

Реден број:	Наслов на видео лекција/Наставна единица:	Линк до видеото:	Времетраење:
Прва наставна недела			
1	Комплекс на вежби за обликување на телото и движењата	https://youtu.be/GUd7-dh7WPc	08:13
2	Вежби за труп, стомачна и грбна мускулатура и вежби за нозе	https://youtu.be/NAmaV0KAggg	09:30
3	Вежби за истегнување и лабавење на мускулите	https://youtu.be/bZ3P_2biDCc	08:44
Втора наставна недела			
1	Увежбување на техника на низок старт	https://youtu.be/fAmWrPBI6JY	07:39
2	Усовршување на техника на низок и висок старт	https://youtu.be/i2hxHI-LjFc	07:42
Трета наставна недела			
1	Комплекс вежби на партер	https://youtu.be/ANoiLoPw8pc	02:29
2	Скок во далечина од место, скок во височина	https://youtu.be/5v_dsNV_aKA	03:35
Четврта наставна недела			
1	Динамички вежби	https://youtu.be/7zKyS3S0fFw	14:46
2	Вежби во седечка и стоечка положба	https://youtu.be/e2H0A2r6zpg	09:21
Осма наставна недела			
1	Елементарни игри	https://youtu.be/Swv_6P24XOw	07:50



2	Штафетни игри	https://youtu.be/ubVTenSJ9mE	11:42
3	Комплекс вежби од корективна гимнастика за ученици со деформитети	https://youtu.be/IGZFIRqSZaU	10:57
Вашите наставници секојдневно работат и посветуваат многу труд да снимаат нови видео лекции, што ќе бидат ажурирани на неделна основа!			