Домашние задания на май месяц

Четвёртая неделя мая - с 25 по 29 мая

Занятие №1

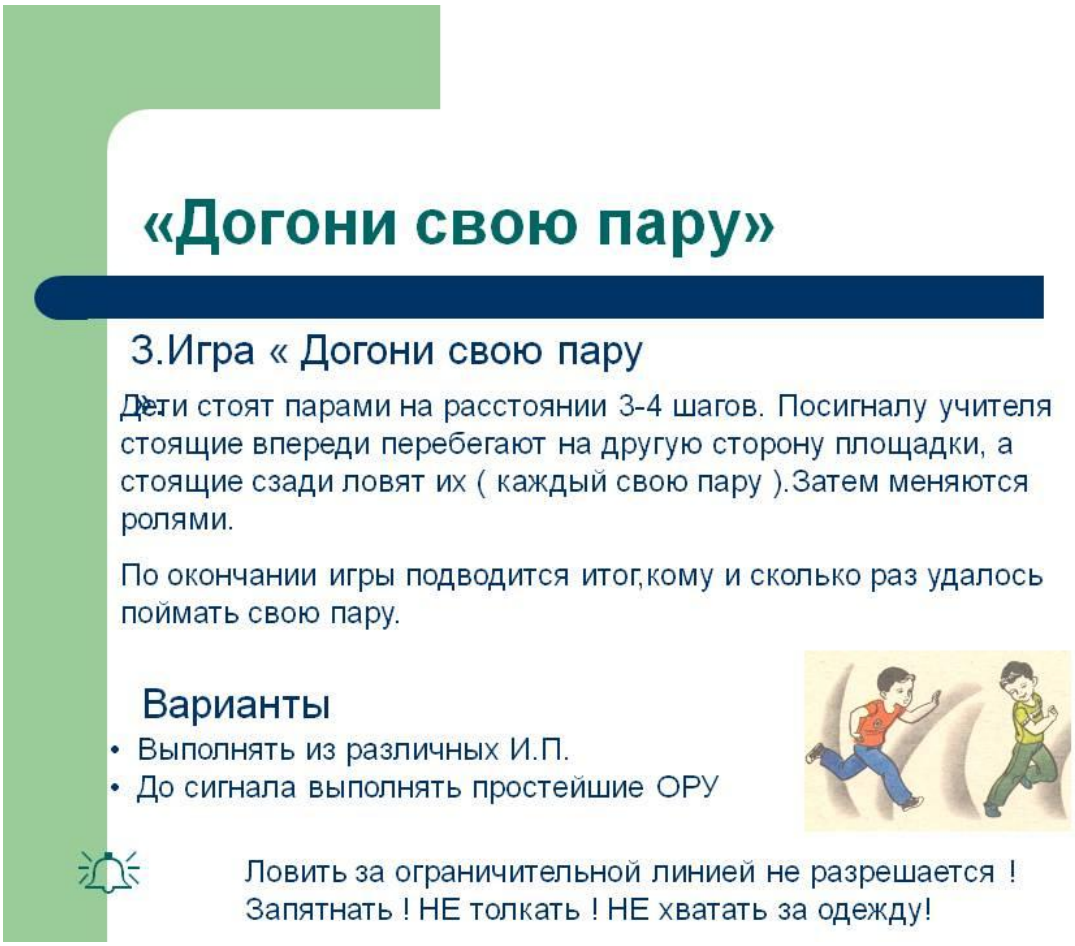
Основные виды движений:
а) равновесие – ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки в стороны (2-3 раза);

б) прыжки на двух ногах через шнур справа и слева, продвигаясь вперёд (дистанция 3 м) (2-3 раза).

Подвижная игра «Догони свою пару»

Занятие №2

Основные виды движений:

а) лазанье на гимнастическую стенку и спуск с неё (2 раза);

б) равновесие – ходьба по доске, лежащей на полу, на носках, руки за головой (2 раза).