

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение среднего общего образования Самарской области
средняя общеобразовательная школа «Образовательный центр» с. Съезжее
муниципального района Богатовский Самарской области

КОПИЯ ВЕРНА



Утверждено:
Приказ № 75/3 от 27.08.2020г.

Рабочая программа

Физическая культура

(полное наименование)

1-4 класс

(классы)

начальное общее образование

4 года

(срок реализации)

составитель:

Должность: учитель физической культуры и
Ф.И.О. Музурова Татьяна Александровна

«Проверено»«Согласовано на заседании ШМО»

Заместитель директора поУВР:

Глухова А.М.

Дата: 27 08 2020 г.

Рекомендуется к утверждению

Протокол № 1 от 27.08.2020г.

Председатель ШМО:

Шаляхина О.В.

Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета

В результате обучения обучающиеся на уровне начального общего образования начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития, физической подготовленности и трудовой деятельности.

Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметные результаты:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организация самостоятельной деятельности с учётом требования её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;
- управление эмоциями при общении со сверстниками, взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильное выполнение двигательной деятельности из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

- планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения;
- организация и проведение со сверстниками подвижных и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;
- бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности;

- организация и проведение занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбор для них физических упражнений и выполнение их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеристика физической нагрузки по показателю час - игры пульса, регулирование её напряжённости во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их;
- подача строевых команд, подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;
- выполнение акробатических и гимнастических комбинаций на высоком техничном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях.

Образовательная программа по учебному предмету «Физическая культура» ориентирована на реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся. Принципиальное значение придается обучению младших школьников навыкам и умениям организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями. В процессе использования учащимися приобретенных знаний, двигательных умений и навыков усиливается оздоровительный эффект физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня.

Принципы, лежащие в основе построения программы:

- 1) личностно-ориентированные: двигательного развития, творчества, психологической комфортности;
- 2) культурно-ориентированные: целостного представления о физической культуре, систематичности, непрерывности, «овладения основами физической культуры»;
- 3) деятельностно-ориентированные: двигательной деятельности, перехода от совместной учебно-познавательной деятельности к самостоятельной физкультурной деятельности младшего школьника.

Знания о физической культуре

Выпускник научится:

ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;

раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;

ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;

характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

Выпускник получит возможность научиться:

выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью; характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учетом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Способы физкультурной деятельности**Выпускник научится:**

отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами; организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками; измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей.

Выпускник получит возможность научиться:

вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности; целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств; выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Физическое совершенствование**Выпускник научится:**

выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия); оценивать величину нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы); выполнять организующие строевые команды и приемы; выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты); выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастическое бревно); выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объема); выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Выпускник получит возможность научиться:

сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации; играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощенным правилам; выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.

Содержание учебного предмета

В ходе реализации программы проводятся контрольные срезы уровня развития основных физических качеств с целью проследить динамику и при необходимости провести коррекцию их развития.

Формы организации учебного процесса

К формам организации занятий по физической культуре в начальной школе относятся разнообразные уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня и самостоятельные занятия физическими упражнениями.

Для более качественного освоения предметного содержания уроки физической культуры подразделять на три типа:

- с образовательно- познавательной
- образовательно-предметной
- образовательно-тренировочной направленностью.

На уроках с образовательно-познавательной направленностью учащихся знакомят со способами и правилами организации самостоятельных занятий, обучают навыкам и умениям по организации и проведению самостоятельных занятий с использованием ранее изученного материала. При освоении знаний и способов деятельности целесообразно использовать учебники по физической культуре, особенно те их разделы, которые касаются особенностей выполнения самостоятельных заданий или самостоятельного закрепления разучиваемых физических упражнений.

Уроки с образовательно-предметной направленностью используются в основном для обучения практическому материалу разделов гимнастики, легкой атлетики, подвижных игр, лыжных гонок и плавания. На этих уроках учащиеся также осваивают новые знания, но только те, которые касаются предмета обучения (например, название упражнений или описание техники их выполнения и т. п.).

Уроки с образовательно-тренировочной направленностью преимущественно используются для развития физических качеств и решения соответствующих задач в рамках относительно жесткой регламентации динамики физической нагрузки от начала урока до окончания его основной части. Помимо целенаправленного развития физических качеств, на уроках с образовательно-тренировочной направленностью необходимо формировать у школьников представления о физической подготовке и физических качествах, физической нагрузке и ее влиянии на развитие систем организма. Также на этих уроках обучают способам регулирования физической нагрузки и способам контроля над ее величиной (в начальной школе по показателям частоты сердечных сокращений).

