

20 тиждень

7 класс

Урок № 60

Тема: «Гімнастика»

1. Комплекс загально-розвиваючих вправ :
https://www.youtube.com/watch?v=AQhsgngY2Xk&ab_channel=%D0%92%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D0%9F%D0%B0%D1%81%D1%82%D1%83%D1%88%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE
2. Техніка стрибків зі скакалкою (для перегляду, якщо є бажання та умови, можна виконувати) :
https://www.youtube.com/watch?v=c0JFbpQoqMs&t=155s&ab_channel=VseNaSweety

Е-mail : alyonaoveshko@gmail.com та vadimtkachenko62@gmail.com
Слава Україні