Решите систему неравенств $\begin{cases} x^2 \geqslant 2,25, \\ (x+2)^2 \leqslant 1. \end{cases}$

1) $(-3; -1]$ 2) $[-3; -1,5)$ 3) $[-1; 1,5]$ 4) $(-3; 1,5)$ 5) $[-3; -1,5]$