

Задание по физической культуре для дистанционного обучения

для группы Э-31

Дата: 11.12.23

Тема: Баскетбол

Задание №1: Используя различные источники информации. Составить комплекс индивидуальной разминки баскетболиста. Задание можно выполнять в тетради и в электронном варианте.

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
	Упражнение прыжки с полуприседа, максимально сколько раз за 1 минуту. 	Записать свой результат Максимальное количество раз