Гимнастика 4 класс

Дата: 30ноября-7декабря. Работы присылать на эл.почту zaevskaya.marya@mail.com
Тема: Упражнения для развития подвижности локтевого сустава и эластичности мышц плеча и предплечья.

Круговые движения плечами вперед и назад. Упражнение «мельница».

Ссылка https://www.youtube.com/watch?v=9zPOQ6yp5nY&ab\_channel=MaryDance