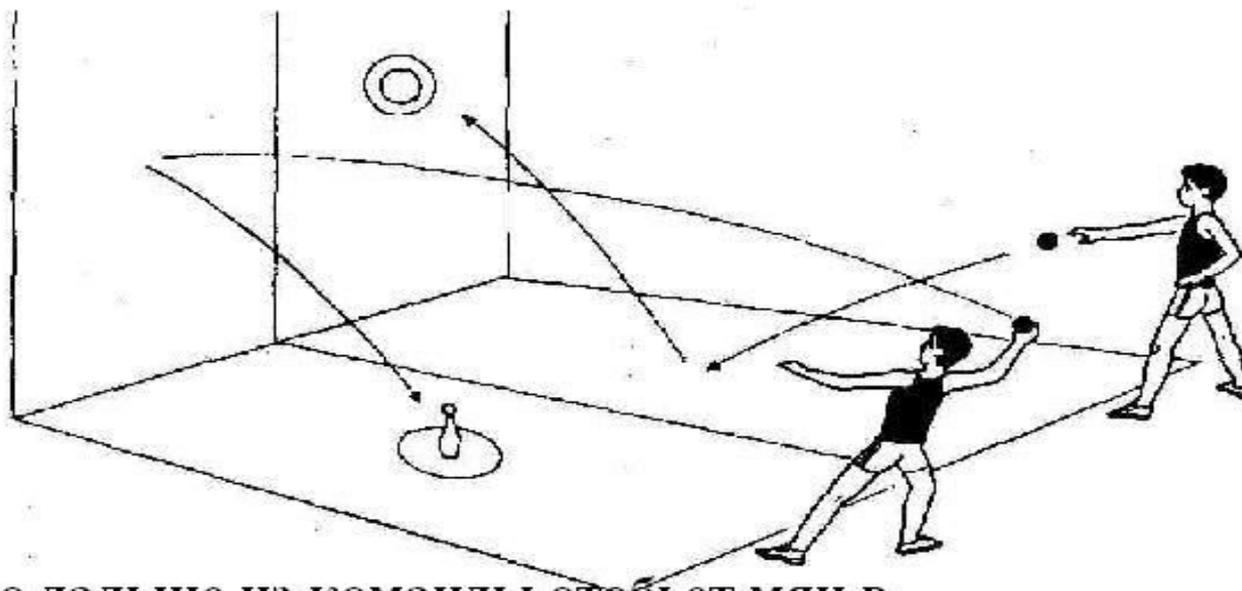
Метание гранаты



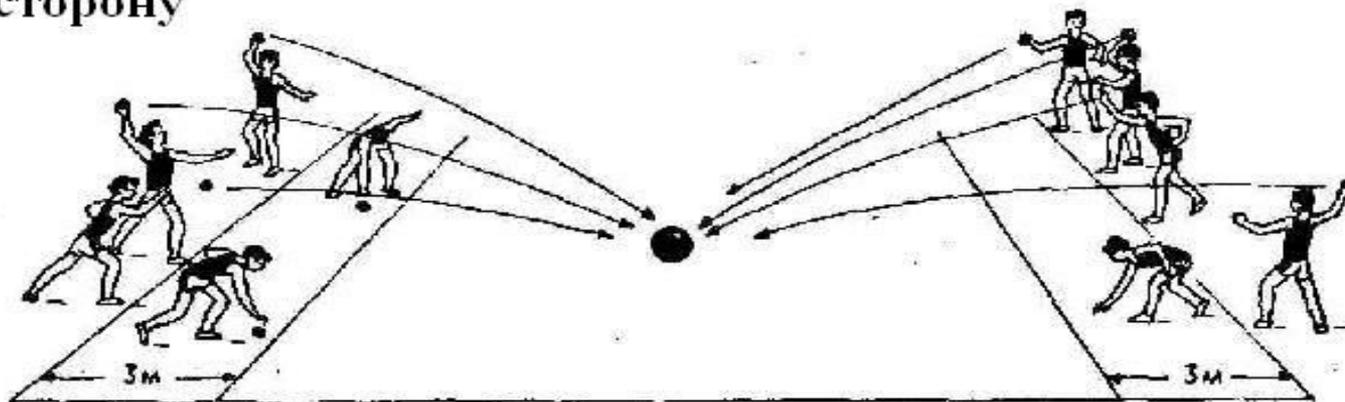
Игры развивающие навык броска



Попадание мяча в цель с отскоком



Кто дальше из команды отобьет мяч в сторону





Методическое пособие по метанию гранаты

*Выполнила: учитель физической культуры
ГБОУ «Актюбинская школа-интернат для детей с
ограниченными возможностями здоровья»
Азнакаевского района Республики Татарстан.*

***ЗАЙНУТДИНОВА ИЛЬМИРА
ИНДУСОВНА***