

ОГСЭ 04. Физическая культура

Занятие No2.

Тема занятия 1.5. «Выполнение учебного норматива . Бег 2км, 3км»

2. Запишите в тетради дату и тему занятия

3. Просмотрите видео пройдите по ссылке ниже или скопируйте ссылку и вставьте в адресную строку.<https://youtu.be/JYoKAZirQSM4>.

Выполните задание : составить опорный конспект по технике прыжка в длину с места.

5.Самостоятельная работа: составить комплекс упражнений для развития скоростно-силовых способностей

6. Выполненную работу отправляете старосте.

Староста формирует папку,подписывает тему, ставит дату и присылает в личное сообщение на электронную почту inverirkabayev@bk.ru