**Задания по физической культуре**

**10-А класс Николаева С.В. Шамарин Р.Ю.**

**25.05.2020 11:25** Онлайн урок на платформе Zoom

Комплекс общеразвивающих упражнений на все группы мышц.

Задания для самостоятельной работы.

<https://www.youtube.com/watch?v=K1VdcUzvJNk>

**26.05.2020 12:15** Онлайн урок на платформе Zoom

Функциональная Тренировка на Все Группы Мышц

<https://www.youtube.com/watch?v=0FbIJ_Ij2Ws&t=2163s>

Задания для самостоятельной работы.

<https://www.youtube.com/watch?v=up9nUWGWQkE>