

*Добиться повышения результатов помогли соответствующие технологии и методы обучения.*

- *Учёт психологических, физиологических и физических качеств личности учащихся.*
- *Оптимальная дозировка упражнений.*
- *Подготовленность мест занятий и спортивного инвентаря.*
- *Правильная организация деятельности учащихся.*