Практическое задание: **Трекер физической активности**  
  
Цель: Создать простое консольное приложение на C#, которое поможет пользователю отслеживать ежедневную физическую активность.  
  
Задачи:  
  
1. Структура данных:  
    - Создайте класс **Activity**, который будет содержать информацию о дате, типе активности (например, ходьба, бег, велосипед) и продолжительности в минутах.  
  
2. Добавление активности:  
    - Пользователь должен иметь возможность добавить новую активность, указав её тип и продолжительность.  
  
3. Просмотр истории:  
    - Приложение должно выводить список всех сохраненных активностей, отсортированных по дате.  
  
4. Статистика:  
    - Реализуйте функцию, которая покажет пользователю общую продолжительность каждого типа активности за выбранный период (например, за последнюю неделю).  
  
5. Цели:  
    - Пользователь может установить ежедневные цели по продолжительности определенной активности (например, 30 минут ходьбы). Приложение должно проверять, достигнута ли цель, и информировать пользователя.  
  
6. Интерактивное меню:  
    - Создайте простое текстовое меню, где пользователь может выбирать действия: добавление активности, просмотр истории, установка целей и просмотр статистики.  
  
Дополнительные задачи для расширения функционала:  
  
1. Сохранение данных: Реализуйте возможность сохранять историю активности в файл и загружать её при следующем запуске приложения.  
  
2. Бонусы и достижения: Внедрите систему достижений, которую пользователь может разблокировать, регулярно выполняя свои физические упражнения (например, "Пройдено 100 км пешком").  
  
3. Рекомендации: На основе введенных данных предлагайте пользователю рекомендации по увеличению или изменению активности.  
  
Это задание поможет начинающим программистам разобраться с основами объектно-ориентированного программирования, работой со списками и датами, а также практиковаться в взаимодействии с пользователем через консоль.