Задачи:

- учить прыжкам в вы­соту с места че­рез шнур,

- повторить метание на дальность пра­вой и левой ру­кой,

- формировать умение влезать на гимнастическую стенку и спуск с нее

Прыжки в вы­соту с места че­рез шнур (п = 5 см)



Метание на дальность пра­вой и левой ру­кой (2.5-5 м)

Влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее

Упражнение для стопы (видео)