**Задание по дисциплине «Физическая культура»**

1. Написать упражнения, выполняемые в начале занятия на разминке:

А) Специальные беговые упражнения (минимум 10 упражнений)

*Пример: бег с высоким подниманием бедра*

Б) Общеразвивающие упражнения на месте (минимум 10 упражнений)

*Пример:*

*И. п. – стойка ноги врозь, руки на поясе*

*1 – 4 – вращение головы в правую сторону*

*5 – 8 – вращение головы в левую сторону*

**Задания скидывать на электронную почту**

**daa@apt29.ru**

**в срок до 24 апреля 2020 года включительно!!!!!**