**Домашнее задание по физической культуре 5 класс**

**с 6.04. – 11.04.2020г.**

1. Ежедневно выполнять комплекс общеразвивающих упражнений для развития мышц рук, плечевого пояса, для мышц ног и мышц спины, брюшного пресса и боковых мышц туловища, выполняемых из различных исходных положений.
2. Ежедневно выполнять специальные упражнения для глаз (зрительная гимнастика).
3. Ежедневно выполнять комплексы дыхательной гимнастики (упражнения на дыхание).

.

**Домашнее задание №1.**

Завести тетрадь по физической культуре. Измерить свой рост, вес, окружность грудной клетки и записать в тетрадь по физической культуре.

**Домашнее задание №2.**

Напишите в тетради по физической культуре о значении правильной осанки для здоровья человека.

**Домашнее задание №3.**

Записать в тетрадь по физической культуре 5 правил поведения на уроке физической культуры, которые ты знаешь.

Выполненные задания можно отправлять на адрес электронной почты

[NEVVYB@yandex.ru](mailto:NEVVYB@yandex.ru) или в Viber 89089273557 указав фамилию и класс