

Предмет: Фізична культура 2 години

Тема: Розвиток силових здібностей та витривалості засобами фізичних вправ

Завдання: виконати комплекс вправ.

Опрацювати матеріал за посиланням:

<https://youtu.be/nAUQ6qr6kFA>