**Задания по дистанционной форме обучения для 1 курса** физическая **КУЛЬТУРА (гр.14 на 23.11.2021г)**

**14 группа ОПОП «Повар, кондитер.» (2часа)**

**Содержание** **учебного материала:**

**1.Придумать 10 гимнастических упражнений у стены, снять на видео или телефон и выслать. (упражнения комментировать, что Вы делаете.)**

. Работы сдаем до 16-00 часов. 23.11.2021г.

Высылаем на электронную почту: rukhmalev60@mail.ru ВК

Все вопросы по тел. 8 902- 586 -20 -42

Руководитель физического воспитания – Рухмалев А.М.