**Захист Вітчизни 10 клас 01.04**

**Тема: Національні бойові мистецтва (бойовий гопак, хортинг, спас тощо)**

<https://history.vn.ua/pidruchniki/garasimiv-national-defense-bases-medical-knowledge-boys-10-class-2018/38.php>

<https://www.youtube.com/watch?v=JN97_be9DQM>

<https://www.youtube.com/watch?v=BRChnHmK3hc>

Завдання: 1. Ознайомитися з матеріалами за посиланнями.

2. виконувати фізичні вправи на спритність, швидкість, силу.