Урок физкультуры. 4 класс

Дата: 21.05.2020

Тема: Прыжковые упражнения: прыжки со скакалкой. ОРУ (развитие силовых способностей): запрыгивание с последующим спрыгиванием.

1.Задания:

1. Делать комплекс ОРУ. Отжимание, подтягивания.
2. Поупражняться в прыжках со скакалкой и запрыгиваниях.
3. Беречь себя!

2. Пришлите фотографию выполненных упражнений, по адресу: elvirra1976@mail.ru или по WhatsApp