**ЗАДАНИЕ на 03.11. (лекционный материал выполнить в тетради, принести**

**08.11.-09.11.**

Задание 1: Составить комплекс упражнений утренней гимнастики.  
Задание 2: Составить комплекс упражнений для развития силы мышц брюшного пресса, мышц ног, рук или спины (на выбор!).