В целом каждый из этих типов уроков физической культуры носит образовательную направленность и по возможности включает школьников в выполнение самостоятельных заданий. Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке и гигиенической гимнастике до уроков, физкультминутках и подвижных играх на переменах и во время прогулок, дополнительных занятиях. При этом, развивая самостоятельность, необходимо ориентировать учащихся на использование учебного материала, не только освоенного ими на уроках физической культуры или на уроках по другим учебным предметам, но и изложенного в учебниках по физической культуре. Путем повышения самостоятельности и познавательной активности учащихся достигается усиление направленности педагогического процесса на формирование интереса к регулярным занятиям физическими упражнениями, приучение к систематической заботе о своем теле и здоровье.

Развитию самостоятельности в младшем школьном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные школьниками на уроках физической культуры.

Основные виды учебной деятельности: слушание учителя; демонстрации; разучивание упражнений; совершенствование двигательных действий и воспитание физических качеств; игровая и соревновательная.

Формы контроля

В ходе реализации программы проводятся контрольные срезы уровня развития основных физических качеств с целью проследить динамику и при необходимости провести коррекцию их развития. Примерной рабочей программой предусмотрены следующие виды работы:

- выполнение физических упражнений;
- сдача нормативов.

Содержание программы по предмету физическая культура в 1 классе

№ п/п	Название раздела, темы урока	Содержание учебного раздела
1.	Лёгкая атлетика	1. Освоение навыков ходьбы и развитие координационных способностей. 2. Освоение навыков бега развитие скоростных и координационных возможностей. 3. Совершенствование навыков бега, развитие выносливости. 4. Совершенствование бега, развитие координационных и скоростных способностей. 5. Освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых и координационных способностей. 6. Закрепление навыков прыжков, развитие скоростно- силовых и координационных способностей. 7. Овладение навыками метания, развитие скоростно- силовых и координационных способностей.

2.	Подвижные игры (двигательные игры с предметами).	<ol style="list-style-type: none"> 1. Умение развивать двигательную активность с помощью приёмов и методов. 2. Формировать интерес к собственной двигательной активности, культуры понимания собственного тела. 3. Развитие наблюдательности, внимания, памяти. 4. Умение слушать и слышать, смотреть и видеть, понимать себя и других людей.
3.	Гимнастика с элементами акробатики	<ol style="list-style-type: none"> 1. Освоение акробатических упражнений и развитие координационных способностей. 2. Освоение висов и упоров, развитие силовых и координационных способностей. 3. Освоение навыков лазанья и перелезания, развитие координационных и силовых способностей, правильной осанки. 4. Освоение навыков в опорных прыжках, развитие координационных, скоростно-силовых способностей. 5. Освоение навыков равновесия. 6. Освоение танцевальных упражнений и развитие координационных способностей. 7. Освоение строевых упражнений. 8. Знать и выполнять правила по технике безопасности на уроках гимнастики.
4.	Лыжная подготовка.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Освоение техники лыжных ходов. 2. Спуски в высокой и низких стойках. 3. Ступающий и скользящий шаг с палками и без палок. 4. Попеременный двухшажный ход без палок и с палками. 5. Торможение «плугом» и «упором». 6. Повороты переступанием.

5.	Подвижные игры	1. Развитие скоростно-силовых способностей. 2. Закрепление и совершенствование держания, ловли, передаче, броска и ведения мяча с места и в движении. 3. Развитие координационных способностей. 4. Развитие реакции, ориентированию в пространстве.
6.	Легкая атлетика	1. Освоение навыков ходьбы и развитие координационных способностей. 2. Совершенствование навыков бега и развитие выносливости. 3. Освоение навыков прыжков, развитие скоростно- силовых способностей. 4. Овладение навыками метания. 5. Развитие выносливости.

Содержание программы по предмету физическая культура во 2 классе

№ п/п	Название раздела, темы урока	Содержание учебного раздела
1.	Лёгкая атлетика	1. Освоение навыков ходьбы и развитие координационных способностей. 2. Освоение навыков бега развитие скоростных и координационных возможностей. 3. Совершенствование навыков бега, развитие выносливости. 4. Совершенствование бега, развитие координационных и скоростных способностей. 5. Освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых и координационных способностей.

