

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Тверской области

**Отдел образования Администрации Краснохолмского муниципального
округа**

МБОУ "Краснохолмская сош № 2 им. С.Забавина "

СОГЛАСОВАНА

Руководитель ОМО

Постникова Е.Ю

УТВЕРЖДЕНА

Директор МБОУ

**«Краснохолмская сош
№2 им. С.Забавина»**

**Серова Т.П
Приказ №162-а
от «20 » 06.2026г.**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 10068712)

учебного предмета «Физическая культура» (Вариант 2)

для обучающихся 1 класса

г.Красный Холм 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

При создании программы по физической культуре учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе по физической культуре нашли свое отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей обучающихся, педагогических работников на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе обучающихся. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение обучающихся в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре на уровне начального общего образования является формирование у обучающихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья обучающихся, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у обучающихся необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности.

Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счет овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультурминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят свое отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки обучающихся к выполнению комплекса ГТО в структуру программы по физической культуре в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы обучающихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» обеспечивается программами по видам спорта, которые могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов

обучающихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Образовательные организации могут разрабатывать свое содержание для модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры и развлечения, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

Содержание программы по физической культуре изложено по годам обучения и раскрывает основные ее содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе: «Знания о физической культуре», «Способы самостоятельной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты.

Результативность освоения учебного предмета обучающимися достигается посредством современных научно-обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

Общее число часов, рекомендованных для изучения физической культуры – 405 часов: в 1 классе – 99 часов (3 часа в неделю), во 2 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 3 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 4 классе – 102 часа (3 часа в неделю).

Общее число часов, рекомендованных для изучения физической культуры по варианту N 1 федерального учебного плана, – 303 часа: в 1 классе – 99 часов (3 часа в неделю), во 2 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 3 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 4 классе – 68 часов (2 часа в неделю).

Общее число часов, рекомендованных для изучения физической культуры по вариантам NN 2, 3 – 5 федерального учебного плана, – 270 часов: в 1 классе – 66 часов (2 часа в неделю), во 2 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 3 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 4 классе – 68 часов (2 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1 КЛАСС

Знания о физической культуре

Понятие «физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом по укреплению здоровья, физическому развитию и физической подготовке. Связь физических упражнений с движениями животных и трудовыми действиями древних людей.

Способы самостоятельной деятельности

Режим дня и правила его составления и соблюдения.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур. Осанка и комплексы упражнений для правильного ее развития. Физические упражнения для физкультурминуток и утренней зарядки.

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Правила поведения на уроках физической культуры, подбора одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе.

Гимнастика с основами акробатики.

Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лежа. Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте, повороты направо и налево, передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью.

Гимнастические упражнения: стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом, упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой, стилизованные гимнастические прыжки.

Акробатические упражнения: подъем туловища из положения лежа на спине и животе, подъем ног из положения лежа на животе, сгибание рук в положении упор лежа, прыжки в группировке, толчком двумя ногами, прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.

Лыжная подготовка.

Переноска лыж к месту занятия. Основная стойка лыжника. Передвижение на лыжах ступающим шагом (без палок). Передвижение на лыжах скользящим шагом (без палок).

Легкая атлетика.

Равномерная ходьба и равномерный бег. Прыжки в длину и высоту с места толчком двумя ногами, в высоту с прямого разбега.

Подвижные и спортивные игры.

Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.

Прикладно-ориентированная физическая культура

Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание ее связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;

- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;

- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;

- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;

- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;

- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

1 КЛАСС

По окончании 1 класса у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия:

Познавательные универсальные учебные действия

Базовые логические и исследовательские действия:

находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;

устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;

сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;

выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины ее нарушений.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Общение:

воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;

высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;

управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других обучающихся и учителя;

обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей.

Регулятивные универсальные учебные действия

Самоорганизация и самоконтроль:

выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;

выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;

проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Наименованиеразделов и тем программы	Количествочасов			Электронные (цифровые) образовательныересурсы
		Всего	Контрольныеработы	Практическиеработы	
Раздел 1.Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физическойкультуре	2			Поледлясвободноговвода
Итогопоразделу		2			
Раздел 2.Способысамостоятельнойдеятельности					
2.1	Режимдняшкольника	1			Поледлясвободноговвода
Итогопоразделу		1			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1.Оздоровительнаяфизическаякультура					
1.1	Гигиеначеловека	1			Поледлясвободноговвода
1.2	Осанкачеловека	1			Поледлясвободноговвода
1.3	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1			Поледлясвободноговвода
Итогопоразделу		3			
Раздел 2.Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основамиакробатики	18			Поледлясвободноговвода
2.2	Лыжнаяподготовка	12			Поледлясвободноговвода
2.3	Легкаяатлетика	18			Поледлясвободноговвода

2.4	Подвижные и спортивные игры	19			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		67			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	26			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		26			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		99	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/ п	Темаурока	Количествочасов			Датаизучения	Электронныицифровыеобразовательныересурсы
		Все го	Контрольные работы	Практические работы		
1	Чтотакоефизическаякультур а	1				Поелдясвободного ввода1
2	Современныифизическииуп ражнения	1				Поелдясвободного ввода1
3	Режим дня и правила его составления и соблюдения	1				Поелдясвободного ввода1
4	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1				Поелдясвободного ввода1
5	Осанка человека. Упражнения для осанки	1				Поелдясвободного ввода1
6	Комплексы утренней зарядки и физкультминутки в режиме дня школьника	1				Поелдясвободного ввода1
7	Правила поведения на уроках физической культуры	1				Поелдясвободного ввода1
8	Понятие гимнастики и спортивной гимнастики	1				Поелдясвободного ввода1
9	Исходные положения в физических упражнениях	1				Поелдясвободного ввода1
10	Учимсягимнастическимупра	1				Поелдясвободного ввода1

