**Дата**:10.10.20

**Номер пары**: 1 пара

**Группа**: 31а

**Тема занятия**: №7 Гимнастика. Оценка физических качеств ГТО.

**Задание:**  1) Кросс в медленном темпе, место выполнения ( стадион ,парк, двор дома ) 2 Выполнить упражнения : отжимание , пресс ,подтягивание ,наклон . ЖДУ ЗАДАНИЕ ДОЛЖНИКОВ ( фото или видео не более 20 сек) общеразвивающие упр

**Литература:** поиск информации осуществляется самостоятельно в интернете

**Для отчетности студента:** oleg.tikhonov.75@list.ru