

## **Легкая атлетика ф3 31.03.20**

1. Дать характеристику физического качества: выносливость и скоростная выносливость.

2. Подобрать и записать 6-8 упражнений для развития выносливости и скоростной выносливости у бегунов на длинные дистанции.

Можно использовать интернет-ресурсы

**Выполнить ДО 6 апреля.**

**Выслать Бартевой Е.В.** в Контакт с пометкой **ДЛЯ НОРКИНА** (имя файла указывать свою фамилия и предмет)