Задание по физической культуре на дистанционном обучении:

1. Ежедневное выполнение видеокомплексов, которые размещены на сайте колледжа, в папке самостоятельная работа по физической культуре.
2. 28.01.2021 – Тема. «Гимнастика».

Подготовить комплекс упражнений на **укрепление мышц спины**  (комплекс прислать на электронную почту lomaev4@yandex.ru).

При очном обучении, предоставить в письменном виде, уметь рассказать упражнения.