

«Утверждаю»

-

/ 4 2022

Л МНЛ Н Й Й Б М И К
.. Л 06 Д В З З И П Н МЛНП

711 - 0 - / -

7
7

1

2

/) 72

7 2

7)

/- /-//) 8

2022

,

-)

Пвй /

%)

))

%)

Пвй 0

)

Пвй 1

)

)

)

)

Пвй 2

)

)

)

)

)

)

Пвй 3

))

Пвй 4 - %

-)))
))

)

Пвй 5 млнп к в н ив з пивп з дв
млнп к н ливж ли л вккл п н н дж йвб к з
н мм

7)))
)))
)) -)

з вп ли **вй** **в клй д** **вбвк**
7)) -
7))

К **пли к** **жпвкк** **к д к п** ⁷ **дв**

)

Ив з **пивп з** **дв**

1 Пвй п в з жми к

,					
1	-)	6			6
2		12			12
3		6			6
4		6			6
5		6			6
6		6			6
7	- %	6			6
8		20			20
9		4		4	

ПЛ Л	72		4	68
------	----	--	---	----

2 б В КЛЖБВ ПВИ КЛ П

-

-

7

<https://cdo.smolgu.ru/local/crw/course.php?id=8291> .

6. З н пви л вк к нвд и п пл л лвк б ми к йлю и

3. Л вкл к в нвб п зн пви л вк к би пвз вж шв п

. 2)

6-

. Пв п мн йви

1.) 7

1)

8

2)

)

8

3)

к и б ви в вmvnv ивкклв

2.) 7

1)

8

2)

8

3)

д в з лв) м в з лв кн п вкклв и лмли в л ви п
зп клжп лн в з лжбв пви клп мнлюлиг пви клп г дж

3. 7

1)

8

2)

л н дпй г дж 8

3)

4.))

)

7

1)

дблнл в8

2)

8

3)

5. 7

1)

8

2)

8

3)

мликвк в д в з мн г квк ж

6.) 7

1)

млй л ви лнй нл к н пй клжн лш лн к дй 8

6

2) 8
3)

7.

7
1) ЛЙ П В З ЛВ ДБЛНЛ ВВ 8
2) 8
3)

8.

)
) 7
1) 8
2) 8
3) Д В З ЛВ ДБЛНЛ В

9.

7 8
1) ПВИ ВККЛ ПВЖ) П КЛ ЛЗ ЙЛП Л МЛ ВБВК КБ Б
2) Л В П ВВ
3)

10.

7
1) /. 8
2) 4 МНВИ 8
3) .

11.

)
)
) 7
1) ИВЛИЛ ВЖ 8
2) 8
3)

12.

) 8
7
1) 7-. - 8
2) 11-. 2 8
3) 15-. 5 ИВИ

13.

7
1) Л Н ДГ ДЖ ВИЛ ВЗ) К МН ИВКК ЖК Л Н КВК ВДБЛНЛ ВИЛ ВЗ)
МНЛ И ЗП З ЛИВДКВЖ ЗНВМИВК В ВИЛ В В З Л Л ЛН К ДИ
ВИЛЙ 8
2))
8

3))

14.))

7

- 1) 8
- 2) 8
- 3) **ДБЛНЛ Й Л Н ДП Г ДК**

15.)

)

- 1) **ДБЛНЛ Й Л Н ДП Г ДК 8**
- 2) 8
- 3)

)

7

)

16.) 7

- 1))) 8
- 2)) 8)
- 3) **В ВМВНВ ИВККЛВ.**

17. 7

- 1) 8
- 2) **Л И КЛВ8**
- 3)

18. 7

- 1)) 8
- 2) **НЛ ВК Г ДК)З В П Л П И Г ДК 8**
- 3))

19. 7

- 1))) 8
- 2)))
- 3) **В ВМВНВ ИВККЛВ**

20.) -)))

)) 7)

- 1) 8
- 2) 8
- 3) **ДБЛНЛ Ж П И Г ДК**

21. 2- 7

- 1) 8

2) 8
3) Л Н Д Г Дж

22. 7
1) Д В З К П В И В З П И К З П К Л П 8
2) 8
3)

23. 7 8
1))))
2)) 8
3) В ВМВНВ ИВККЛВ

24. 7
1) Д В З В З В П 8
2) 8
3)

25. 7 8
1) -
2) Л И П Й В Б К) Д И К В К В К В Ж Н В Б К Д Б Л Л В
ВИЛ В З 8
3)

26.) 7
1) 8
2) 8
3) И К В К

27.)
1) 7)
2)) 8)
3) В ВМВНВ ИВККЛВ

28.)
1) б н д б в к п н л й в в н л й 8
2) 8
3)

29. 7 8
1) 8
2) М Л И Л З П Н Л П В М И Л Ж Л Б Л Ж 8
3)

30. 7

- 1) 8
- 2) **в п йклл и бзл л8**
- 3)

31. 7

- 1) 8
- 2) **й п в лн вж лблж й илй8**
- 3)

32. 7

- 1) 8
- 2) 8
- 3) **в вбвбв ивкклв.**

33.)

