

# План работы

с обучающимися объединения «Оздоровительная гимнастика»

МБУДО «Дом детства и юношества»

Дата занятия	Тема занятия	Ссылка на интернет источник	Задание
23.10.2020	Дыхательная гимнастика	<a href="https://youtu.be/9ZRKqzL2N3Q">https://youtu.be/9ZRKqzL2N3Q</a>	Выполнять 6-8 упражнения каждый день
30.10.2020	Гимнастика для глаз	<a href="https://youtu.be/NRGQsVUQfzg">https://youtu.be/NRGQsVUQfzg</a>	Запомнить 7 упражнений и выполнять их каждый день