



Урок 11-12. (21.11 - 02.12)

Тема: Загальнорозвиваючі і корекційні вправи на укріплення м'язів усього тіла. Вправи на формування постави та на координацію рухів.

1. Виконай веселу розминку-танок за посиланням:

https://youtu.be/XF_YUcvk2Nc?list=PLXmVSvSv7w1c1OFrgTrp6Wynvxs_b2sYW5

2. Виконай танцювальні вправи на розвиток м'язів усього тіла за посиланням:

<https://youtu.be/m9C5fu493Ok>

3. Виконай вправи на координацію рухів за посиланням:

<https://youtu.be/qCMhSWgxoeq>



Урок створено вчителем початкових класів СЗОШ №2 м. Чернігова
Стьопіною Л. Г.

Використані джерела:

1. Інтернет-ресурси (зображення Google)
2. <https://youtu.be/qCMhSWgxoeq>
3. https://youtu.be/XF_YUcvk2Nc?list=PLXmVSvSv7w1c1OFrgTrp6Wynvxs_b2sYW5
4. <https://youtu.be/m9C5fu493Ok>

