29.04.2020

Физическая культура 4НХТ

Тема урока: «Совершенствование приобретенных навыков игры в волейбол. Проведение учета технике прыжков через скакалку за 1мин. Учет силовой подготовки подтягивания, учет кроссовой подготовки забег на 2км. Подведение итогов.»

Выполнить задание:

Тест: «Итоговый» (Тесто отправлен на почту группы)

(Ответы отправить на почту Popov4586@mail.ru)

Домашнее задание (на каникулы):

Просмотр видео: «Спортсмены — герои Великой Отечественной войны» (https://youtu.be/xjCag2G3wWI)

29.04.2020

Физическая культура 4НХТ

Тема урока: «Совершенствование приобретенных навыков игры в волейбол. Проведение учета технике прыжков через скакалку за 1мин. Учет силовой подготовки подтягивания, учет кроссовой подготовки забег на 2км. Подведение итогов.»

Выполнить задание:

Тест: «Итоговый» (Тесто отправлен на почту группы)

(Ответы отправить на почту Popov4586@mail.ru)

Домашнее задание (на каникулы): Соблюдать двигательный режим.