|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Дата | Содержание задания | Контроль |
| 30.11 | Кувырки вперед и назад слитно. | Самоконтроль |
| 01.12 | Длинный кувырок с трех шагов разбега (мальчики). Равновесие на одной ноге (девочки). | Самоконтроль |
| 02.12 | *Из упора присев силой стойка на руках и голове (мальчики). Равновесие на одной ноге, выпад вперед (девочки).* | Самоконтроль |

**voron38voronov@yandex.ru**

Уважаемые ребята! В течение этой недели вам предстоит самостоятельно поработать с заданиями, для этого внимательно посмотрите колонку «Содержание» и выполните предложенные задания. Напоминаю, если в колонке КОНТРОЛЬ будет указано «Самоконтроль», то задания на проверку не отправляем (их проверим по приходу в школу)