

3 группа

Баскетбол, 27.05.2020

I. Реферат на тему "Баскетбол".

Варианты тем:

- история возникновения игры;
- баскетбол в России;
- мой любимый вид спорта "баскетбол";
- мировые звезды баскетбола;
- правила игры;
- тема про баскетбол по выбору.

Реферат отправить на электронную почту: vladimirdobrynin63@yandex.ru

II. - Отжимания на пальцах (кто сколько сможет), можно от стены
отталкивание - 20 раз.

- выпрыгивание из глубокого приседа 15-20 раз.

- упражнения для мышц брюшного пресса.

III. Повторить комплекс ОРУ (12-15 упражнений).