

12 тиждень

7 клас

Урок № 36

Тема: «Гімнастика»

1. Загальнорозвиваючі вправи :
https://www.youtube.com/watch?v=6nyLrCVULxk&ab_channel=%D0%84%D0%B2%D0%B3%D0%B5%D0%BD%D0%92%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D0%BC%D0%B8%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%87
2. Віджимання від підлоги - навчальний норматив (для перегляду, якщо є бажання та умови, можна виконувати): <https://www.youtube.com/watch?v=7VDBGQSpGcl&t=10s>
3. ДЗ: стрибки з скакалкою

Е-mail Ткаченко В.М.: vadimtkachenko62@gmail.com
Слава Україні