

Физическая культура 6 кл.18.11.2020г.

Тема: Упражнения на гимнастических снарядах: гимнастическом бревне и невысокой перекладине.

Теоретическая часть: Перейди по ссылке и посмотри видеоурок на ресурсе РЭШ

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/7142/main/261995/>

1. Техника упражнений гимнастической комбинации на бревне.
2. Техника упражнений гимнастической комбинации на невысокой перекладине.
3. Анализ исполнения гимнастической комбинации на бревне.
4. Анализ выполнения гимнастической комбинации на невысокой перекладине.
5. Особенности самостоятельного освоения техники упражнений гимнастической комбинации на бревне.
6. Особенности самостоятельного освоения техники упражнений гимнастической комбинации на невысокой перекладине.

Выполни задание: ответы присылать на Viber , WhatsApp т.89226272988
Упражнения на бревне

Какие упражнения на бревне названы неправильно?

- поворот вправо, шаг правой
- одноимённое равновесие
- разностороннее равновесие
- шаги левой, правой
- равновесие на правой

Какие висы на перекладине Вы знаете?

- вис стоя сзади
- вис углом
- вис прогнувшись
- вис согнувшись