		<p>6. Закрепление навыков прыжков, развитие скоростно- силовых и координационных способностей.</p> <p>7. Овладение навыками метания, развитие скоростно- силовых и координационных способностей.</p>
2.	Подвижные игры с элементами баскетбола	<p>1.Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.</p> <p>2. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.</p> <p>3. Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно- силовых способностей, ориентирование в пространстве.</p> <p>4. Закрепление и совершенствование держания, ловли, передачи, броска и ведения мяча и развитие способностей реакции, ориентированию в пространстве.</p> <p>5. Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико- тактическими взаимодействиями.</p>
3.	Гимнастика с элементами акробатики	<p>1.Освоение акробатических упражнений и развитие координационных способностей.</p> <p>2. Освоение висов и упоров, развитие силовых и координационных способностей.</p> <p>3. Освоение навыков лазанья и перелезания, развитие координационных и силовых способностей, правильной осанки.</p> <p>4. Освоение навыков в опорных прыжках, развитие координационных, скоростно-силовых способностей.</p> <p>5. Освоение навыков равновесия.</p> <p>6. Освоение танцевальных упражнений и развитие координационных способностей.</p> <p>7. Освоение строевых упражнений.</p>
4.	Лыжная подготовка.	<p>1.Освоение техники лыжных ходов.</p> <p>2. Спуски в высокой и низких стойках.</p>

		<p>3. Ступающий и скользящий шаг с палками и без палок.</p> <p>4. Попеременный двухшажный ход без палок и с палками.</p> <p>5. Торможение «плугом» и «упором».</p> <p>6. Повороты переступанием.</p>
5.	Подвижные игры	<p>1. Развитие скоростно-силовых способностей.</p> <p>2. Закрепление и совершенствование держания, ловли, передаче, броска и ведения мяча с места и в движении.</p> <p>3. Развитие координационных способностей.</p> <p>4. Развитие реакции, ориентированию в пространстве.</p>
6.	Легкая атлетика	<p>1. Освоение навыков ходьбы и развитие координационных способностей.</p> <p>2. Совершенствование навыков бега и развитие выносливости.</p> <p>3. Освоение навыков прыжков, развитие скоростно- силовых способностей.</p> <p>4. Овладение навыками метания.</p> <p>5. Развитие выносливости.</p>

Содержание программы по предмету физическая культура в 3 классе

№ п/п	Название раздела, темы урока	Содержание учебного раздела
1.	Лёгкая атлетика	1. Освоение навыков ходьбы и развитие координационных способностей.

		<p>2. Освоение навыков бега развитие скоростных и координационных возможностей.</p> <p>3. Совершенствование навыков бега, развитие выносливости.</p> <p>4. Совершенствование бега, развитие координационных и скоростных способностей.</p> <p>5. Освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых и координационных способностей.</p> <p>6. Закрепление навыков прыжков, развитие скоростно- силовых и координационных способностей.</p> <p>7. Овладение навыками метания, развитие скоростно- силовых и координационных способностей.</p>
2.	Подвижные игры с элементами баскетбола	<p>1.Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.</p> <p>2. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.</p> <p>3. Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно- силовых способностей, ориентирование в пространстве.</p> <p>4. Закрепление и совершенствование держания, ловли, передачи, броска и ведения мяча и развитие способностей реакции, ориентированию в пространстве.</p> <p>5. Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико- тактическими взаимодействиями.</p>
3.	Гимнастика с элементами акробатики	<p>1.Освоение акробатических упражнений и развитие координационных способностей.</p> <p>2. Освоение висов и упоров, развитие силовых и координационных способностей.</p> <p>3. Освоение навыков лазанья и перелезания, развитие координационных и силовых способностей, правильной осанки.</p> <p>4. Освоение навыков в опорных прыжках, развитие координационных, скоростно-силовых способностей.</p> <p>5. Освоение навыков равновесия.</p>

		<p>6. Освоение танцевальных упражнений и развитие координационных способностей.</p> <p>7. Освоение строевых упражнений.</p> <p>8. Знать и выполнять правила по технике безопасности на уроках гимнастики.</p>
4.	Лыжная подготовка.	<p>1. Освоение техники лыжных ходов.</p> <p>2. Спуски в высокой и низких стойках.</p> <p>3. Ступающий и скользящий шаг с палками и без палок.</p> <p>4. Попеременный двухшажный ход без палок и с палками.</p> <p>5. Торможение «плугом» и «упором».</p> <p>6. Повороты переступанием.</p>
5.	Подвижные игры	<p>1. Развитие скоростно-силовых способностей.</p> <p>2. Закрепление и совершенствование держания, ловли, передаче, броска и ведения мяча с места и в движении.</p> <p>3. Развитие координационных способностей.</p> <p>4. Развитие реакции, ориентированию в пространстве.</p>
6.	Легкая атлетика	<p>1. Освоение навыков ходьбы и развитие координационных способностей.</p> <p>2. Совершенствование навыков бега и развитие выносливости.</p> <p>3. Освоение навыков прыжков, развитие скоростно- силовых способностей.</p> <p>4. Овладение навыками метания.</p> <p>5. Развитие выносливости.</p>

