1. Дисциплина: Физическая культура – 4ч.

2. Преподаватель: Тимофеев Ю.А.

3. Название темы: Комплекс ОРУ.

Написать комплекс утренней гимнастики, который вы выполняете самостоятельно.

Комплекс из 8-10 упражнений на все группы мышц

Если в ваш режим не входит утренняя гимнастика, напишите 5- упражнений для глаз и 5- упражнений на осанку.

**4. Итоговую работу сдать до 29.05.2020**