1.Теоретическая часть – «Техника бега на средние дистанции» <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3933/start/171005/>.

2. Онлайн тест по теме «Легкая атлетика. Спринтерский бег.» по ссылке: <https://onlinetestpad.com/ru/testview/351377-legkaya-atletika-sprinterskij-beg-10-11-klass>.

**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/lg0VlddR3fU>.

Видеоотчет выполнения **комплекса ОФП** нужно прислать на [**WhatsApp**](https://www.whatsapp.com/contact/) (номер телефона 89186581467) до 16.05.2020 г.