**сциплина:** Физическая культура

**Преподаватель: Дмитриев Г.П.**.

**Группа:** 726

Выполнить до 24.01.23

Выполненное задание присылать на почту: greesha6060@mail.ru

 1. Приседание за 30 сек.(записать видео. /скрин и указать результат выполнение упражнений.

 2. Сфотографировать как вы выполняете планку (записать результат по времени)

3. **Подготовить сообщение на тему**:

- «Общая физическая подготовка, как фактор укрепления здоровья»

(Текстовом формате)

Выполненное задание присылать на почту: greesha6060@mail.ru