

# Использование ЦОР на уроках гимнастики

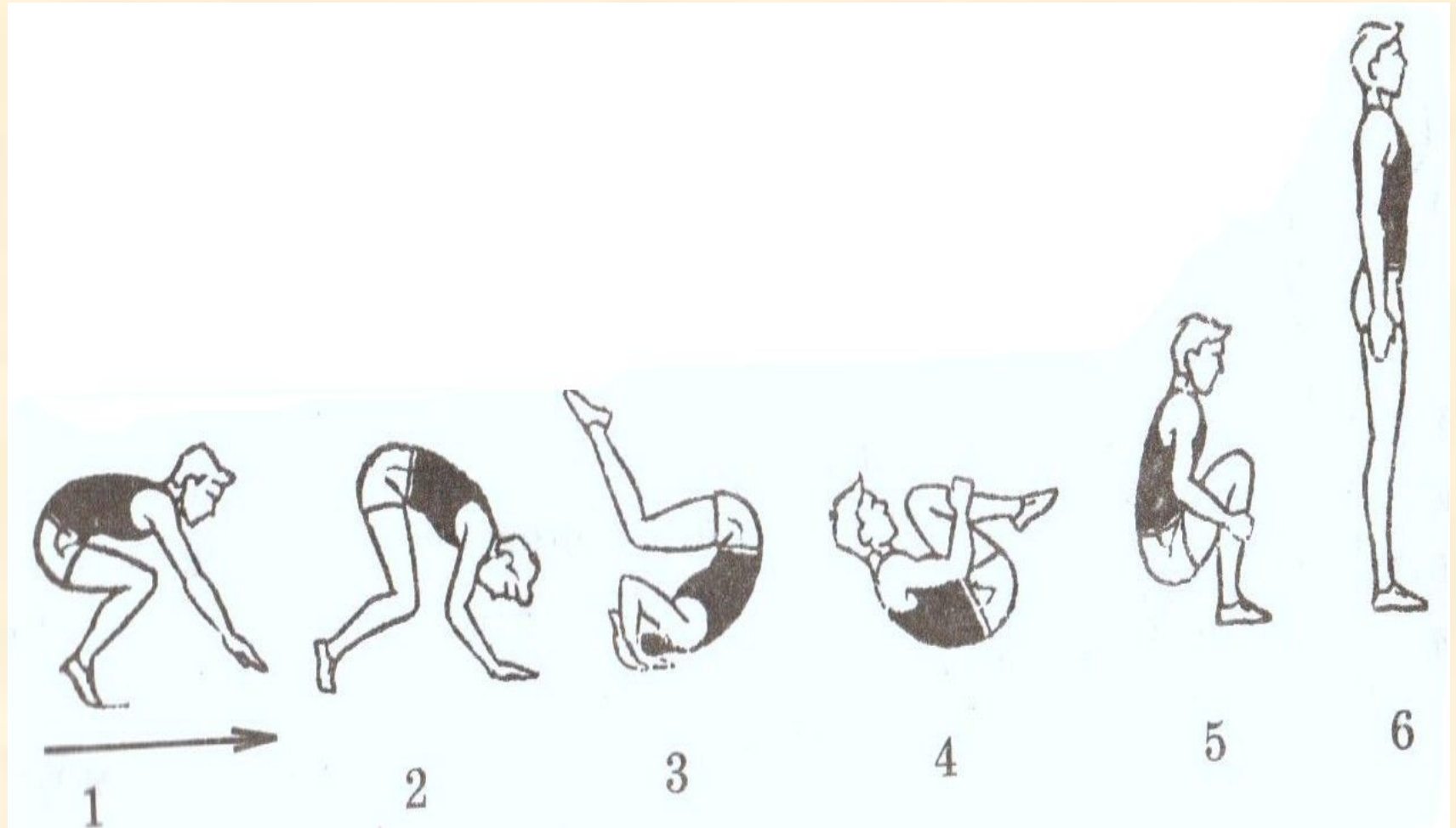
выполнила: Лапина Татьяна  
Александровна

