Уроки физкультуры

УРОК №53 13.04.2020

1. Рассказать технику безопасности в спортивном зала. Инвентарь для игры в настольный теннис.

2. Выполнить 7 упражнений для рук на месте (фото)

Сдать фото до 20.04.2020,

высылать выполненные домашние задания: everest.distant@yandex.ru

УРОК №54 17.04.2020

1. Выполнить 5 упражнений для рук с ракеткой на месте (фото)

2.Набивание шарика ракеткой (5Х10 раз без потерь) (фото)

Сдать фото до24.04.2020 ,

высылать выполненные домашние задания: everest.distant@yandex.ru