Внеурочная деятельность 5 класс

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Предмет | Тема | Содержание | Контроль |
| Физическая культура | Развитие силы и координации. | Ритмическая гимнастика под музыку. Упражнения на силу мышц спины и живота.[**yandex.ru/efir**](https://yandex.ru/efir?from=efir&from_block=ya_organic_results&stream_id=4c9292ed9d80fa75a22b92fe03c84c7d) — источник видео12 янв 2016**Упражнения для укрепления мышц спины**[**youtube.com**](http://www.youtube.com/watch?v=LgGRRejLj-I) — источник видео28511 мая 2014HD**5 коротких упражнений для мышц живота** | Сделать письменную работу упражнений на живот и спину |