**Завдання з фізкультури для учнів 5 – 11 класів. Учитель Черниш С.М.**

Цього тижня я пропоную і **для дівчат, і для хлопців зарядку для лінивих** <https://www.youtube.com/watch?v=YReqXCgoevA>

Спробуйте , і ви зрозумієте, що це весело і приємно. Тепер ваше завдання — не кинути.

Зараз я не зможу перевірити, чи ви виконуєте ці вправи, але дуже сподіваюся, що ви подбаєте про те, щоб того дня, коли карантин закінчиться, ви змогли похвалитися гарним гнучким тілом, яке не стомлюється після незначних навантажень.