- 1) **пвмил лж б н8**
- 2) 8
- 3)

34. 7

- 1) 8
- 2) 8
- 3) **в вбвбв ивкклв**

35. 7

- 1))) 8
- 2)
- 3) **и к квн) и к нл кклп м в в в п пл клй**
н лкв) ли бвк внев й м п к

36. 7

- 1) **ив лб г н 8**
- 2) 8
- 3)

37. 7

- 1) **й в) лнл в8**
- 2)) 8
- 3))

38. 7

- 1)) 8
- 2) **йббв) ив лмнлб зп 8**
- 3)

39. 7

- 1)) 8
- 2) **й ив) к кв8**

3))

40. 7

- 1) 8
- 2) 8
- 3)

41.)) 7

- 1) **КВ ЗЛИ ЗЛЙ ЗНЛ Н ЙЙЛ 8**
- 2) .-- 8
- 3)

42. 7

- 1))
- 2) **К Н ВК КЛНЙ И К В ИЛ БИ ВЗНВ ЛЗЛ 8**
- 3)

43. 7

- 1) **Д В З В МН Г КВК Д К П МЛНПЛЙ 8**
- 2) 8
- 3)

44. 7

- 1) **ЙЙ НКЛВ ЗЛИ В П Л Б ПВИ К БВЖ П Ж) МЛИК ВЙ**
ВИЛ ВЗЛЙ МНЛ В ВМЛ ВБКВ КЛЕЖГ ДЖ 8
- 2) 8
- 3))

45.))

- 1) **Б ПВИ К ЗП КЛ П 8**
- 2) 8
- 3)

46. 7

- 1) 8
- 2) 8
- 3) **МЛ ВК ПЛЕЖ Л П ЛН К ДЙ З БВЖ П Д В З ЗПНЛ**
КВ КВЖ НВБ

47.))) 7

- 1) 8
- 2) **НВБК МН З 8**

3)

48.) 7 8
1)
2) -

3) ЛЗ Д ВП ЛПН ПВИ КЛВ ЛДБВЖ П В К ПВИ ЛН К ДЙ Й
МЛИКВВЙ

49. 7
1) НВ З ПНВ Л) П И Д) ПЛ ВК В8
2))) 8
3)))

50. 7
1) 8
2) МЛК Г ВК Б ПВИ КЛЖ ЗП КЛ П ВИЛ ВЗ 8
3)

51.) 7
4) Д В З МЛЮ ЛЛЛ З 8
5) 8
6)

52.)) 7
4) Д В ЗЛВ Л ВН ВК П Л ВИЛ ВЗ 8
5) 8
6)

53.))
4) 7 8
5) МЛПНВ КЛ П Д В ЗЛЙ Л ВН ВК П Л К 8
6)

54.) 7
4)) 8
5) ВК ВЗ В ЗПН ЙЛ П МН ЙВК П ЗЗ ЙЛ ПЛ ПВИ К В
НБ П Д ВЗЛЛ ЛМПК 8
6))

55. 7

4))

5) ЛЖ П ⁸ МН НЛБ И П ЙЛ ПЛ ПВИ К Й ЗПЛН Й
Д В ЗЛ Л Л М П К 8

6) .

56.

4)) ;

5) 8
6) ДЖ К Л ДЖ ВК Д К П Ж БИ В ПЛНЛККВ Л Н Д П) МЛ ВК
Й П ВККЛЖ Д В ЗЛЖ Н ЛЛЛ МЛ Л КЛ П) Н ЛПЗ ЛИВ
З В П

57.

4) ⁷) -)))
)
5) Д Б Й НЛ КВИ МН П Д К Ж) ЗИЛККЛ П З ЛМНБВИВККЛЖ
БВ ПВИ КЛ П) Л Л ВККЛ П Й КВН КЛЖ ПВИ) П МЛЙ ПВИЛ ИЛГ ВК)
Н З ПВИЛЙ 8
6) -)

58.

86% 100%	
69% - 84%	
50% - 68%	
2-	

6.2 Л ВКЛ К В НВБ П ЗН ПВН Л ВК К БИ МНЛЙВГ ПЛ КЛЖ ПШВ П
3-

КВД ПВКЛ

. ПЛ Л ЛВ ПВ ПЛ ЛВД Б К В МН ЙВН

- .)
7
- 1) 8
- 2) И ЛИ ЙВИЛ П 8
- 3) 8
- 4)
- /)
7
- 1) 8
- 2) ПЛИВН КПКЛ П 8
- 3) 8
- 4)
- 0 7
- 1) 8
- 2) 8
- 3) Д В З В МН Г КВК 8
- 4))
- 1 7)
- 1)) 8)
- 2) 8
- 3) 8
- 4) ВИ КЛЖ ЛДБВЖ П К ЛН К ДЙ
- 2 7

- 1) **мл л вив лл н дкл лнв вк б пви к д б 8**
 2)) 8
 3) 8
 4)

3

-) 7
 1) 8
 2) 8
 3) 8
 4) **л в мв п мликвк в ли л л л вй й в клж н лп**
н дклж кпвк кл п

4

- 7
 1) **лп л л вккл пвж нв з ж пвй лн к дй лп вп к млик вй в**
мн г квк 8
 2) 8
 3)
 4) 8

5

-)) 7
 1) 8
 2) - 8
 3) **з лнл пкл- ил й 8**
 4)

6

- 7
 1) 8
 2) 8
 3)) 8
 4) **в вmvнв ивкклв**

..

