

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

**Задание для написания комплексов ОРУ с предметами к 03 апреля 2020г.**

**Задание для Ф-3.**

**Разработать комплексы ОРУ с предметами (направить ответ в электронном варианте на почту Danilov059@mail.ru).**

- 1.Разработать комплекс ОРУ с предметами.( не менее 10-12 упражнений)
2. Предметы для ОРУ (гимнастическая палка, набивной мяч)
- 2.Оформить в таблице по образцу.

№	упражнение	Доз-ка	ОМУ

При наличии одинаковых комплексов упражнений, студенты зачет не получают.

Преподаватель Д. И. Данилов