

Утренняя зарядка для всей семьи

<https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=11547007586848618936&text=%D0%B7%D0%B0%D1%80%D1%8F%D0%B4%D0%BA%D0%B0%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%B4%D0%BE%D1%88%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%BE%D0%B2&path=wizard&parent-reqid=1586183230740151-773936377188177257300324-production-app-host-sas-web-yp-119&redircnt=1586183235.1>

Зарядка к выполнению не менее 4 дней, для запоминания комплекса.

Родитель показывает, ребёнок повторяет.

Обязательно следить за правильностью выполнения упражнений.

Каждый комплекс упражнений выполняется не менее 3-4 раз.

С уважением Смылова Л.В.