

Практическое занятие № 34

Задачи:

совершенствование навыка плавания кролем на груди и на спине;

умения выполнять учебные повороты, старт с тумбочки, соскок с метрового трамплина; умения плавать с помощью движений ногами брассом.

На суше и в воде используются соответствующие упражнения из предыдущих уроков.