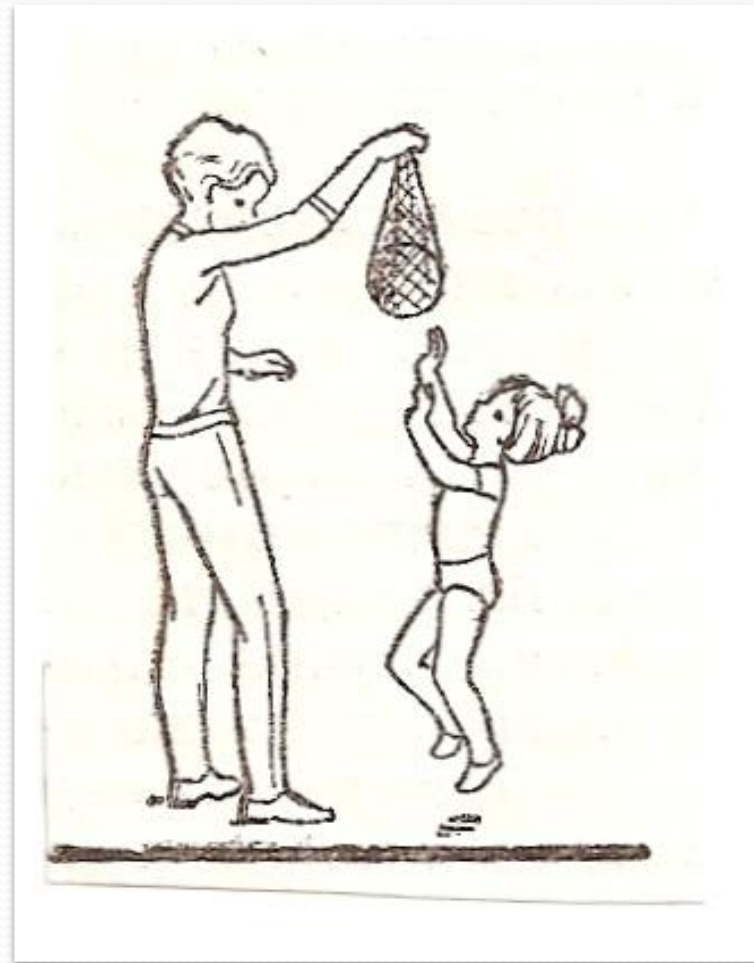




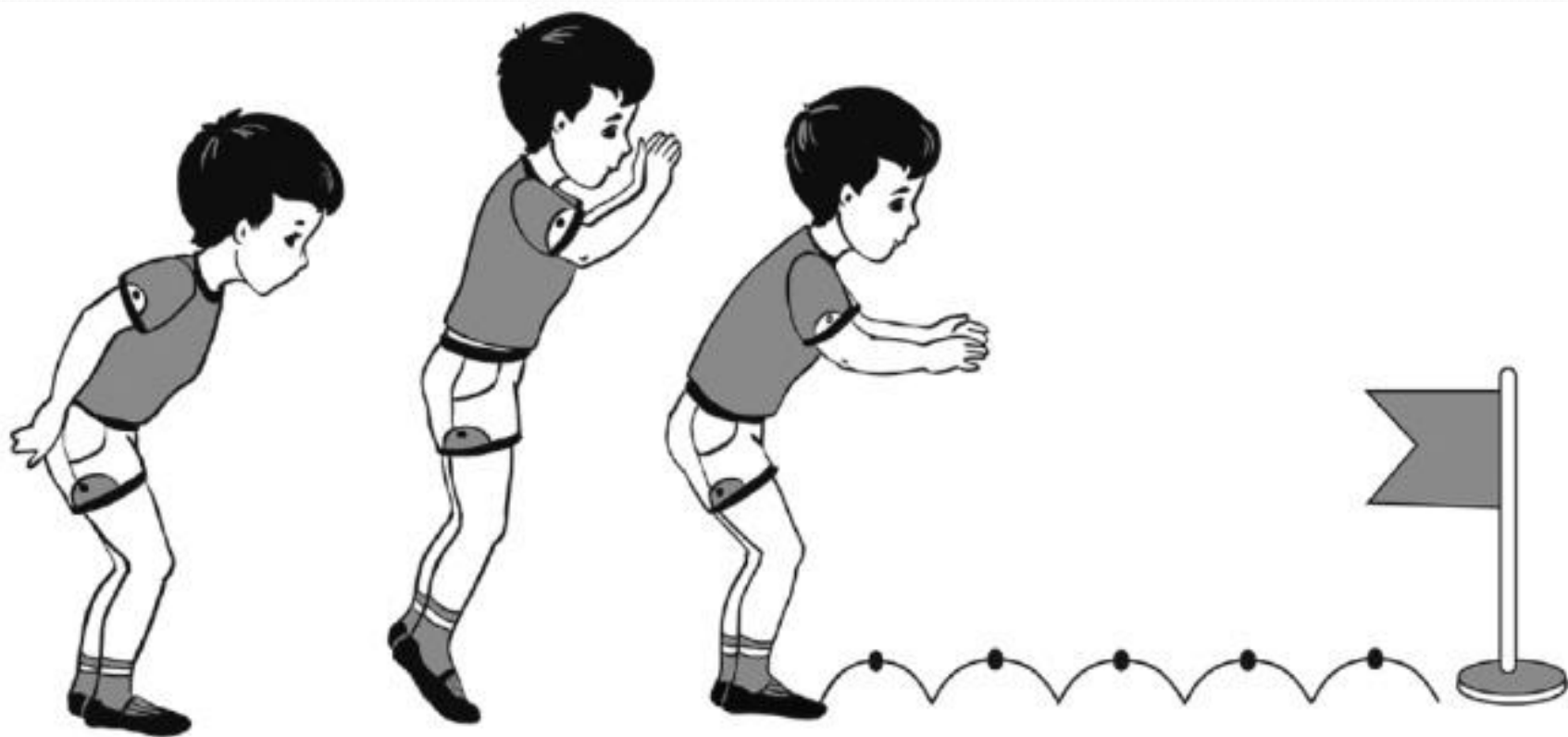
# Схемы движения прыжков

Инструктор по