**Преподаватель: Жуков В.Г**

**Группы: Ф-1а, Ф-1б**

**Задания по предмету «Физическая культура» для групп 1-ого курса**

Уважаемые студенты! Подготовьте в электронном виде домашнее задание по предмету «Физическая культура». Выполненное домашнее задание отправьте своему преподавателю на электронную почту, в котором укажите ФИО и группу.

[Mapuh@inbox.ru](mailto:Mapuh@inbox.ru)

**1**. Составить комплекс утренней гигиенической гимнастики (8-10 упражнений)

**2.** Составить комплекс ОРУ с предметом на выбор: скакалка, мяч, гимнастическая палка, обруч (8-10 упражнений)

**3.** Ответьте на вопросы в электронном виде:

1. Сколько игроков в команде по баскетболу?

2. Что такое «аут», «фол», «пробежка» в баскетболе?

3. Высота от пола до уровня кольца составляет…

4. Может ли игровая форма состоять из маек одного цвета, а шорт другого цвета?

5. Сколько периодов в матче по баскетболу?

**4.** Просмотр художественного фильма «Движение вверх».

Ответьте на вопросы в электронном виде:

1. Какие физические и морально-волевые качества развивает баскетбол?

2. Как вы считаете, является ли роль тренера важной в становлении спортсмена? Если да, то почему?

3. Является ли такое качество как дружба, связующим звеном в становлении команды?