**ФИЗКУЛЬТУРА (9 КЛАСС)**

**22.05.2020**

**Тема урока «Прыжок в длину. Развитие скоростно-силовых способностей и прыгучести»**

**Задание 1.** Сделайте дома беговые упражнения, выбрав один из вариантов

1. Вариант 1 https://youtu.be/okHrPSIbIew
2. Вариант 2 <https://youtu.be/Ke3pr9bqeY8?t=41>
3. Вариант 3 <https://youtu.be/wpoEh1HuoOc>

**Задание 2.** Напишите реферат по заданной теме. Если вашего имени в темах нет, то вы выполняете только Задание 1.

Реферат (в формате Word или фото листочка) и с соблюдением всех указанных ниже требований необходимо прислать до 25.05.2020 на почту [rita\_krilova@mail.ru](mailto:rita_krilova@mail.ru) . В письме обязательно указать свои ФИО и класс.

**Задания, присланные позже срока, считаются сданными не вовремя, что ведет к снижению оценки.**

!!! Требования к реферату

1. 2-3 страницы от руки, 2-3 – печатный текст
2. Обязательно – титульный лист (пример на стр. 2 в конце документа)
3. Обязательные части: введение (кратко характеризуется описываемый вид спорта, его роль в физической культуре, какие вопросы будут рассмотрены в реферате), основная часть, заключение

*Темы рефератов*

1. Физическое качество «гибкость» – **Ефимов**
2. Физическое качество «сила» – **Кузьмин**
3. Физическое качество «быстрота» – **Раджабов**
4. Физическое качество «выносливость» – **Худоиев**
5. Физическое качество «ловкость» – **Скорая**
6. Пьер де Кубертен – **В. Харьков**
7. Питание спортсменов – **Мельникова**
8. История ГТО в России – **Швидкин**

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Основная общеобразовательная школа № 28» г. Твери

**НАЗВАНИЕ РЕФЕРАТА**

Реферат по физкультуре

Выполнил:

ученик **НОМЕР** класса

Фамилия, имя

Учитель:

Крылова Маргарита Сергеевна

Тверь

2020