

Урок № 9. Тема. ЗРВ з м'ячем. Вправи на положення тіла в просторі.

Вітаю, друже!) Приготуй м'яч, каримат та гарний настрій.

1. Дивись [відео](#) та виконуй ЗРВ з м'ячем.
2. Подивись [відео](#) та виконай вправи на положення тіла в просторі.
3. Час пограти. Рухлива [гра "Будь уважним"](#).

ДО ЗУСТРІЧІ!))

