

1. Дисциплина: Физическая культура

2. Преподаватель: Москаленко В.И.

3. Название темы: Гимнастика. Силовые упражнения на тренажерах и гимнастических снарядах. 4 часа

Физическая культура. Учебник Теория и методика физического воспитания. Холодов. Кузнецов. Стр.210-211, 283-286

4. Задание: 1. Изучить технику выполнения упражнений, составить каталог спортивных тренажеров с указанием их предназначения

2. Выполнить круговую тренировку для мышц рук, ног, пресса и развития гибкости

5. Итоговую работу сдать до 17.04.2020