

Фізкультура . Задання 9 класу на 29.04

Виконати: ліричний гимнастика у 10-12 упр

2- бег на місці продовжувальний,

3- упр-е на дихання.

4- перевірити частоту серцевих скорочень за 1 мин. (сделай ввод).

5- скласти кросворд (7-9 слів) на тему - спорт.

6- відхиляння тіла (не менше 20 раз)

7- притиски со скакалкою - 1,5-2 мин.

Відповісти: правила Т.Б. при м'ячанні м'яча на дальність польоту.