

**4 класс**  
**Вторник 19 мая**

Тема урока: Развитие выносливости.

Ваши действия:

1. Открыть ссылку <https://youtu.be/jwgvOV2hGOU>
2. Посмотреть видео и выполнить упражнения.

Д/з: Снять видеоролик, три упражнения из видео (Складка (на правую и левую ногу) – 8 раз, складка (из и.п. лежа на спине) – 10 раз, ножницы 14 раз), *перед выполнением упражнений нужно выполнить разминку.*

Освобожденные ученики выполняют рисунок по теме «Летние виды спорта».

Видео отправить на электронный адрес [elenazaelena@yandex.ru](mailto:elenazaelena@yandex.ru)