**Материалы для дистанционного обучения**

**по физической культуре**

**13-17 апреля**

**Урок 1.**

Тема: Комплекс упражнений по общей физической подготовке (ОФП)

Ознакомление с материалом по ссылке <https://infourok.ru/kompleks-uprazhneniy-dlya-ofp-1437473.html>

Выполняй все упражнения

**Урок 2.**

Тема: Комплекс упражнений по общей физической подготовке (ОФП)

Тренировка одного понравившегося комплекса в домашних условиях

Выполняй все упражнения, изученные на прошлом уроке. Если ты их забыл, посмотри еще раз материалы урока 1.

**Урок 3**

Тема: Комплекс упражнений по общей физической подготовке (ОФП)

Проведение и запись одного понравившегося комплекса на видео. Нужно продемонстрировать весь комплекс по два-три повторения каждого упражнения.

Повтори все изученные упражнения. Сделай видеозапись выполнения тобой комплекса и пришли учителю.

Оценивание будет проводиться по отправленной вами видеозаписи на вайбер или ватсаб учителю. Либо на электронную почту (смотрите на сайте школы).

7а, в, г

Вольницкая Анастасия Сергеевна 8-910-665-00-22

7Б

Шемоханова Виктория Александровна 8-920-129-20-13

Срок сдачи данного задания 22 апреля 2020 г.