Учитель физической культуры МОУ  
Гимназии №53

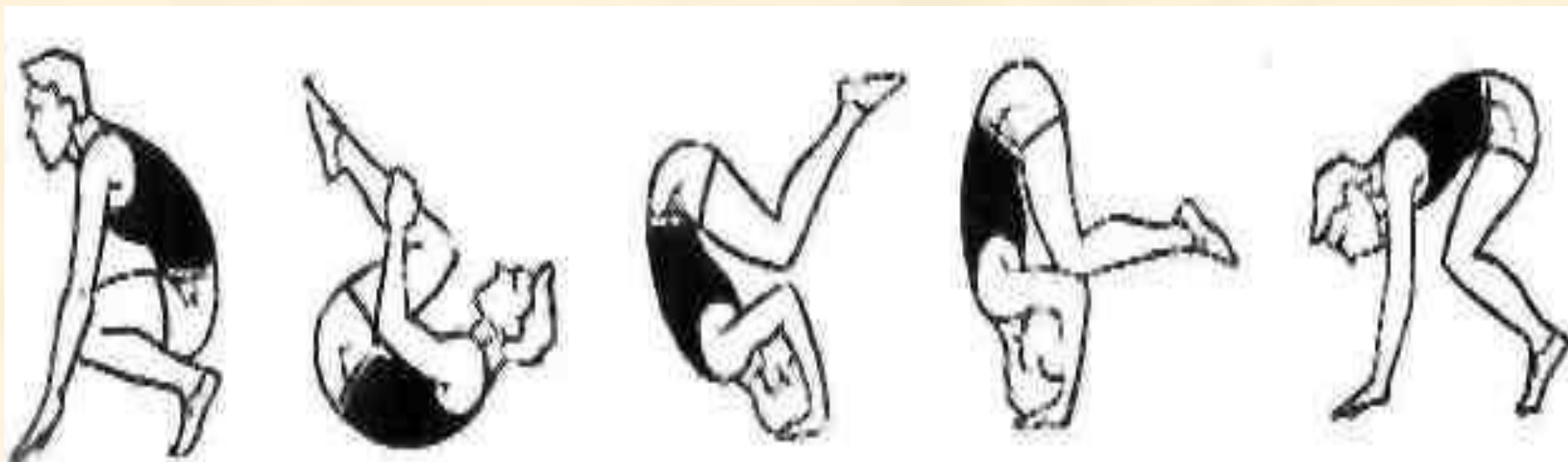
# Длинный кувырок вперед



# Кувырок