	жнениям					
11	Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом	1				Поле для свободного ввода 1
12	Акробатические упражнения, основные техники	1				Поле для свободного ввода 1
13	Акробатические упражнения, основные техники	1				Поле для свободного ввода 1
14	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1				Поле для свободного ввода 1
15	Способы построения и повороты стоя на месте	1				Поле для свободного ввода 1
16	Стилизованные передвижения (гимнастический шаг, бег)	1				Поле для свободного ввода 1
17	Гимнастические упражнения с мячом	1				Поле для свободного ввода 1
18	Гимнастические упражнения соскалкой	1				Поле для свободного ввода 1
19	Гимнастические упражнения в прыжках	1				Поле для свободного ввода 1
20	Подъем туловища из положения лежа на спине и животе	1				Поле для свободного ввода 1
21	Подъем ног из положения лежа на животе	1				Поле для свободного ввода 1

22	Сгибание рук в положении упор лежа	1				Поле для свободного ввода 1
23	Разучивание прыжков в группировке	1				Поле для свободного ввода 1
24	Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами	1				Поле для свободного ввода 1
25	Строевые упражнения с лыжами в руках	1				Поле для свободного ввода 1
26	Строевые упражнения с лыжами в руках	1				Поле для свободного ввода 1
27	Упражнения в передвижении на лыжах	1				Поле для свободного ввода 1
28	Упражнения в передвижении на лыжах	1				Поле для свободного ввода 1
29	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1				Поле для свободного ввода 1
30	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1				Поле для свободного ввода 1
31	Техника ступающего шага во время передвижения	1				Поле для свободного ввода 1
32	Техника ступающего шага во время передвижения	1				Поле для свободного ввода 1
33	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1				Поле для свободного ввода 1
34	Имитационные упражнения	1				Поле для свободного ввода 1

	техники передвижения на лыжах скользящим шагом					
35	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1				Поле для свободного ввода 1
36	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1				Поле для свободного ввода 1
37	Чем отличается ходьба от бега	1				Поле для свободного ввода 1
38	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1				Поле для свободного ввода 1
39	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1				Поле для свободного ввода 1
40	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1				Поле для свободного ввода 1
41	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1				Поле для свободного ввода 1
42	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1				Поле для свободного ввода 1
43	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1				Поле для свободного ввода 1

44	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1				Поле для свободного ввода 1
45	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1				Поле для свободного ввода 1
46	Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой	1				Поле для свободного ввода 1
47	Правила выполнения прыжка в длину с места	1				Поле для свободного ввода 1
48	Разучивание одновременного отталкивания двумя ногами	1				Поле для свободного ввода 1
49	Приземление после спрыгивания с горки матов	1				Поле для свободного ввода 1
50	Обучение прыжку в длину с места в полной координации	1				Поле для свободного ввода 1
51	Разучивание техники выполнения прыжка в длину и в высоту с прямого разбега	1				Поле для свободного ввода 1
52	Разучивание фазы приземления из прыжка	1				Поле для свободного ввода 1

53	Разучивание фазы разбега и отталкивания в прыжке	1				Поле для свободного ввода 1
54	Разучивание выполнения прыжка в длину с места	1				Поле для свободного ввода 1
55	Считалки для подвижных игр	1				Поле для свободного ввода 1
56	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1				Поле для свободного ввода 1
57	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1				Поле для свободного ввода 1
58	Обучение способам организации игровых площадок	1				Поле для свободного ввода 1
59	Обучение способам организации игровых площадок	1				Поле для свободного ввода 1
60	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1				Поле для свободного ввода 1
61	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1				Поле для свободного ввода 1
62	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1				Поле для свободного ввода 1
63	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1				Поле для свободного ввода 1
64	Разучивание подвижной	1				Поле для свободного ввода 1

	игры «Не попади в болото»					
65	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1				Поле для свободного ввода 1
66	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1				Поле для свободного ввода 1
67	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1				Поле для свободного ввода 1
68	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1				Поле для свободного ввода 1
69	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1				Поле для свободного ввода 1
70	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1				Поле для свободного ввода 1
71	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1				Поле для свободного ввода 1
72	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1				Поле для свободного ввода 1
73	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1				Поле для свободного ввода 1
74	ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормы	1				Поле для свободного ввода 1
75	Основные правила, ТБ на уроках, особенности проведения испытаний (тестов) ВФС ГТО	1				Поле для свободного ввода 1

76	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода 1
77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода 1
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода 1
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода 1
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода 1
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода 1
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание.	1				Поле для свободного ввода 1

	Подвижные игры					
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода 1
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода 1
85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода 1
86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода 1
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода 1
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из	1				Поле для свободного ввода 1

	положения лежа на спине. Подвижные игры					
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода 1
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода 1
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода 1
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода 1
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон	1				Поле для свободного ввода 1

	вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры					
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода 1
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода 1
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода 1
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода 1
98	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1				Поле для свободного ввода 1
99	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения	1				Поле для свободного ввода 1

	испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	99	0	0			

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ
ИНТЕРНЕТ**

