


Техника безопасности при выполнении ОРУ



- 
1. Подготовить место , что бы не мешали посторонние предметы.
 2. Запрещено жевать и употреблять пищу.
 3. Занимающиеся должны быть в спортивной форме.
 4. Не выполнять упражнения на мокром полу.