**Дата**. 3. 11.20

**Номер пары**: 1 пара

**Группа**: 11м

**Тема занятия**: №21 Гимнастика. Упражнения с гимнастической скамейкой.

**Задание:**  1) Кросс в медленном темпе, беговые упражнения место выполнения ( стадион, парк, двор дома ) подготовка г т о. 2) ВЫПОЛНИТЬ общеразвивающие упражнения: на гибкость , координацию ,силу. ЗАДАНИЕ НЕ ОТСЫЛАТЬ .

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

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