22.04.2020 ИС 1курс Физкультура

Задание: письменно в рабочей тетради составить конспект лекции, где ответить на следующие вопросы:

1. Использование современных методик дыхательной гимнастики.
2. Осуществление контроля и самоконтроля за состоянием здоровья.

Знание средств и методов при занятиях дыхательной гимнастикой.

1. Заполнение дневника самоконтроля
2. Составить комплекс упражнения ритмической гимнастики.

# Использовать Интернет ресурсы по разбираемой тематике.