

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