**Дисциплина:** Физическая культура

**Преподаватель: Дмитриев Г.П.**.

**Физическая культура**

**Группа: 718гр .Маляр 0.02.**

Выполнить до 31.01.22.

Выполненное задание присылать на почту: greesha6060@mail.ru

1.Сфотографировать как вы выполняете сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (записать результат)

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

 3.  **Подготовить сообщение на тему**:

- «Общая физическая подготовка, как фактор укрепления здоровья»

(Текстовом формате)

.

Выполненное задание присылать на почту: greesha6060@mail.ru