**Задания по дистанционной форме обучения для 3 курса** физическая **КУЛЬТУРА (гр.31 на 10.11.2021г)**

**31 группа ОПОП «Автомеханик.» (6часов)**

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

1. **Мы, за «ЗОЖ» (Выполняем презентацию в виде буклета)**
2. **Придумать 10 упражнений разминки, на мышцы ног снять на видео. (Разминка не более 2 мин., музыкальное сопровождение приветствуется.)**

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

**Уважаемые студенты! Всем, кто не выполнил презентацию сдают презентацию и буклет. Оценки выставляются в журнал. Вы должны сдать все работы 10.11.2021 до 16-00ч.**

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

Руководитель физического воспитания – Рухмалев А.М.