**Задания по дистанционной форме обучения для 1 курса** физическая **КУЛЬТУРА (гр.17 на 14.01.2021г)**

**17 группа ОПОП «Сварщик» (ручной и частично механизированной сварки и наплавки)» (2 час)**

**Содержание учебного материала:**

1.Составляем комплекс гимнастических упражнений утренней зарядки.

10 упражнений (снимаем ролик на телефон и отправляем учителю.) время ролика не более 2 минут.

**Вы должны сдать все работы до 16.01.2020. Не копите задолженности. Высылаем на электронную почту:** **rukhmalev60@mail.ru** **или в Ват сап , ВК.**

Все вопросы по тел. 8 902- 586 -20 -42 или 2-31-27

Руководитель физического воспитания – Рухмалев А.М.