**Задания для дистанционных занятий по физической культуре.**

**С 13.04-17.04.2020г.**

10-11 классы

Ежедневные отжимания 50-70 раз с регулярным измерением давления и пульса (ударов в минуту )

Результаты измерений фиксировать и отправлять личным сообщением ВК учителю физической культуры

8-9классы

Ежедневные отжимания 40-60 раз с регулярным измерением давления и пульса (ударов в минуту)

Результаты измерений фиксировать и оправлять личным сообщением ВК учителю физической культуры

5-7классы

Ежедневные отжимания 30-50 раз с регулярным измерением давления и пульса (ударов в минуту )

Результаты измерений фиксировать и отправлять личным сообщением ВК учителю физической культуры