

## **Лыжный спорт ф2 27,28,30.10.20**

1. Изучить и кратко законспектировать историю развития лыжного спорта в России и мире.
2. Изучить и составить классификацию способов передвижения на лыжах по следующим пунктам:
  - a) лыжные ходы;
  - b) переходы;
  - c) спуски;
  - d) подъемы;
  - e) торможение;
  - f) повороты.
3. Изучить и кратко законспектировать основы техники передвижения на лыжах (отталкивание ногами, отталкивание руками, скольжение)

Можно использовать интернет-ресурсы

**Выполнить ДО 2 ноября.**

**Выслать на электронную почту [eduard.norkin.67@mail.ru](mailto:eduard.norkin.67@mail.ru)**