

7 клас

Урок 17

Тема. Волейбол. Вправи для розвитку гнучкості верхнього плечового поясу

1. Виконати руханку:

<https://www.youtube.com/watch?v=DyTwKDLqhvk>

2. Переглянути відео:

<https://www.youtube.com/watch?v=1x91g4RiKMY>