**Курс:\_\_\_\_\_\_**3**\_\_\_\_\_, группа(ы)\_\_\_ПКС** 179**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Дисциплина (МДК) \_\_\_\_**Физическая культура**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**ФИО преподавателя\_\_\_\_**Давлетшина В.Р.**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Тема № 4.1 Прикладное и гигиеническое значение плавания.**

Содержание учебного материала.

1. История плавания.

2. Оздоровительное и прикладное значение плавания.

3. Лечебное и гигиеническое значения плавания.

*Список литературы*

1. Стрельченко В.Ф., Крахмалев Д.П., Ярошенко Е.В.

Плавание. Учебно-методическое пособие по дисциплине «Физическая

культура (элективный курс)» для студентов очной и заочной форм обучения

всех направлений подготовки бакалавров. / В.Ф. Стрельченко, Д.П. Крахмалев

Е.В. Ярошенко. – Пятигорск: СКФУ, 2015 – 140 с.

1. Максименко Т.В. «Прикладное плавание» МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ
2. <https://revolution.allbest.ru/sport/00318449_0.html>
3. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2017/11/19/lechebnoe-i-gigienicheskoe-znacheniya-plavaniya>

*Задание 1.*

*Освоить материал:*

*.* <https://helpiks.org/8-36683.html>

*Задание 2.*

*Пройти тест.:*

[*https://forms.gle/E8DMYaT8XNH1mXWSA*](https://forms.gle/E8DMYaT8XNH1mXWSA)

***Примечание****:*

*Завершить тест до \_9.04.20 18.00 На почту присылать не надо.*