**ЗАДАНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ УЧАЩИХСЯ 11-А КЛАССА В ДИСТАННЦИОННОМ РЕЖИМЕ НА ПЕРИОД С 25.05.20г. по 29.05.20г.**

**(УЧИТЕЛЬ КОЛИСНИЧЕНКО Ж.А.)**

**28.05.20.г. в 13:55.**

Проведение видеоурока в программе ZOOM.

**Тема урока:** «Упражнения для укрепления основных групп мышц с фитбольным мячом»

**29.05.20г. в 10:15**

**Для девочек 11-А класса** выполнять упражнения для основных групп мышц с фитболом: <https://youtu.be/TFSxyPSVh1Y>

**Для мальчиков 11-А класса** выполнять упражнения для основных групп мышц с фитболом: <https://youtu.be/0P4ubESll58>