|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № группы | Раздел | Литература для изучения | Задание | Срок выполнения теоретического задания |
| **06.05.2024 г.** | | | | |
| **112 гр.** | Спортивные игры. Волейбол | [*Основная литература:*](file:///C:\Users\user\Desktop\ДИСТАНТ\Дополнительная%20литература) *Учебник А.А. Бишаева «Физическая культура»*  [*Дополнительная литература*](file:///C:\Users\user\Desktop\ДИСТАНТ\Дополнительная%20литература)*: ЭБС «Znanium» Ю.С.Филиппова, «Физическая культура»: учебно-методическое пособие* | Составьте индивидуальный комплекс упражнений для совершенствования техники выполнения приемов спортивной игры - волейбол  Работу оформите в виде доклада. |  |
| **321 гр.** | Атлетическая гимнастика | [Основная литература:](file:///C:\Users\user\Desktop\ДИСТАНТ\Дополнительная%20литература) ЭБС «Академия» Учебник А.А. Бишаева «Физическая культура»  [Дополнительная литература](file:///C:\Users\user\Desktop\ДИСТАНТ\Дополнительная%20литература): ЭБС «Znanium» Ю.С.Филиппова, «Физическая культура»: учебно-методическое пособие | Комплексы упражнений атлетической гимнастики для плечевого пояса.  Работу оформите в формате доклада (до 5 страниц) в печатном/рукописном виде. | Готовую работу сдать на очном занятии. |
| **152 гр.** | Волейбол | [Основная литература:](file:///C:\Users\user\Desktop\ДИСТАНТ\Дополнительная%20литература) ЭБС «Академия» Учебник А.А. Бишаева «Физическая культура»  [Дополнительная литература](file:///C:\Users\user\Desktop\ДИСТАНТ\Дополнительная%20литература): ЭБС «Znanium» Ю.С.Филиппова, «Физическая культура»: учебно-методическое пособие | История возникновения волейбола в России.  Работу оформите в формате доклада (до 5 страниц) в печатном/рукописном виде. | Готовую работу сдать на очном занятии. |
| **07.05.2024 г.** | | | | |
| **222 гр.** | Общая физическая подготовка | [Основная литература:](file:///C:\Users\user\Desktop\ДИСТАНТ\Дополнительная%20литература) ЭБС «Академия» Учебник А.А. Бишаева «Физическая культура»  [Дополнительная литература](file:///C:\Users\user\Desktop\ДИСТАНТ\Дополнительная%20литература): ЭБС «Znanium» Ю.С.Филиппова, «Физическая культура»: учебно-методическое пособие | Комплексы упражнений на развитие координации.  Работу оформите в формате доклада (до 5 страниц) в печатном/рукописном виде. | Готовую работу сдать на очном занятии. |
| **141 гр.** | Спортивные игры. Волейбол | [*Основная литература:*](file:///C:\Users\user\Desktop\ДИСТАНТ\Дополнительная%20литература) *Учебник А.А. Бишаева «Физическая культура»*  [*Дополнительная литература*](file:///C:\Users\user\Desktop\ДИСТАНТ\Дополнительная%20литература)*: ЭБС «Znanium» Ю.С.Филиппова, «Физическая культура»: учебно-методическое пособие* | Изучите основные правила игры в волейбол  Работу оформите в виде конспекта. |  |
| **08.05.2024 г.** | | | | |
| **151 гр.** | Спортивные игры | [Основная литература:](file:///C:\Users\user\Desktop\ДИСТАНТ\Дополнительная%20литература) ЭБС «Академия» Учебник А.А. Бишаева «Физическая культура»  [Дополнительная литература](file:///C:\Users\user\Desktop\ДИСТАНТ\Дополнительная%20литература): ЭБС «Znanium» Ю.С.Филиппова, «Физическая культура»: учебно-методическое пособие | Ознакомление с национальными спортивными играми.  Работу оформите в формате доклада (до 5 страниц) в печатном/рукописном виде. | Готовую работу сдать на очном занятии. |
