*Приложение 4.*

**Литература**

1. Кофман, Л.Б., Погадаев, Г.И. Настольная книга учителя физической культуры [Текст]/Л.Б. Кофман, Г.И. Погадаев.- М.: Физкультура и спорт,1998.-496с.: ил.
2. Колесов, Д.В. и др. Биология. Человек [Текст]/Д.В. Колесов.-Учеб . для 8 кл. общеобразоват. учеб. заведений. – М.: Дрофа, 2000. – 336 с.: ил.
3. Мустаев, В.Л., Ромашевская, Н.И., Столяров, Г.Н. Круговая тренировка на уроках физической культуры в школе [Текст]/В.Л. Мустаев, Н.И. Ромашевская, Г.Н. Столяров.- Кузбасская государственная педагогическая академия (КузГПА), 2010.

**Интернет - ресурсы**

1. [Влияние физической нагрузки на формирование скелета и мышц](https://www.google.ru/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=7&ved=0ahUKEwjVlMyZmYzTAhVKEpoKHbEDAtsQFghAMAY&url=http%3A%2F%2Fbmsi.ru%2Fdoc%2F581fe5da-8921-4310-a84d-3172fba3583e&usg=AFQjCNG-xt-YDh2WtheKbOpPm9uZNAx4jA&sig2=RFvWTpll4SmJLUDB1WuUzA&bvm=bv.1514)
2. [*Значение физических упражнений для роста, развития и здоровья*](https://www.google.ru/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0ahUKEwjzyJn6nobTAhXFQpoKHfp6B_MQFggaMAA&url=http%3A%2F%2Fshkolo.ru%2Fznachenie-fizicheskih-uprazhneniy-dlya-rosta-razvitiya-i-zdorovya-cheloveka%2F&usg=AFQjCNHRDYkOAWCAdh7e4ChBNHTFaL5qCw&s)
3. [Как влияют физические нагрузки на организм человека](https://www.google.ru/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0ahUKEwi22Yf4-oHTAhXpAJoKHfIJC7UQFggaMAA&url=http%3A%2F%2Fwww.everlive.ru%2Fhow-physical-activity-affects-a-body%2F&usg=AFQjCNFOCfMrtKT2QfhWjMTgQ2c8-uX2OA&sig2=7iVxqzrtiKGtyZEd3d7HTQ&bvm=bv)
4. [Приемы рефлексии на уроке](https://www.google.ru/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=5&ved=0ahUKEwj-q5PEj4fTAhWBfywKHeOOCWEQFgg1MAQ&url=https%3A%2F%2Fdocs.google.com%2Fpresentation%2Fd%2F1OxL8Zn5yht36VUEFst01HToI3TtvCGXJW5LFiO_dH3g%2Fhtmlpresent%3Fhl%3Dru&usg=AFQjCNH31plPgJO5jADp)
5. [Разминка перед тренировкой: что это и зачем она нужна](https://www.google.ru/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=3&ved=0ahUKEwiwnbjmtvnSAhWBK5oKHTT4Al4QFggnMAI&url=http%3A%2F%2Fheavystuff.net%2Frazminka-pered-trenirovkoy-chto-eto-i-zachem%2F&usg=AFQjCNH2WaBM1WaKzl_q0BvQXn-3oBQITg&sig2=c5p9xiMxCZvqsUv1PV_klw)
6. [**Разминка, виды, значение, упражнения для разминки, заминка**](https://www.google.ru/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=4&ved=0ahUKEwj9vrf2ioLTAhVFEJoKHbvdBXwQFggtMAM&url=http%3A%2F%2Fwww.inflora.ru%2Ffitness%2Ffitness141.html&usg=AFQjCNFbVwO-8jFlMBi8qbB13z75mdLEHw&sig2=62vwZ9PsawwbMZOIfADQ9Q&bvm=bv.151325232,d.bGs)
7. [Степ - аэробика – приятный путь к красивому и здоровому телу](https://www.google.ru/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=2&ved=0ahUKEwiDvdDqjoHTAhUKjSwKHfJLBvAQFggiMAE&url=http%3A%2F%2Fbodybestclub.com%2Fraznoe-dlya-zdoroviya%2Finformation%2Fstep-aerobika.html&usg=AFQjCNHo8WAUIoCsvkZuy9WcXi32TFfU2A&sig2=Hc4pmjqDkO5)