

СОГЛАСОВАНА

На заседании методического объединения  
МБОУ «СОШ пос. Новоколхозное»  
(Протокол № 5 от 8 июня 2018 года)

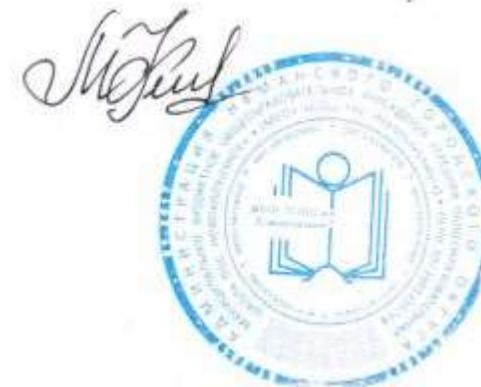
Руководитель МО: Полевич Г.В

Приложение к основной общеобразовательной программе **начального**  
общего образования Муниципального бюджетного  
общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная  
школа пос. Новоколхозное»

УТВЕРЖДЕНА

Постановлением Педагогического совета  
МБОУ «СОШ пос. Новоколхозное»

(Протокол № 6 от 15 июня 2018 года)  
Директор школы: Финашина М.А



## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА по физической культуре, 2 класс**

**Составитель: Величко Елена Николаевна**

238750, Калининградская область,  
Неманский район,  
Поселок Новоколхозное,  
Ул. Катаева, д. 3

2018 год

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» для 2-класса разработана в соответствии с требованиями:

- федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования

**Цель** школьного физического воспитания - формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

**Задачи:**

- Содействие гармоническому физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- Обучение основам базовых видов двигательных действий;
- Дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- Выработку представлений о физической культуре личности и приемов самоконтроля;
- Углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- Воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
- Выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
- Формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- Воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
- Содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

Уроки физической культуры - это основная форма организации учебной деятельности учащихся в процессе освоения ими содержания предмета.

Воспитательные и оздоровительные задачи решаются на каждом уроке. При воспитании нравственных и волевых качеств важно учитывать возрастные особенности личности ребенка.

Внутрипредметный образовательный модуль «Подвижные игры народов мира». Подвижные игры в начальной школе являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности младшего школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений. В этом возрасте они направлены на развитие творчества, воображения, внимания, воспитания инициативности, самостоятельности действий, выработку умения выполнять правила общественного порядка.

**Цель внутрипредметного модуля :** формирование устойчивого, заинтересованного, уважительного отношения к культуре родной страны и культуре других стран; содействие укреплению и сохранению здоровья младших школьников; создание эмоционально положительной основы для развития патриотических чувств: любви и преданности к Родине.

## **II. Общая Характеристика учебного предмета**

Предметом обучения физической культуры в основной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью.

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития свойств и качеств, соблюдением гигиенических норм.

Понятийная база и содержание курса основаны на положениях нормативно-правовых актах Российской Федерации, в том числе:

- Требований к результатам освоения образовательных программы основного общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте основного общего образования;
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;
- Федерального закона «О физической культуре и спорте»;
- Примерной программы основного общего образования;

Содержание программного материала состоит из двух основных частей: базовой и вариативной. В учебном плане на изучение предмета «Физическая культура» отводится 102 часов (34 учебных недель по 3 часа в неделю). В связи с неподходящими климатическими условиями Калининградской области и неполной оснащённостью спортивной базы МБОУ СОШ пос. Новоколхозное из этого компонента программы были исключены часы, отведённые на лыжную подготовку.

Данные часы были распределены на другие виды программного материала, а именно: на лёгкую атлетику и спортивные игры.

Настоящая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта и внутрипредметного модуля которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика с элементами акробатики», «Легкая атлетика», «Спортивные игры», «Кроссовая подготовка». Раздел «Основы знаний о физической культуре» изучается в процессе уроков. Внутрипредметный образовательный модуль «Подвижные игры народов мира» является наращиванием и дополнением учебного предмета «Физическая культура». Программа рассчитана на 4 года (с 1 по 4 класс). Итого на модуль выделяется 80 часов.

Итоговая аттестация проводится на основе четвертных, годовых оценок и промежуточной аттестации.

## **III. Место учебного предмета в учебном плане**

Курс «Физическая культура» изучается во 2 классе 3 часа в неделю (102 часа). Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введен приказом Минобрнауки от 30 августа 2010 г. №889, для увеличения двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания. В классе 12 учащихся, уровень физической подготовленности средний. В классе все учащихся обучаются по программе основного общего образования.

#### **IV. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного курса**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373) данная рабочая программа направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

##### ***Личностные результаты:***

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

##### ***Метапредметные результаты:***

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умений планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

***Предметные результаты:***

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умением организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость, координация движений, гибкость).

