17.11.2021р.

<https://meet.google.com/atg-vtqx-jtu>

Вихід в 14.00

Тема: Гімнастика.

1.Комплекс ЗРВ у русі з гімнастичними палицями.

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

2.Акробатичні вправи.\виконувати частково

<https://www.youtube.com/watch?v=1posgohd54E&t=34s>

3. Згинання та розгинання рук в упорі лежачи.

4.Стрибок через гімнастичного козла способом «зігнувши ноги»\тільки дивимось

<https://www.youtube.com/watch?v=213KZ9FC2u0>