**Уважаемые студенты убедительная просьба выполнять ежедневно УТРЕННЮЮ ГИМНАСТИКУ и ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ.**

**Задание по физической культуре на дистанционном обучении.**

 Студентам необходимо высылать задания в соответствии с датой в расписании.

За несвоевременное выполнение задания будет снижаться оценка. Не выполнившие, будут приходить на отработки учебных занятий при очном обучении и снижена семестровая оценка.

**При оформлении задания не забывайте указывать название задания и кто выполнил**.

1. **01.02.2022** – Тема. Гимнастика.

Подготовить реферат: «Динамическая выносливость при выполнении физических упражнений» (реферат прислать на электронную почту lomaev4.t@yandex.ru).

 При очном обучении, предоставить реферат в письменном виде, уметь рассказать содержание.

**2. 04.02.2022 -** Тема. Гимнастика.

Подготовить комплекс упражнений для **укрепления силы мышц рук** (комплекс прислать на электронную почту lomaev4.t@yandex.ru).

 При очном обучении, предоставить комплекс в письменном виде, уметь рассказать упражнения.

**Будьте здоровы!!!**