

Задания по физической культуре на период дистанционного обучения с 17.03.2020 по 30.03.2020 года.

**Пятница 20.03.2020г.**

**гр.№9** – 1) Составить комплекс общих развивающих упражнений (О.Р.У.) для развития быстроты.

2) Практическое задание. Видео задание: Наталья Папуша - You Tube «Пилатес для начинающих урок№1»

<https://m.youtube.com/playlist?list=PLdgpR42-vgRRpSDYBfsvwctt4QCjFGvh5>

Адрес электронной почты для отчёта о проделанной работе:

Aleksey\_Belskih1977@mail.ru