**Домашнее задание по физической культуре 1 класс**

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 для первого класса носит рекомендательный характер.

Всем здоровья и хорошего настроения!