***Физкульт-привет!***

Вам представлены документы с ссылками на видеозанятия.

**1.** Выполнять комплексы упражнений, представленные в видеоматериале ежедневно.

**2.** Составить и выполнить свой комплекс упражнений на основе изученного видеоматериала. (Комплекс 2-3 минуты. Срок выполнения – до 30 апреля)

**\*3.** (По желанию) Записать видео выполнения своего комплекса и отправить на WhatsApp +79133783177 (Трай Юрий Юрьевич, учитель физической культуры)

"Ребята! Надо, как никогда задуматься о своём здоровье! Следить за личной гигиеной, составить распорядок дня! Постарайтесь ограничить время нахождения за компьютером. ***Здоровья***!"

<https://www.youtube.com/watch?v=Z4ziWoCuf5g>

<https://www.youtube.com/watch?v=Agcc8O4vfPE>

<https://www.youtube.com/watch?v=0eZyMmBicPI>

<https://www.youtube.com/watch?v=d5bznQLUUuc>

<https://www.youtube.com/watch?v=8XS6M_UCFqM>

<https://www.youtube.com/watch?v=dOGPt8A_md8>

<https://www.youtube.com/watch?v=Pps_YVlxMiE>

<https://www.youtube.com/watch?v=6b82IQN4ykY>