

**1 класс**  
**Вторник 28 апреля**

Тема урока: Подготовка к сдаче норм ГТО (сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу).

Ваши действия:

1. Открыть ссылку <https://youtu.be/01VVPTzSMM4>
2. Посмотреть видео и выполнить упражнение (упражнение выполняем по своим возможностям).