физической культуре  
Аксеева Наталья Леонидовна

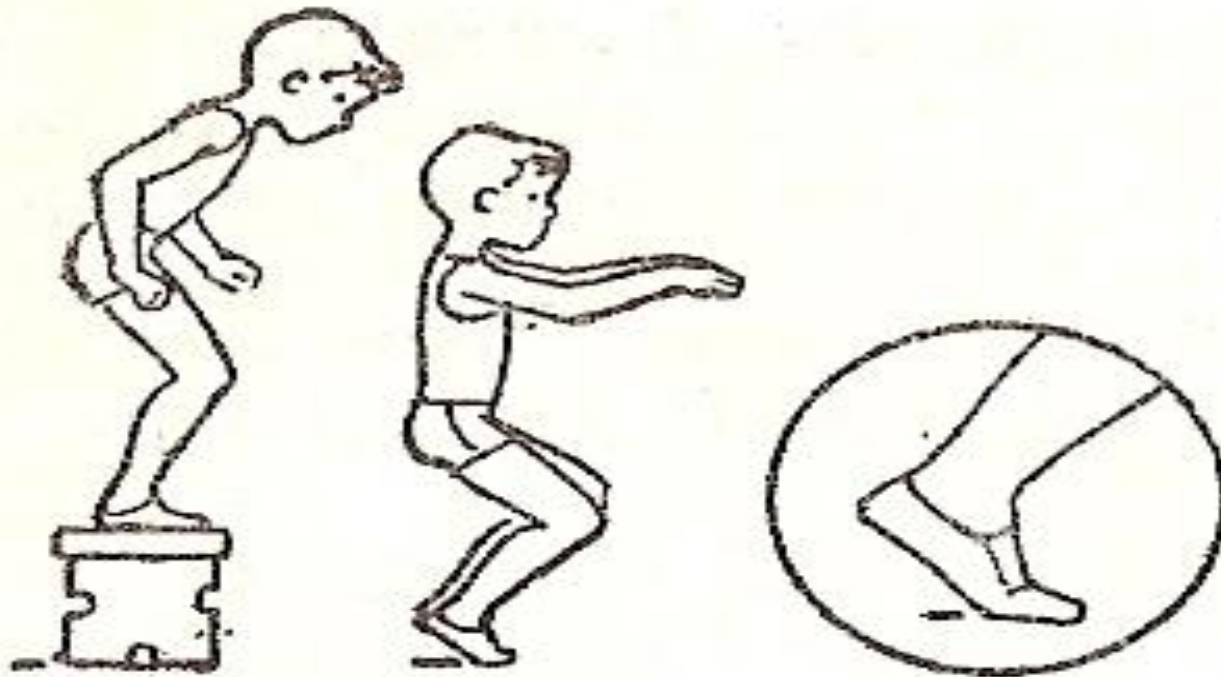
# ПОДПРЫГИВАНИЕ



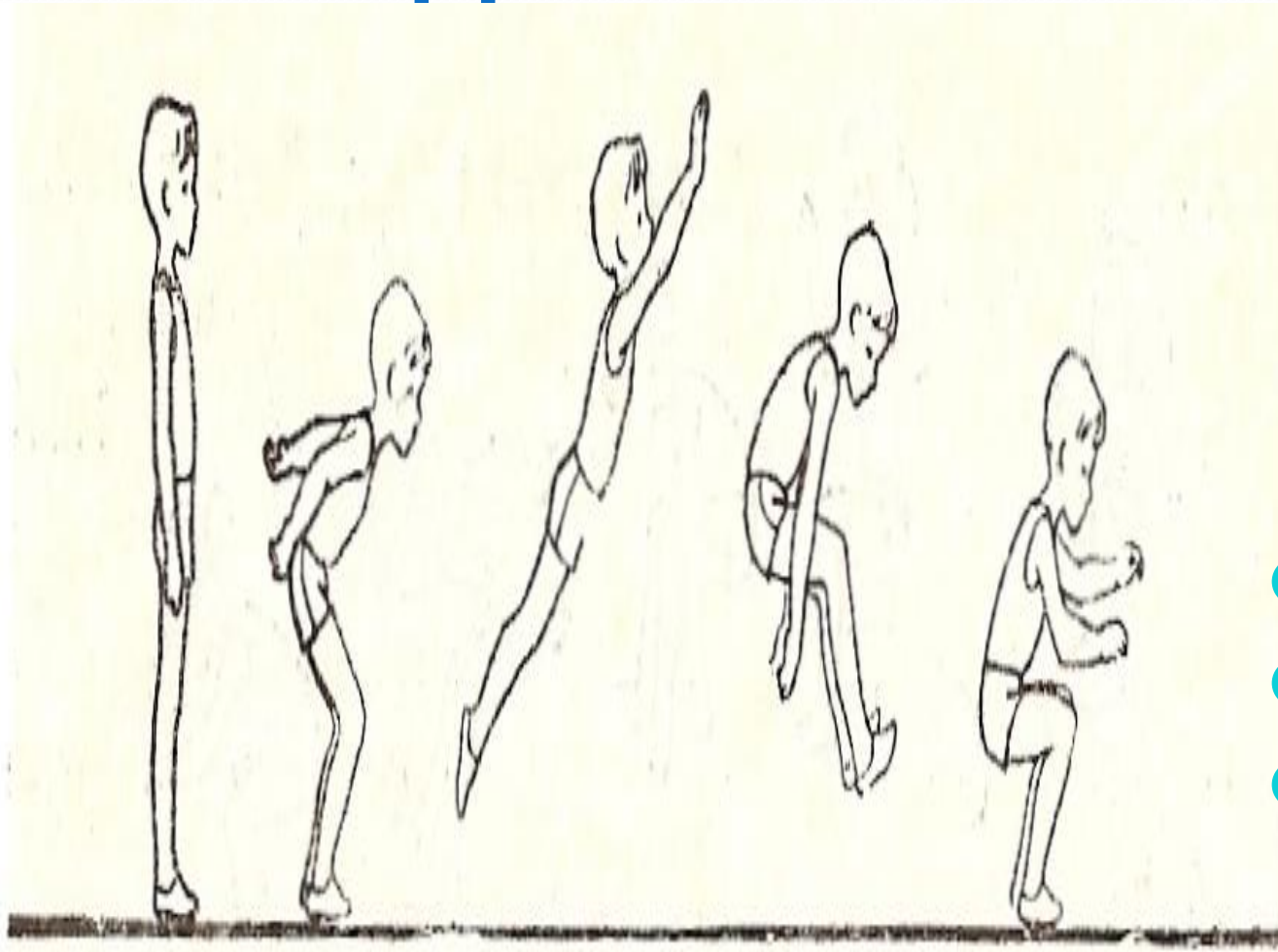
