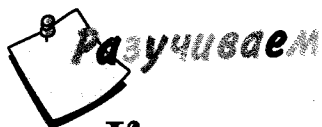


**Из истории физической культуры**

**Подвижные игры для освоения  
спортивных игр**

**Закаливание**

**Физические упражнения**



**Комплекс утренней зарядки 1**

**Физическое развитие и физические  
качества человека**



**Комплекс утренней зарядки 2**

**Игры и занятия в зимнее время года**



*Составляем сами*

**Комплекс утренней зарядки 3**

106

**Упражнения и подвижные игры  
с мячом**

118



*Разучиваем сами*

**Комплекс утренней зарядки 4**

124