

# Общеразвивающие упражнения (первые занятия)









# Общеразвивающие упражнения с мячом. Игры с мячом на ловкость и внимание.













# Бросок мяча в цель







# Упражнения на пресс











# Игры на свежем воздухе



















# Стойка на лопатках («березка»)





# МОСТИК



# Упражнение для осанки





# Лазанье по канату