# ПРЫЖКИ С ПРОДВИЖЕНИЕМ ВПЕРЕД



# СПРЫГИВАНИЕ И ПРИЗЕМЛЕНИЕ НА ДВЕ НОГИ

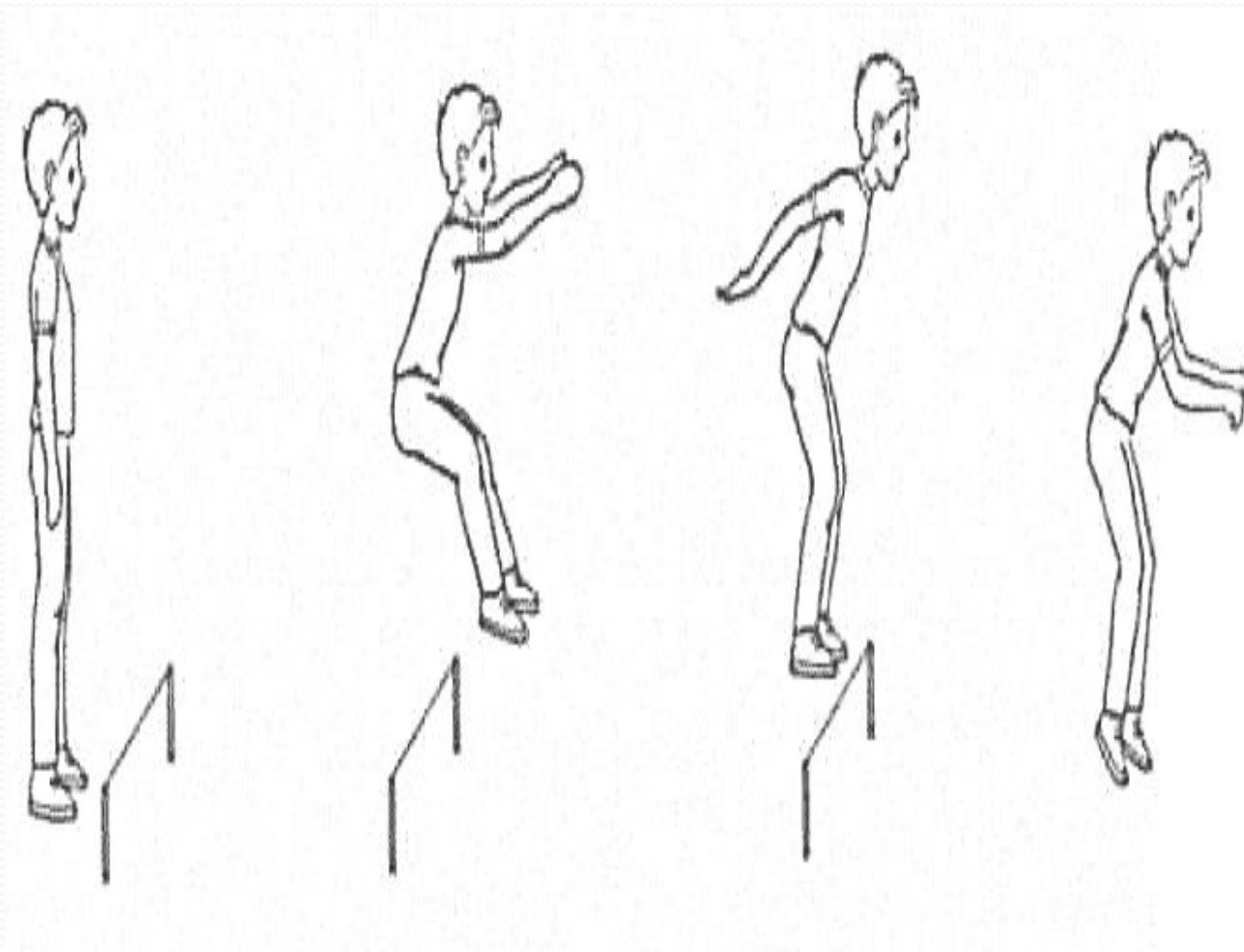


