

21 тиждень

9 клас

Урок № 61

Тема: «Гімнастика»

1. Загальнорозвиваючі вправи :
https://www.youtube.com/watch?v=Mnd-z00IoZI&ab_channel=MONUKRAINE
2. Акробатика. Комбінація для дівчат (для перегляду, якщо є бажання та умови, можна виконувати) : <https://www.youtube.com/shorts/GMWFOlvTPQg>
3. Акробатика. Комбінація для хлопців (для перегляду, якщо є бажання та умови, можна виконувати) : https://www.youtube.com/watch?v=T6_ox2Kg_zM