Содержание программы по предмету физическая культура в 4 классе

№ п/п	Название раздела, темы урока	Содержание учебного раздела
1.	Лёгкая атлетика	<ol style="list-style-type: none"> 1. Освоение навыков ходьбы и развитие координационных способностей. 2. Освоение навыков бега развитие скоростных и координационных возможностей. 3. Совершенствование навыков бега, развитие выносливости. 4. Совершенствование бега, развитие координационных и скоростных способностей. 5. Освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых и координационных способностей. 6. Закрепление навыков прыжков, развитие скоростно- силовых и координационных способностей. 7. Овладение навыками метания, развитие скоростно- силовых и координационных способностей.
2.	Подвижные игры с элементами баскетбола	<ol style="list-style-type: none"> 1. Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве. 2. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча. 3. Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно- силовых способностей, ориентирование в пространстве. 4. Закрепление и совершенствование держания, ловли, передачи, броска и ведения мяча и развитие способностей реакции, ориентированию в пространстве. 5. Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико- тактическими взаимодействиями.
3.	Гимнастика с элементами	<ol style="list-style-type: none"> 1. Освоение акробатических упражнений и развитие координационных способностей. 2. Освоение висов и упоров, развитие силовых и координационных способностей. 3. Освоение навыков лазанья и перелезания, развитие координационных и силовых способностей,

	акробатики	<p>правильной осанки.</p> <p>4. Освоение навыков в опорных прыжках, развитие координационных, скоростно-силовых способностей.</p> <p>5. Освоение навыков равновесия.</p> <p>6. Освоение танцевальных упражнений и развитие координационных способностей.</p> <p>7. Освоение строевых упражнений.</p> <p>8. Знать и выполнять правила по технике безопасности на уроках гимнастики.</p>
4.	Лыжная подготовка.	<p>1. Освоение техники лыжных ходов.</p> <p>2. Спуски в высокой и низких стойках.</p> <p>3. Ступающий и скользящий шаг с палками и без палок.</p> <p>4. Попеременный двухшажный ход без палок и с палками.</p> <p>5. Торможение «плугом» и «упором».</p> <p>6. Повороты переступанием.</p>
5.	Подвижные игры	<p>1. Развитие скоростно-силовых способностей.</p> <p>2. Закрепление и совершенствование держания, ловли, передаче, броска и ведения мяча с места и в движении.</p> <p>3. Развитие координационных способностей.</p> <p>4. Развитие реакции, ориентированию в пространстве.</p>
6.	Легкая атлетика	<p>1. Освоение навыков ходьбы и развитие координационных способностей.</p> <p>2. Совершенствование навыков бега и развитие выносливости.</p> <p>3. Освоение навыков прыжков, развитие скоростно- силовых способностей.</p> <p>4. Овладение навыками метания.</p> <p>5. Развитие выносливости.</p>

Тематическое планирование

1 класс

№	Название раздела (темы)	Количество часов	Количество контрольных работ
1.	Лёгкая атлетика	14	
2.	Подвижные игры (двигательные игры с предметами).	16	
3.	Гимнастика с элементами акробатики	18	
4.	Лыжная подготовка	18	
5.	Подвижные игры	14	
6.	Лёгкая атлетика	19	
	Итого:	99	

2 класс

№	Название раздела (темы)	Количество часов	Количество контрольных работ
1.	Лёгкая атлетика	14	4
2.	Подвижные игры (двигательные игры с предметами).	16	
3.	Гимнастика с элементами акробатики	18	3
4.	Лыжная подготовка	21	3
5.	Подвижные игры	14	
6.	Лёгкая атлетика	19	3
	Итого:	102	13

3 класс

№	Название раздела (темы)	Количество часов	Количество контрольных работ
1.	Лёгкая атлетика	14	4
2.	Подвижные игры (двигательные игры с предметами).	16	
3.	Гимнастика с элементами акробатики	18	3
4.	Лыжная подготовка	21	3
5.	Подвижные игры	14	
6.	Лёгкая атлетика	19	3
	Итого:	102	13

4 класс

№	Название раздела (темы)	Количество часов	Количество контрольных работ
1.	Лёгкая атлетика	14	4
2.	Подвижные игры (двигательные игры с предметами).	16	
3.	Гимнастика с элементами акробатики	18	3
4.	Лыжная подготовка	21	3
5.	Подвижные игры	14	
6.	Лёгкая атлетика	19	3
	Итого:	102	13