**ГБПОУ «Трубчевский политехнический техникум»**

**Темы для самостоятельной работы обучающихся группы 1319**

**по дисциплине физическая культура**

**Уважаемые обучающиеся, после выполнения заданий отправляйте фото конспектов, либо скриншоты выполненных заданий на электронную почту yekaterinadragun@yandex.ru** **или VK**

**Преподаватель Драгун Екатерина Валерьевна**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | дата | Тема | Задания |
| 1 | 15.04.2020 | Повторение техники бега на 100 м. Повторение техники метания гранаты. Повторение техники бега на средние дистанции | 1. Выполнить конспект на тему: «по легкой атлетики : техники метания гранаты, техники бега на средние дистанции »2. Оформить реферат техники бега на 100 м3. Ответить на контрольные вопросы.  |
| 2 | 17,04.2020 | Повторение техники прыжка в длину способом «согнув ноги». Повторение техники эстафетного бега. Повторение техники бега на средние дистанции. | 1. Выполнить конспект на тему: «техники прыжка в длину способом согнув ноги». 2. Оформить реферат: техника эстафетного бега. 3. Ответить на контрольные вопросы.  |
| 3 | 24.022020 | Повторение техники бега на 100 м.Повторение техники метания гранаты. Повторение техники прыжка в высоту. Кросс 2000-3000м. | 1. Выполнить конспект на тему: «по легкой атлетики : техники метания гранаты »2. Оформить реферат техника прыжка в высоту3. Ответить на контрольные вопросы |

Источники (в т.ч. интернет-ресурсы):

1. <https://yandex.ru/turbo?text=https%3A%2F%2Fbeguza.ru%2Ftexnika-bega%2F>

2. <https://dlia-sporta.ru/glavnaia/vidy-sporta/metanie-granaty/>

3. <https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/03/30/pryzhok-v-dlinu-sposobom-sognuv-nogi>

4. <https://yandex.ru/turbo?text=https%3A%2F%2Fbeguza.ru%2Festafetnyj-beg%2F>

Преподаватель Драгун Е.В\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_