**Тема: «Физическая подготовка»**

**5 часов занятий.**

Четвертый час занятий.

**Задание.**

1. Прочитать лекционный материал по теме:«Физическая подготовка».
2. Письменно ответить на вопрос:

Какую оценку за физическую подготовку получит Иванов, если результаты выполнения им нормативов следующие:

1) подтягивание на перекладине – 7;

2) бег 100 м. – 14,3;

3) бег на 1 км. – 3,8;

4) бег 3 км. – 17,05.

Ответы присылать 15.12.20.

на электронную почту [g.arshanova@yandex.ru](mailto:g.arshanova@yandex.ru)

Работу необходимо подписывать.

Ставить дату и писать тему.