Тема: Гимнастика. ОРУ на перекладине, тренажерах. Упражнения на развитие гибкости, равновесия.

Домашнее задание:

1. Комплекс упражнений утренней гимнастики.

2. Подготовить доклад на тему: (по выбору)

- «Легендарные гимнасты»

**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, 06.12(указать дату занятия), пример: Иванов Василий, физическая культура, ПХ-111

Сроки исполнения – 11 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/).