вперед



# Кувырок назад



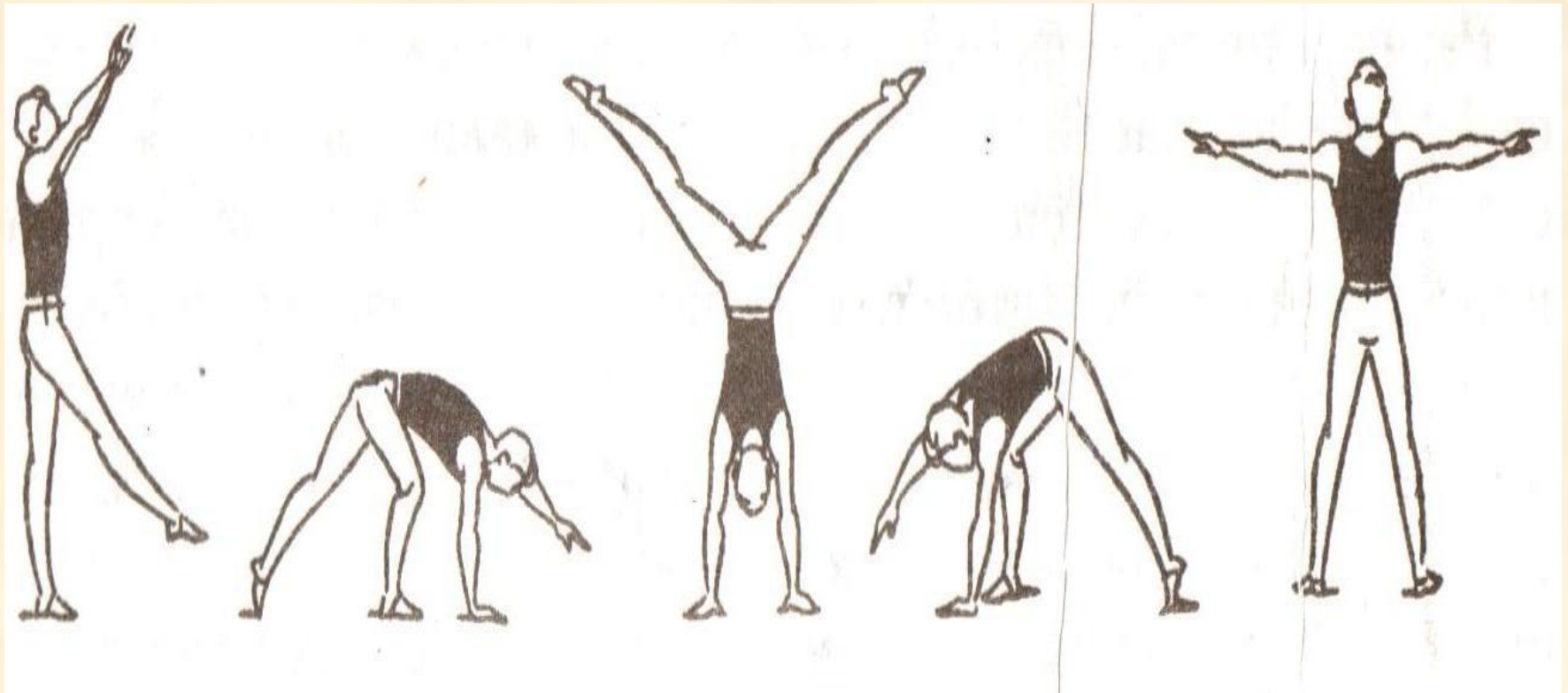
# Стойка на голове



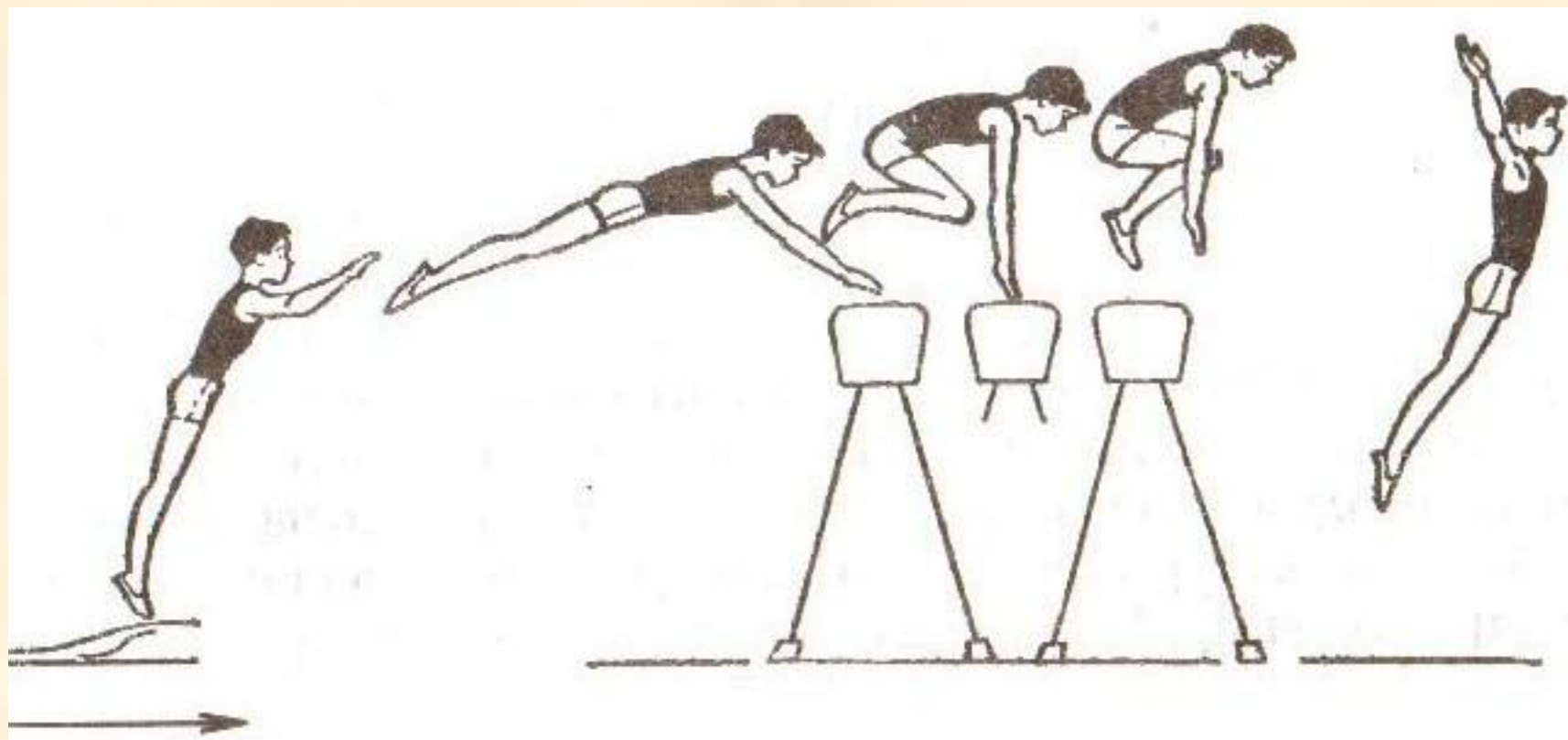
