**Атлетическая гимнастика**

Тема: /32/ Выполнение упражнений для развития различных групп мышц.

Домашнее задание:

1. Комплекс упражнений утренней гимнастики.

2. Подготовить доклад на тему:

- «Общая физическая подготовка (ОФП)»

**Требования к выполнению доклада для создания текста:**

Титульный лист.

Содержание.

Основная часть 3-5 страниц печатного текста.

Заключение.

Список литературы.

**Критерии к тексту:**

Размер шрифта Word 14,

шрифт Times New Roman.

Интервал 1,0.

Домашнее задание присылать на электронную почту: koroleva.ea80@gmail.com

Название файла; Физ-ра, 02.12(указать дату занятия), пример: Иванов Василий, физическая культура, ЭС-211

Сроки исполнения – 19 декабря 2020 г.

Литература:

1. Муллер А.Б. Физическая культура: учебник и практикум для СПО. ЮРАЙТ Режим доступа: [https://biblio-online.ru](https://biblio-online.ru/).
2. Алхасов Д.С. Теория и история физической культуры: учебник и практикум для СПО. ЮРАЙТ. Режим доступа : [https://biblio-online.ru](https://biblio-online.ru/).