# ПРЫЖОК В ДЛИНУ С МЕСТА



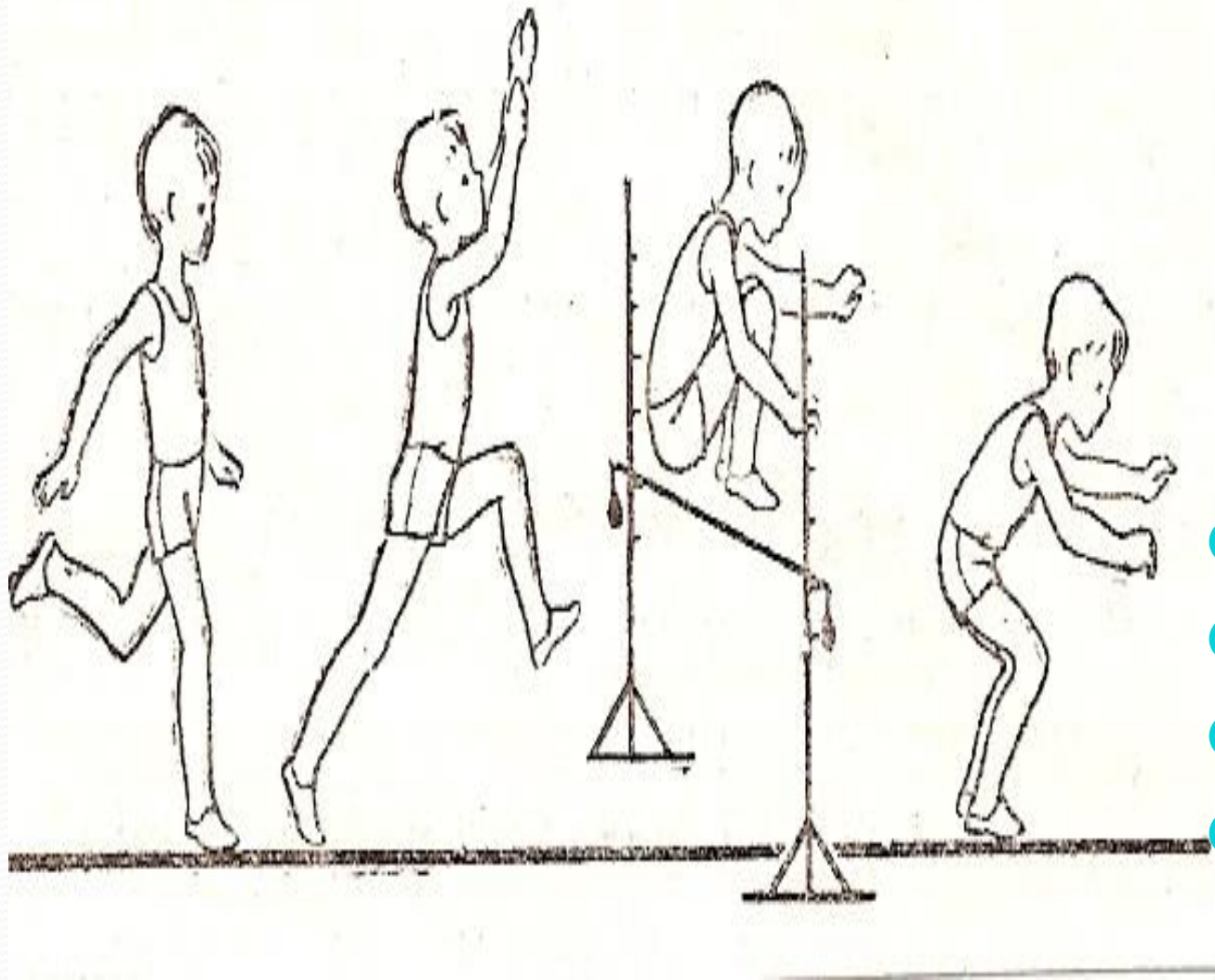
- Толчок
- Полет
- Приземле  
ние