## **V. Содержание учебного предмета**

### **Знания о физической культуре**

Возникновение первых спортивных соревнований. Появление мяча, упражнений и игр с мячом. История зарождения древних Олимпийских игр. Физические упражнения, их отличие от естественных движений. Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие. Закаливание организма (обтирание).

### **Способы физкультурной деятельности**

Выполнение утренней зарядки и гимнастики под музыку; проведение закаливающих процедур; выполнение упражнений, развивающих быстроту и равновесие, совершенствующих точность броска малого мяча. Подвижные игры и занятия физическими упражнениями во время прогулок. Измерение длины и массы тела.

### **Физическое совершенствование**

#### **Гимнастика с основами акробатики**

**Организующие команды и приемы:** повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два»; перестроение по двое в шеренге и колонне; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, по «диагонали» и «противоходом».

**Акробатические упражнения** из положения лежа на спине, стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги); кувырок вперед в группировке; из стойки на лопатках полупереворот назад в стойку на коленях.

**Гимнастические упражнения прикладного характера:** танцевальные упражнения, упражнения на низкой перекладине — вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, зависом одной, двумя ногами.



	Основы знаний о физической культуре						В процессе урока	<p><b>Личностные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- внутренняя позиция на уровне положительного отношения к предмету и к школе;</li> <li>- ориентация на понимание причин успеха учебной деятельности</li> </ul> <p><b>Регулятивные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей;</li> <li>- различать способ и результат действия.</li> </ul> <p>осуществление контроля процесса и результатов деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самоконтроль процесса и результатов деятельности.</li> </ul> <p>принимать и сохранять учебную задачу;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять пошаговый контроль по результату под руководством учителя;</li> </ul> <p><b>Познавательные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ориентироваться на разнообразие способов задач;</li> <li>- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме.</li> <li>умение применять</li> </ul>	<p>Матвеев А.П. Уроки физической культуры . Методические рекомендации. 1-4 классы –М.: Просвещение, 2014</p> <p>Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников А.П. Матвеева. 1-4 классы: пособие для учителей общеобразоват. Организаций/А.П. Матвеев.-М.: Просвещение, 2014</p>
	<b>Подвижные игры</b>	30	6	1	23	<p>Техника безопасности на уроках в игровых видах спорта. Баскетбол. Овладение техникой передвижений. Освоение ловли и передачи мяча. Освоение техники ведения мяча. Овладение техникой бросков. Освоение техники и тактики игры. Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных</p>	<p><b>Понимать и раскрывать</b> связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека</p> <p><b>Использовать</b> правила закаливания организма в практике домашних занятий.</p> <p><b>Общаться</b> и взаимодействовать в процессе игровой деятельности.</p> <p><b>Организовывать</b> проведение совместных подвижных и самостоятельных занятий и игр.</p>	<p>процесса и результатов деятельности.</p> <p>принимать и сохранять учебную задачу;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять пошаговый контроль по результату под руководством учителя;</li> </ul> <p><b>Познавательные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ориентироваться на разнообразие способов задач;</li> <li>- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме.</li> <li>умение применять</li> </ul>	<p>Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой</p> <p>Щиты баскетбольные навесные с кольцами</p> <p>Мячи баскетбольные для мини-игры</p> <p>Стойки волейбольные универсальные</p> <p>Сетка волейбольная</p> <p>Мячи волейбольные</p> <p>Табло перекидное</p>

						способностей. Волейбол. Освоение техникой передвижений, приёмами и передачами мяча. Овладение игрой в волейбол.		правила и пользоваться инструкциями и освоенными закономерностями; <b>Коммуникативные:</b> -Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Спортивный зал игровой
	<b>Легкая атлетика</b>	35	5	2	28	Техника безопасности при занятиях лёгкой атлетикой. Овладение техникой спринтерского бега. Овладение техникой длительного бега. Овладение техникой прыжка в длину. Овладение техникой метания мяча в цель и на дальность. Развитие выносливости скоростных способностей. Развитие координационных способностей. Самостоятельные занятия.	<b>Понимать и раскрывать</b> связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека <b>Использовать</b> правила закаливания организма в практике домашних занятий. <b>Общаться</b> и взаимодействовать в процессе игровой деятельности. <b>Организовывать</b> проведение совместных подвижных игр	постановка вопроса, умение выражать свои мысли , учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию; <b>Личностные:</b> - эстетические чувства Формирование социальной роли ученика. - Волевая саморегуляция - интерес к предметно-исследовательской деятельности, предложенный и оценок учителей и товарищей; - оценка одноклассников на основе заданных критериев успешности учебной деятельности;	Планка для прыжков в высоту Стойка для прыжков в высоту Рулетка измерительная (10м, 50) Площадка игровая развивающая Бревно гимнастическое напольное Стенка гимнастическая Козел гимнастический Перекладина гимнастическая Канат для лазанья с механическим креплением Скамейка гимнастическая Маты гимнастические Мяч набивной (1 кг, 2 кг) Скакалка гимнастическая
	<b>гимнастика</b>	17	4	1	12	Техника безопасности на уроках гимнастики с элементами акробатики. Освоение строевых упражнений.	<b>Понимать и раскрывать</b> связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека <b>Взаимодействовать</b> в парах и	<b>Личностные:</b> активно включаться в общение и взаимодействие со	

