**18.02 Фізична культура**

**Тема. Вправи для розвитку витривалості**

Переглянь відео інструкцію виконання вправ для формування правильної постави. Виконуй вправи згідно продемонстрованого зразку.

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