

7 клас

Урок 6

Тема. Гімнастика. Вправи для розвитку гнучкості

1. Виконати руханку:

https://www.youtube.com/watch?v=M_RXIE2mzJg

2. Переглянути відео:

<https://www.youtube.com/watch?v=Jec6RQWk3LM>