**ЗАДАНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ УЧАЩИХСЯ НА ПЕРИОД С 21.04.20г. по 24.04.20г.**

**Для девочек 9х. классов** выполнять комплекс упражнений с упором на мышцы ног, ягодиц и пресса: <https://youtu.be/outDYJL_-7I>

**Для мальчиков 9х. классов** выполнять комплексную функциональную тренировку на все группы мышц: <https://youtu.be/up9nUWGWQkE>