

Физкультура. Задание. 7 класс - на 29.04.

Выполнить: 1 - утренняя зарядка из 10 упр.

2 - бег на месте до 2,5 мин.

3 - упр-е на дыхание

4 - упр-я на гибкость: выпады

вперед, назад, в стороны, вращения туловища в стороны,

5 - строевые упр-я на месте: повороты

налево, направо, кругом

6 - прыжки в длину с места - 6-7 раз

Ответить: правила соревнований по прыжкам в длину с места.