| **253 гр.** | Атлетическая гимнастика | [Основная литература:](file:///C:\Users\user\Desktop\ДИСТАНТ\Дополнительная%20литература) ЭБС «Академия» Учебник А.А. Бишаева «Физическая культура»  [Дополнительная литература](file:///C:\Users\user\Desktop\ДИСТАНТ\Дополнительная%20литература): ЭБС «Znanium» Ю.С.Филиппова, «Физическая культура»: учебно-методическое пособие | Комплексы упражнений атлетической гимнастики для мышц спины и живота.  Работу оформите в формате доклада (до 5 страниц) в печатном/рукописном виде. | Готовую работу сдать на очном занятии. |
| **10.05.2024 г.** | | | | |
| **313 гр.** | Общая физическая подготовка | [Основная литература:](file:///C:\Users\user\Desktop\ДИСТАНТ\Дополнительная%20литература) ЭБС «Академия» Учебник А.А. Бишаева «Физическая культура»  [Дополнительная литература](file:///C:\Users\user\Desktop\ДИСТАНТ\Дополнительная%20литература): ЭБС «Znanium» Ю.С.Филиппова, «Физическая культура»: учебно-методическое пособие | Комплексы упражнений на развитие гибкости.  Работу оформите в формате доклада (до 5 страниц) в печатном/рукописном виде. | Готовую работу сдать на очном занятии. |
| **212 гр.** | Атлетическая гимнастика | [*Основная литература:*](file:///C:\Users\user\Desktop\ДИСТАНТ\Дополнительная%20литература) *Учебник А.А. Бишаева «Физическая культура»*  [*Дополнительная литература*](file:///C:\Users\user\Desktop\ДИСТАНТ\Дополнительная%20литература)*: ЭБС «Znanium» Ю.С.Филиппова, «Физическая культура»: учебно-методическое пособие* | Составьте индивидуальный комплекс упражнений атлетической гимнастики для мышц спины и живота  Работу оформите в виде доклада. |  |
| **11.05.2024 г.** | | | | |
| **152 гр.** | Футбол | [Основная литература:](file:///C:\Users\user\Desktop\ДИСТАНТ\Дополнительная%20литература) ЭБС «Академия» Учебник А.А. Бишаева «Физическая культура»  [Дополнительная литература](file:///C:\Users\user\Desktop\ДИСТАНТ\Дополнительная%20литература): ЭБС «Znanium» Ю.С.Филиппова, «Физическая культура»: учебно-методическое пособие | Футбол. Сущность и характеристика игры, ознакомление с видом, правилами.  Работу оформите в формате доклада (до 5 страниц) в печатном/рукописном виде. | Готовую работу сдать на очном занятии. |
| **141 гр.** | Спортивные игры.  Футбол | [*Основная литература:*](file:///C:\Users\user\Desktop\ДИСТАНТ\Дополнительная%20литература) *Учебник А.А. Бишаева «Физическая культура»*  [*Дополнительная литература*](file:///C:\Users\user\Desktop\ДИСТАНТ\Дополнительная%20литература)*: ЭБС «Znanium» Ю.С.Филиппова, «Физическая культура»: учебно-методическое пособие* | Изучите сущность и характеристику игры в футбол, ознакомьтесь с основными правилами.  Работу оформите в виде конспекта. |  |
| **112 гр.** | Спортивные игры. Волейбол | [*Основная литература:*](file:///C:\Users\user\Desktop\ДИСТАНТ\Дополнительная%20литература) *Учебник А.А. Бишаева «Физическая культура»*  [*Дополнительная литература*](file:///C:\Users\user\Desktop\ДИСТАНТ\Дополнительная%20литература)*: ЭБС «Znanium» Ю.С.Филиппова, «Физическая культура»: учебно-методическое пособие* | Изучите основные правила игры в волейбол  Работу оформите в виде конспекта. |  |