**24.01 Фізична культура**

**Тема. Вправи для розвитку гнучкості**

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

<https://www.youtube.com/watch?v=ceq1t2P6Vk0>