**Задание для обучающихся детского объединения ВПК «ЗаЩИТник»**

Дата: 29.04.2020 года

Время по расписанию: среда: 16.00-16.40; 16.50-17.30; 17.40-18.20

|  |  |
| --- | --- |
| **Тема занятия** | **«Основы физической подготовки»** |
| **Содержание занятия:** | **Задание:** изучить материал в группе: ссылка группы, где размещено задание <https://vk.com/zahitnik_achit?w=wall-78357393_384%2Fall>  Знать и отработать:  - что такое ОФП;  - выполнить заданные упражнения;  - обратить внимание на правильность пояснения выполнения упражнений;  - пройти опрос. |
| C:\Users\Хлам\Desktop\д.о.ВПК ЗаЩИТник (педагог Абросимова Е.В.)\Задание на 29.04.2020\ОФЗ.jpg |
| Из задания обучающие освоят основы физической подготовки, научаться правильно выполнять упражнения и освоят правильность объяснения и пояснения объяснения упражнений при выполнении разминки |
| **Инструменты для использования**:  Интернет |
| **Практическая работа:**  *(образец)* | Пройти опрос в группе  Выполнить упражненияC:\Users\Хлам\Desktop\д.о.ВПК ЗаЩИТник (педагог Абросимова Е.В.)\Задание на 29.04.2020\Комплекс упражнений.jpg |
| **Форма обратной связи** | Результаты опроса |