**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, 4 б класс, 14.05.2020 г**

**ТЕМА: Гимнастика.**

1. Проведи комплекс утренней разминки /рывки руками; вращение головой; присесть 15 раз/.
2. Гимнастические упражнения.

 - Стойка на лопатках, ноги прямо.

 - «Мостик».

 - Стоя взмах правой ногой к левой руке и наоборот.

3. Во время прогулки отрабатывай бег на время.