

ОШ села Приозёрное

Отчет о работе спортивной секции «Джамп роуп»



Учитель ФК: Вознюк А.А.

2023-2024 учебный год

Отчет по работе спортивной секции «Джамп роуп»

за 2023-2024 учебный год

В течение года для учащихся 1-3 классов проводилась спортивная секция «Джамп роуп».

Характеристика вида спорта джамп роуп (спортивная скакалка) – это индивидуальный и командный вид спорта, в котором с использованием одной или двух длинных скакалок проводятся соревнования в скорости, силе, выносливости, а также в вольных упражнениях (фристайл).

В течение года учащиеся тренировались составлению базовых движений аэробики в связки, в восьмерки, выполняли базовые степ-шаги, упражнения на баланс, прыжки через большую скакалку по одному, в парах. Занятия в спортивной секции «Джамп роуп» направлены на развитие ЗОЖ, физической и двигательной активности, овладение спортивными навыками.

Учитель ФК: Вознюк А.А.

