1.Теоретическая часть – «Лёгкая атлетика. Техника прыжка в длину с разбега» <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7460/main/262705/>.

2.Онлайн тест по ссылке: <https://moeobrazovanie.ru/viktoriny/test_po_fizkulture_8_9_klass_1.html>.

**После прохождения онлайн теста необходимо сделать скриншот страницы с вашим результатом. Скриншот прислать на** [**WhatsApp**](https://www.whatsapp.com/contact/)

**(номер телефона 89186581467) до 16.05.2020 г.**

3. **Практическая часть – комплекс упражнений ОФП -** <https://youtu.be/52GP7K6TvCk> .

Видеоотчет выполнения **комплекса ОФП** нужно прислать на [**WhatsApp**](https://www.whatsapp.com/contact/) (номер телефона 89186581467) до 16.05.05.2020 г.