					Освоение акробатических упражнений. Развитие силовых способностей и силовой выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей.	группах при выполнении гимнастических упражнений. <b>Выявлять</b> ошибки при выполнении гимнастических и акробатических упражнений. <b>Координировать</b> движения в акробатических и гимнастических упражнениях. <b>Демонстрировать</b> технику правильного выполнения упражнений. <b>Проявлять</b> качества силы, быстроты и гибкости при выполнении акробатических и гимнастических упражнений.	сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; — проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях. <b>Метапредметные:</b> общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; - анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;; <b>Предметные:</b> —организовывать отдых и досуг с использованием разученных подвижных игр; — обобщать и углублять знаний об истории, культуре народных игр; — представлять	Палки гимнастические Обруч гимнастический Наборы для гимнастических упражнений. Перекладина, мишени для метания, баскетбольные щиты. Набивной 1 кг и 2 кг, мяч малый (теннисный), мяч малый (мягкий), мячи баскетбольные, волейбольные и футбольные. Гришина Г.Н. Любимые детские игры. // Г.Н.Гришина / М.: ООО «ТЦ Сфера», 1999 г.-96 с. Кенеман А.В. Детские подвижные игры народов мира. // А.В. Кенеман /М.: Просвещение, 1989 г.- 239 с.
	<b>Внутрипредметный модуль «Игры народов мира»</b>	20			<b>Знать:</b> Особенности игр народов России и народов мира. Знать правила хотя бы одной игры каждого народа. Знать игры с незначительной, умеренной и тонизирующей психофизической нагрузкой. <b>Уметь:</b> проводить свой досуг с использованием игры. Уметь организовать игру со сверстниками и научить их правилам игр. Уметь пользоваться играми с разными видами нагрузок в зависимости от состояния	<b>Понимать и раскрывать</b> связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека <b>Использовать</b> правила закаливания организма в практике домашних занятий. <b>Общаться</b> и взаимодействовать в процессе игровой деятельности. <b>Организовывать</b> проведение совместных подвижных и самостоятельных занятий и игр. Уметь доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.	взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; - анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;; <b>Предметные:</b> —организовывать отдых и досуг с использованием разученных подвижных игр; — обобщать и углублять знаний об истории, культуре народных игр; — представлять	баскетбольные, волейбольные и футбольные. Гришина Г.Н. Любимые детские игры. // Г.Н.Гришина / М.: ООО «ТЦ Сфера», 1999 г.-96 с. Кенеман А.В. Детские подвижные игры народов мира. // А.В. Кенеман /М.: Просвещение, 1989 г.- 239 с.

						самочувствия.		подвижные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека.	
	всего	102							

### VIII . Учебно-методическое обеспечение

п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения.	Количество	Примечание
<b>Библиотечный фон (книгопечатная продукция)</b>			
1	Стандарт основного общего образования по физической культуре.	Д	
2	Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура 1-11 классы	Д	
3	Рабочие программы по физической культуре.	Д	
4	<p>Программа доктора педагогических наук А.П. Матвеева «Программа общеобразовательных учреждений физическая культура. Начальные классы. Учебник «Физическая культура» 1-4класс: В.И. Лях Издательство «Просвещение» Москва 2013г</p> <p>Рабочие программы «Физическая культура» А.П. Матвеев Издательство «Просвещение» Москва</p> <p>Физическая культура. 2 класс: учебник для общеобразоват. учреждений/ А.П. Матвеев; - М.: Просвещение, 2009</p> <p>Матвеев А.П. Уроки физической культуры . Методические рекомендации. 1-4 классы – М.: Просвещение, 2014</p> <p>Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников А.П. Матвеева. 1-4 классы: пособие для учителей общеобразоват. Организаций/А.П. Матвеев.-М.: Просвещение, 2014</p> <p>Физическая культура. Методические рекомендации по основам преподавания. 2 класс: методическое пособие/А.П.Матвеев. – М.: Дрофа, 2006</p>	К	Учебник, рекомендованный Министерством образования и науки Российской Федерации, и пособия входят в библиотечный фонд

