**Домашнее задание по физической культуре 4 классу на три урока**

**(среда, четверг, суббота)**

**с 13.04. – 18.04.2020г.**

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).

\

**Среда. Домашнее задание №1.**

Что такое личная гигиена? Почему так важно соблюдать правила личной гигиены? Записать в тетрадь.

**Четверг. Домашнее задание №2.**

Записать в тетрадь по физической культуре физические качества человека. Дать характеристику одному из физических качеств.

**Суббота.**  **Домашнее задание №3.**

 Записать в тетрадь по физической культуре 5 правил подвижной игры «Вышибалы».

Выполненные задания можно отправлять на адрес электронной почты

NEVVYB@yandex.ru или в Viber 89089273557 указав фамилию и класс