

10.12.

гр. ФОТ-19/1 и ФОТ-19/2

Дисциплина: Теория и методика физической культуры.

Лекция.

Тема: Гибкость и основы методики ее воспитания: характеристика понятия гибкость, виды гибкости и возрастные периоды воспитания гибкости, характеристика факторов, определяющих развитие гибкости.

Задание: Составить краткий конспект лекции.

Источники: 1. Учебник – Теория и методика физического воспитания и спорта / авторы Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – **глава 7. (стр. 121 - 130).**

Ссылка: https://dussh-aksarka.yam.sportsng.ru/media/2019/01/31/1274660944/Teoriya_i_metodika_fizicheskogo_vospitaniya_i_sporta1.pdf

С уважением, декан ФФКиС ЗабГУ, к.пед.н., доцент, Геберт Виталий Климентьевич
gebervk@mail.ru

тел. раб. 8 (302-2) 32-30-97;

тел. сот. 8-924-378-94-91