Задание на 23.11.2020

Выполнить домашнее задание на свежем воздухе спортивной площадке вго дворе, стадионе, лесу

* Ходьба, переменная ходьба и бег 10-15 мин. Написать по самочувствию
* Общеразвивающие упражнения 10-15 мин. как на занятиях физкультурой (10-12 упражнений). Написать какие упражнения выполняли

Направлять ответы по электронной почте [goupu81@mail.ru](mailto:goupu81@mail.ru) или vk.com/orenchuk

!!! Подписывать группу и ФИ