***Физкульт-привет!***

Вам представлены документы с ссылками на видео-занятия.

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

**2.** Составить и выполнить, свой комплекс упражнений на основе всего просмотренного видеоматериала. (Комплекс 2-3 минуты. Срок выполнения 30 апреля)

**\*3**. (По желанию) Записать видео выполнения своего комплекса и отправить. 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=Agcc8O4vfPE>

<https://www.youtube.com/watch?v=Y-h7WvX65bE>

<https://www.youtube.com/watch?v=QuqQcy6DsGE>

<https://www.youtube.com/watch?v=C84BaGhn3Q4>