# Мост



# Колесо

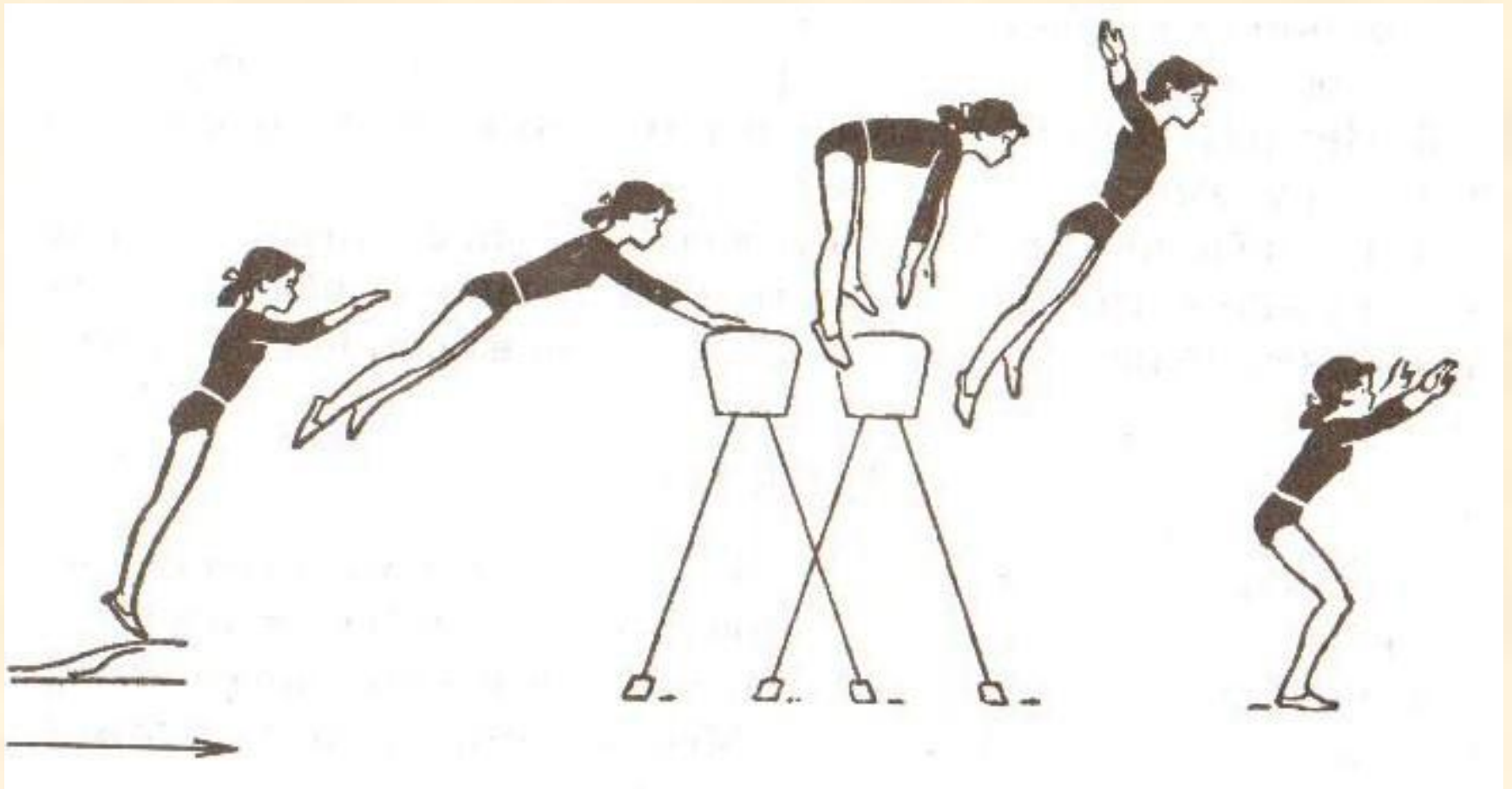


# Опорный прыжок согнув ноги

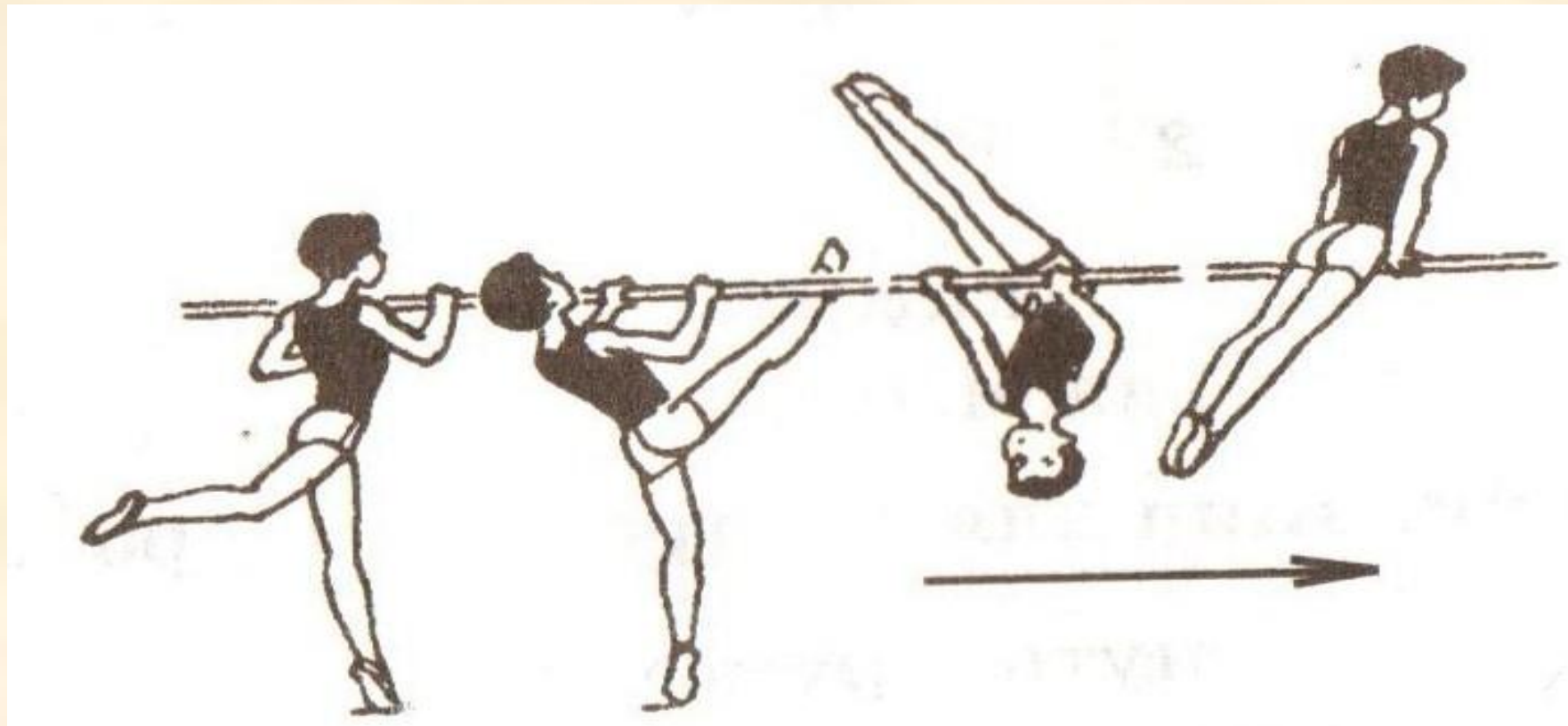




