**Дата**. 5. 11.20

**Номер пары**: 4 пара

**Группа**: 12э

**Тема занятия**: №23 Гимнастика. Оценка физических качеств. ( ГТО)

**Задание:**  1) Кросс в медленном темпе, беговые упражнения место выполнения ( стадион, парк, двор дома ) ВЫПОЛНИТЬ, ВЫСЛАТЬ ФОТО или ВИДЕО ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ СОБСТВЕННОГО ВЫПЛНЕНИЯ . ( Пресс , наклон ,отжимание , подтягивание )

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

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