**Задания по дистанционной форме обучения для 3 курса** физическая **КУЛЬТУРА (гр.38 на 08.11.2021г)**

**38 группа ОПОП «Повар, кондитер.» (6часов)**

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

1.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! Вы должны сдать все работы 08.11.2021 до 16-00ч.**

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

Руководитель физического воспитания – Рухмалев А.М.