

## МДК Methodика обучения предмету «Физическая культура» Ф-3

Задание для написания комплексов ОРУ с предметами к 27 марта 2020г.

Задание для Ф-3.

**Разработать комплексы ОРУ с предметами (направить ответ в электронном варианте на электронную почту danilov059@mail.ru).**

1. Разработать комплекс ОРУ с предметами. (не менее 10-12 упражнений)

2. Предметы для ОРУ (скакалка, обруч)

2. Оформить в таблице по образцу.

№	упражнение	Доз-ка	ОМУ

При наличии одинаковых комплексов упражнений, студенты зачет не получают.

Преподаватель Д. И. Данилов