

## Уроки физической культуры на катке

В АФ ОГБПОУ «ТПТ» прошли необычные уроки физической культуры. Обучающиеся встали на коньки и провели всё занятие на свежем воздухе на катке стадиона «Геолог».

Занятие было специально разработано для учащихся АФ ОГБПОУ «ТПТ» учителем физической культуры Серебренниковым А.А. За основу были взяты упражнения фигурного катания в сочетании с упражнениями из хоккея и скоростного бега. Такие занятия благотворно влияют на организм, укрепляют нервную систему, создают бодрое, жизнерадостное настроение, являются сильным закаливающим средством.

