

Фізкультура. Задання 9 класу на 15.04.

Виконати: обираючі упр-я утримання -
настиги - 7-8, Бег на місці 1.2. 4х мин.
упр-е на дихання. Тест на швидкість -
нахил вперед у н.п. сгор руками,
ладонями старатися коснутися пола,
имітують притка в коші способом
носки, присідання, випрямлення
вверх, махи ногами вперед, назад,
в сторони.

Д/з - вивчити запитання створіли на організм
чоловіка (підготувати повідомлення - (1 тетрадь записи)