Занятие по туризму.

Объединение «Странник», 3-й год обучения.

20.04.2020 г.

Тема занятия: Специальная физическая подготовка. Координация.

Форма проведения занятия: дистанционная.

Цели и задачи: Развитие координации движения.

 Выработать физические навыки в координации и равновесия.

Ход занятия:

Подведение итогов по предыдущей теме - История развития спортивного туризма .

Новый материал: Проведение тестов на координацию

 Выполнение упражнений на координацию и равновесие согласно ссылки :

<https://yandex.ru/video/preview?filmId=9791420622557261071&parent-reqid=1587036434377038-1639169697653660422800332-production-app-host-sas-web-yp-24&path=wizard&text=%D1%83%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F%2B%D0%BD%D0%B0%2B%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%B2%D0%B8%D1%82%D0%B8%D0%B5%2B%D0%BA%D0%BE%D0%BE%D1%80%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%B8%2B%D0%B4%D0%B2%D0%B8%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B9>

.