**Как провести день на карантине весело и с пользой.**

Чтобы провести день весело и с пользой надо:

1. Когда проснулся утром сделай зарядку*.* Чтобы было веселее включи динамичную музыку.



1. После уроков сделай разминку.
2. Помоги маме: вымойте посуду, приберитесь дома.
3. Поговори по телефону с подругой.



1. Почитай интересную книгу.
2. Улыбнись и всё будет хорошо.

