**Задания по дистанционной форме обучения для 1 курса физическая КУЛЬТУРА (гр.12 на 25.11. 2021г)**

12 группа ОПОП «Мастер сельскохозяйственного производства»

**2. Придумать 10 гимнастических упражнений сидя на стуле, снять на видео или телефон и выслать. (упражнения комментировать, что Вы делаете. Работу сдать до 16.00. часов. . 25.11.2021**

Высылаем на электронную почту: [rukhmalev60@mail.ru](mailto:rukhmalev60@mail.ru) или Ватсап, ВК.

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

Руководитель физического воспитания – Рухмалев А.М.