р№398 2(курс) 15.05 2020 физ-за.

Тема№167-168. Гимнастика. Упражнения на снарядах.

  Д\З:  В.И.Лях  А.А.Зданевич  10-11кл.Физическая культура  параграф.№20 стр. 96-98

Упражнения на развитие: а)Координационных способностей; .б)Подвижности в различных суставах (взмахи ногами и наклоны: вперед, назад, в стороны; выкруты в плечевых, локтевых и других суставах).

Вопросы для самоконтроля:

Назовите: Какие виды упражнений на снарядах вы знаете? Опишите их.