# ПРЫЖОК В ВЫСОТУ С МЕСТА



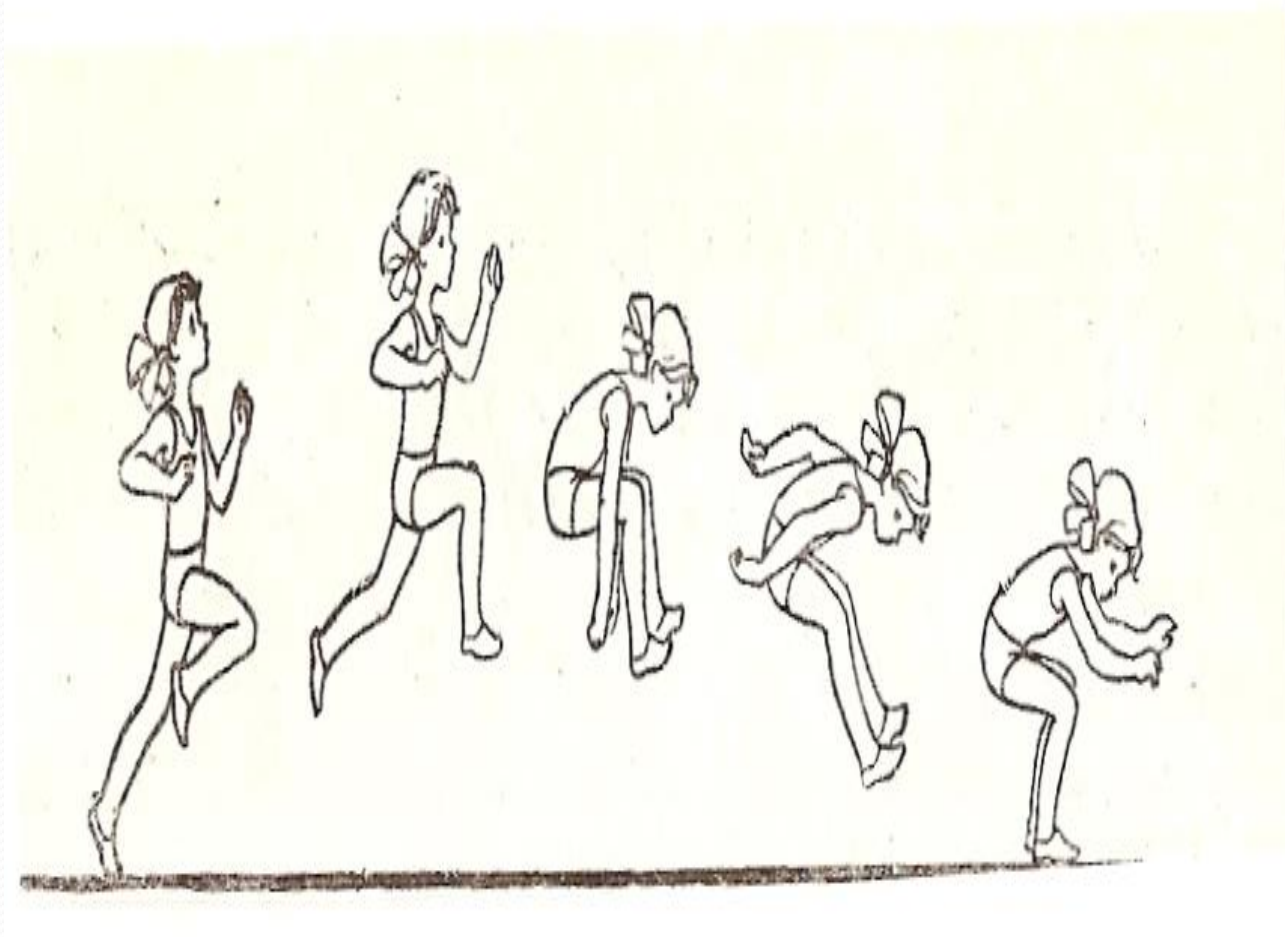
- Толчок
- Полет
- Приземление

# ПРЫЖОК В ВЫСОТУ С РАЗБЕГА



- Разбег
- Толчок
- Полет
- Приземление

# ПРЫЖОК В ДЛИНУ С РАЗБЕГА



- Разбег
- Толчок
- Полет
- Приземление



# ПРЫЖКИ ЧЕРЕЗ СКАКАЛКУ

