11. 05 Выполнить зарядку. <https://www.youtube.com/watch?v=vZw3YBL_EkE> Отправить на эл.адрес [konin1984e@yandex.ru](mailto:konin1984e@yandex.ru) Фото не более 3 или видео не более 10 сек (к 12.05)

12.05 Посмотреть видео. Прыжки в длину. Обучение технике.<https://www.youtube.com/watch?v=csVs8PxyFCk> .