14 апреля 2020г.

**План занятия объединения «Начальная казачья подготовка» 3 год обучения.**

Тема: Рукопашный бой.

Цель: Изучение с обучающимися основных приёмов рукопашного боя.

Задачи:

- работать над ударами рукой и ногой ;

- выполнять отбивы и подставки.

Ссылка: <http://www.physical-education.ru/obwij_kompleks_priemov_rukopashnogo_boja.html>