**ВНЕУРОЧНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ. СЮН, 4б класс, 09.04.2020г**

**ТЕМА:** НЕВЬЯНСКАЯ БАШНЯ /экскурсия/.

РЕБЯТА, мы с вами побывали внутри Невьянской башни. Надеюсь, интересно сейчас вспомнить знакомые места на башне.

Методисты СЮН предлагают вам экскурсию по нашей башне.

Попросите взрослых набрать экскурсию по этой ссылке /лучше смотреть, конечно, на компьютере/ и вновь побывайте внутри нашей знаменитой башни. **ИНТЕРЕСНОГО ПРОСМОТРА!**

[https://невьянскиймузей.рф/2020/04/01/виртуальные-туры-и-выставки-youtube-канал-и/](https://xn--b1afbhegcduec2c4a3jxb.xn--p1ai/2020/04/01/%D0%B2%D0%B8%D1%80%D1%82%D1%83%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B5-%D1%82%D1%83%D1%80%D1%8B-%D0%B8-%D0%B2%D1%8B%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%B2%D0%BA%D0%B8-youtube-%D0%BA%D0%B0%D0%BD%D0%B0%D0%BB-%D0%B8/)

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, 4 б класс, 09.04.2020 г**

**ТЕМА: Гимнастика.**

1. Проведи комплекс утренней разминки /рывки руками; наклоны к правой и левой ноге; два прыжка на правой, два на левой, четыре на двух ногах/.
2. Гимнастические упражнения.

-Сидя на полу выполняешь наклоны к ногам.

-Сидя на полу руки за спиной на пояснице, прогнуться назад.

-Лёжа на животе, захватить руками стопы ног и подтягивать их к голове – «качалка».

3. Пойдёшь гулять, не забывай пробежать несколько кругов.