

Физкультура. Задание 5 класс.

Выполнить: комплекс упр-ий с предметами 8-9,
без с выносом и подниманием бедра,
с захлестыванием голени.

Выполнить подготовительные упр-я для прыжков
через гимнастического козла - из упора лежа
только ног, упор присев, прыжок прогнувшись
- 10-12 раз. Прыжки со скакалкой.

- ✓ Это включает в себя спортивная гимнастика? ответ
Это включает в себя художественная гимнастика? ответ.