**Дата**. 10. 11.20

**Номер пары**: 1, 2 пара

**Группа**: 11э

**Тема занятия**:. №21 Гимнастика. Упражнения с гимнастической скамейкой . № 22 Гимнастика Упражнения на гимнастической стенке.

**Задание:**  1) Кросс в медленном темпе, беговые упражнения место выполнения ( стадион, парк, двор дома ) ВЫПОЛНИТЬ, 2) Выполнить общеразвивающие упражнения : Силового характера, гибкости , координации, 3)ВЫПОЛНИТЬ И ВЫСЛАТЬ КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ НА ГИМНАСТИЧЕСКОЙ СТЕНКЕ И СКАМЕЙКЕ ( ФОТО ИЛИ КАРТИНКИ )

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

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