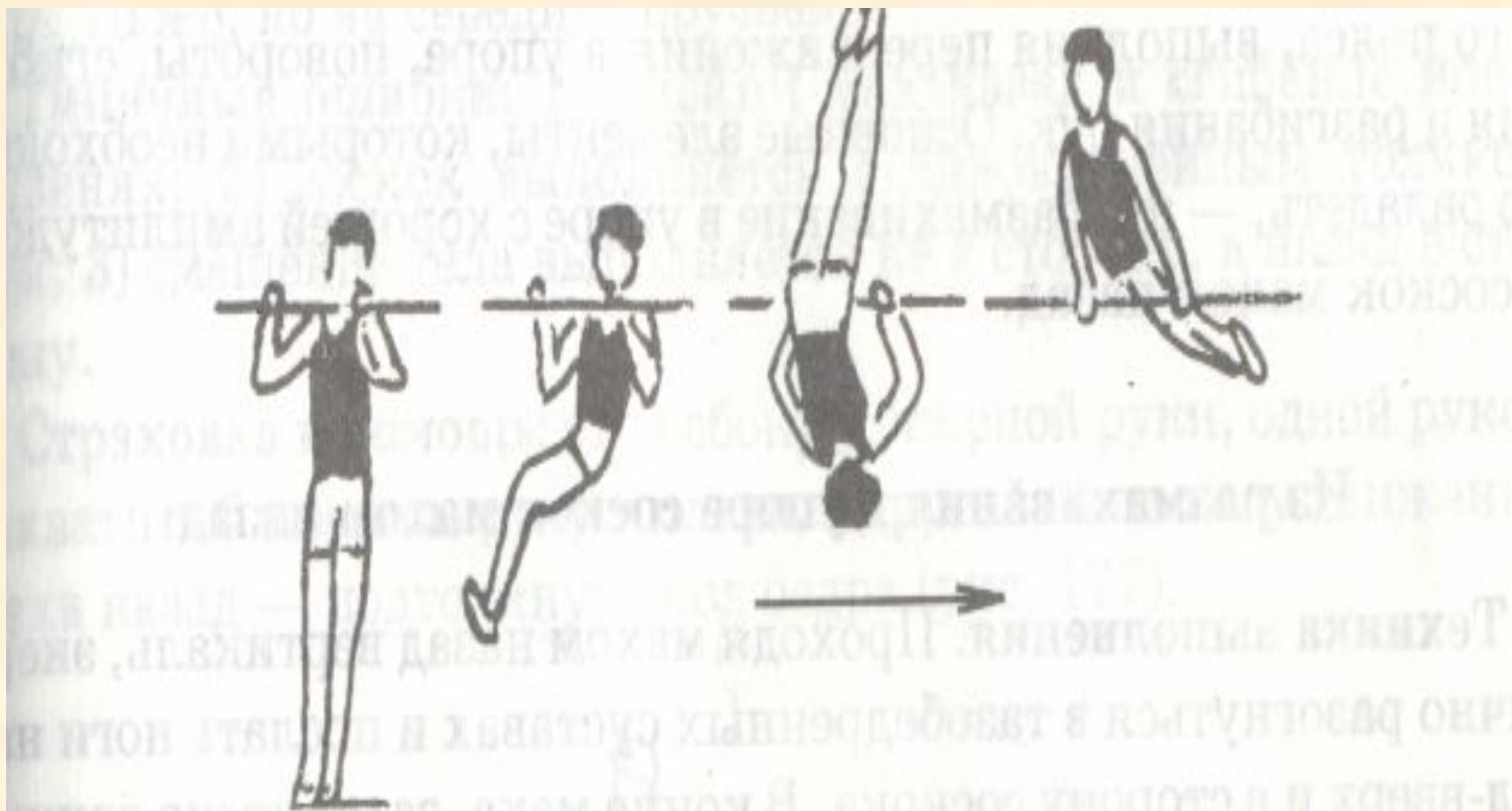
# Опорный прыжок ноги врозь



# Подъём переворотом махом одной, толчком Другой (девочки)



# Подъём переворотом толчком двумя



# Лазанье по канату в висе на согнутых руках с захватом каната ногами

