**Захист Вітчизни 10 клас 27.03**

**Тема: Основи самозахисту**

<https://sites.google.com/site/zahist56/rukopasnij-bij>

Завдання: 1. опрацювати матеріал за посиланням;

2. виконувати вправи на швидкість та силу.