Практичне заняття 3. ***Техніка і методика навчання у бойовій стійці.***

1. Ознайомлення з пересуванням у бойовій стійці.

2. Техніка виконання основних ударів у бойовій стійці.

3. Ознайомлення з захисними діями у бойовій стійці.