5	Учебная, научная, научно-популярная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению	Д	
6	Методические издания по физической культуре для учителей	Д	
<b>Экрано-звуковые пособия</b>			
1	Аудиовизуальные пособия по основным разделам и темам учебного предмета «Физическая культура» (на цифровых носителях)	Д	
2	Аудиозаписи	Д	Для проведения гимнастических комплексов, обучения танцевальными движениями; проведения спортивных соревнований и физкультурных праздников
<b>Технические средства обучения</b>			
1	Аудиоцентр	Д	С возможностью использования аудиодисков, CD-R, CD-RW, MP3 а также магнитофонных записей
2	Мультимедийный компьютер	Д	Технические требования: графическая операционная система, привод для чтения/записи компакт-дисков, аудио- и видеовходов/выходы, возможность выход в Интернет. С пакетом прикладных программ.
3	Сканер	Д	
4	Принтер лазерный	Д	
5	Копировальный аппарат	Д	
6	Цифровая видеокамера	Д	
7	Мультимедиапроектор	Д	
8	Экран (на штативе или навесной)	Д	Минимальные размеры 1,25*1,25

<b>Учебно-практическое оборудование</b>			
1	Стенка гимнастическая	Г	
2	Бревно гимнастическое напольное	Г	
3	Козел гимнастический	Г	
4	Конь гимнастический	Г	
5	Перекладина гимнастическая	Г	
6	Канат для лазанья с механическим креплением	Г	
7	Мост гимнастический подкидной	Г	
8	Скамейка гимнастическая жесткая	Г	
9	Маты гимнастические	Г	
10	Мяч набивной (1 кг. 2 кг)	Г	
11	Мяч малый (теннисный)	К-Г	
12	Скакалка гимнастическая	К	
13	Палки гимнастические	К	
14	Обруч гимнастический	К	
<b>Легкая атлетика</b>			
15	Планка для прыжков в высоту	Д	
16	Стойка для прыжков в высоту	Д	
17	Рулетка измерительная (10м, 50)	Д	
<b>Подвижные и спортивные игры</b>			
18	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой	Д	

19	Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой	Г	
20	Мячи баскетбольные для мини-игры	Г	
21	Стойки волейбольные универсальные	Д	
22	Сетка волейбольная	Д	
23	Мячи волейбольные	К- Г	
24	Табло перекидное	Д	
25	Мячи футбольные	Г	
26	Компрессор для накачивания мячей	Д	
<b>Спортивные залы (кабинеты)</b>			
1	Спортивный зал игровой		С раздевалками для мальчиков и девочек.
2	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования		Включает в себя стеллажи
<b>Пришкольный стадион (площадка)</b>			
1	Игровое поле для мини-футбола	Д	
2	Площадка игровая развивающая(баскетбол, волейбол, мини-футбол)	Д	

## IX. Планируемые результаты

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся 2 класса должны:

- иметь представление:
    - о зарождении древних Олимпийских игр;
    - о физических качествах и общих правилах определения уровня их развития;
    - о правилах проведения закаливающих процедур;
    - об осанке и правилах использования комплексов физических упражнений для формирования правильной осанки;
  - уметь:
    - определять уровень развития физических качеств (силы, быстроты, гибкости);
    - вести наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью;
    - выполнять закаливающие водные процедуры (обтирание);
    - выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки;
    - выполнять комплексы упражнений для развития точности метания малого мяча;
    - выполнять комплексы упражнений для развития равновесия;
- Демонстрировать уровень физической подготовленности*

№ п/п	Нормативы; испытания.		2 — класс		
			«5»	«4»	«3»
1	Бег 30 м (сек.)	м	5,4	7.0	7,1
		д	5.6	7.2	7,3
2	Бег 1000 м (мин,сек.)	м	+	+	+
		д	+	+	+
3	Челночный бег 3x10 м (сек.)	м	9.1	10.0	10.4
		д	9.7	10.7	11.2
4	Прыжок в длину с места (см)	м	165	125	110
		д	155	125	100

5	Прыжок в высоту, способом «Перешагивания» (см)	м	80	75	70
		д	70	65	60
6	Прыжки через скакалку (кол-во раз/мин.)	м	70	60	50
		д	80	70	60
7	Бег 60 м. (сек.).	м	10	8	6
		д	8	6	4
8	Подтягивания (кол-во раз)	м	4	2	1
9	Метание т/м (м)	м	15	12	10
		д	12	10	8
10	Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз/мин)	м	23	21	19
		д	28	26	24
11	Приседания (кол-во раз/мин)	м	40	38	36
		д	38	36	34
12	Многоскоки- 8 прыжков м.	м	12	10	8
		д	12	10	8
13	Пистолеты, с опорой на одну руку, на правой и левой ноге (кол-во раз).	м	2	3	1
		д	4	2	1

