

**Задание по физической культуре для дистанционного обучения
для группы Э-22**

Дата: 10.02.24

Студентам, работу выполнить в тетради или в электронном варианте.

Ответить на вопросы.

1. Перечислите основные способы передвижения на лыжах
2. Как должен поступить лыжник на дистанции, если соперник, догнавший его, просит уступить ему лыжню?
3. Как называется вид спорта, сочетающий лыжные гонки со стрельбой?
4. В каком старте обычно используется интервал в 30 с?
5. Лыжные гонки преимущественно развивают физическое качество:
6. Объясните основное назначение парафинов и лыжных мазей
7. Сноуборд – это:
8. Как называются стойки спусков со склона
9. Крутые короткие подъемы лыжники преодолевает:
10. Назовите рекомендуемую длину лыжных палок для коньковых лыж
11. Как правильно держать лыжные палки

Задание №2 Выполнить контрольное упражнение записать в таблицу

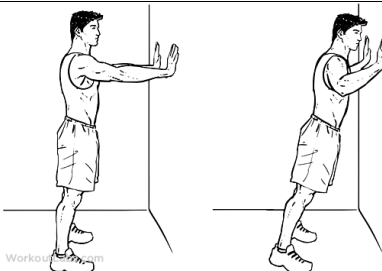
**«Таблицу заполнять на отдельном листке в тетради или на листке А-4
(можно начертить самостоятельно от руки)»**

Не терять.

(За контрольные упражнения студенты получают дополнительные оценки в журнал, при выполнении и выборочном контроле.)

Студенты, имеющие освобождения от физической культуры, это задание не делают, если есть медицинские противопоказания.

[Все остальные студенты выполняют задание в полном объеме.](#)

Ф.И.О. студента, группа		
число	Контрольные, тестовые упражнения	результат
	 Выполнить упражнение за 1 минуту	Записать свой результат

