



Инструктор ЛФК  
Мотяшова Надежда Александровна

Тема: Правильная осанка.

Цель: укрепление мышц спины и брюшного пресса. Улучшение двигательной активности, координации движения.

Форма: дистанционная индивидуальная работа

Методы: видеосвязь, ссылки на видеоресурс с демонстрацией упражнений.