- 7
 7) **л ж квбл п пл кл д в з н д п8**
 8) 8
 9) 8
 10)

..

- 7
 1) **б к й в з ж пвнвлп м8**
 2) 8
 3) 8
 4)

./

- 1) 8 7

2)

8

3) пїй п кїл п мн ивк б пви к й бвж п й 8

4)

.0

7

7)

)

8

8) мликвк в б пви кїл л бвж п пїй п д нїл кїл) пїл в п мн
й к й и кїй злкпнїлїв л пнїлїк лїж к д л кїл й мнїп кїж
пв к з 8

9)

8

10)

.1

7

7)

8

8) д злкїй внкл п й лнї нїл к б пви к к зл 8

9)

8

10)

.2

7

7) и кїл лд вк пв к з 8

8)

8

9)

8

10)

.3

7

7)

8

8)

8

9)

8

10) пн п м

.4

-

7

7)

%

8

8) мїл л кїл п пнїл) пїл кїл) вїв лїл н дїл) злкїйкїл к лїб л) пв
к лївв л вн вккїл) нв п б пви к в д б л л вккїл илг к в
лїж з вквїл б ккїл 8

9)

8

10)

)

.5

-

7

7)

8

8)

8

9) **НЛ ЛЖ ЛНВ КЛ ПВИ К ЖЙВЛЮ 8**
10)

.6 4) 7)

5) 8

6)

8

7) **З ЛЙ МНВЗ М Л Д В З ЛЖ П ЛН К ДЙ) МЛД ЛИ Ж**
МНВЛЮЛИВ П КВ К В ЛМНЛП ИВК И Л МНЛП ЛЮВЖ П Л П Й Д
ВЛЙ В К К МН Г ВК Ж

/-) 7)

4) 8

5) 8

6) 8

7) **ЛК Д ПДК ПВИ КЛВК МН Г ВК ВЙ**

/ . %

7

1) **З ЛНЛ ПК Й МЛ Л КЛ П Й 8**

2) 8

3) 8

4)

// 3-

7

4) 8

5) 8

6) 8

7) **З ЛНЛ ПК В МЛ Л КЛ П**

/0 7

1) 8

2) 8

3) **З Л П 8**

4)

/1 8

4))

8

5) ./-.3

6) 8

7) **МН Г КВК МЛНК П БЛ МЛ ИВК ЛИВ Л ВК Ж**

/2

4) - 8 7

5) **нл к лдй лг кл пвж** 8

6) - 8

7)

/3 7

4) 8

5) **лзн п пви к лжп й** ;

6) % 8

7)

/4 7

1) **йлп пн лй** 8

2) 8

3) 8

4)

/5 7

4) 8

5) **йлп** 8

6) 8

7)

/6 %) 7

1))

8

2) 8

3) **мл л г джбв пви кл п) к мн ивкк жк л н квк в и вк в**
дблнл вил вз 8

4)

0- 7

4) 8

5) 8

6) **б пви к жнвг й** 8

7)

0. 7

4) 8

5) **мвнв лб лн к дй лп м кл л л пл к з зп клжбв пви кл п** 8

6) 8

7)

0/

7

1) 8

2) 8

3) **н г вл** 8

4)

00 7

- 1) ./-,4- йй нп п8
- 2) .--,3- 8
- 3) .1-,6- 8
- 4) .2-,... 8

01)

- 1)) 7 8
- 2)) 8
- 3)) 8
- 4) и г к в лкз) в

02

- 4) - 8 7
- 5) 8
- 6) 8
- 7) й пви

03

- 4) кз лк и кл л л пл к пнвк нл ккл п лн к дй 8 7
- 5) 8
- 6) 8
- 7)

04

- 4) / 8 7
- 5) 0- 8
- 6) вивд2-. 2 й к п8
- 7) .

05

- 4) мл вккжж кб б и клжн лл мл л кл п 8 7
- 5) 8
- 6) 8
- 7)

06

- 4) : - 8
- 5) 8
- 6) йбвивкк ж в 8
- 7)

1-)

- 4) - 8
- 5) вн бв пви кл п) лбвнг к в ил пн б)
- м л д лил в з вл л вккл п пн б 8

6)
7)

З н пвн п ивк л вкз д пл л жпв п

86% 100%	
69% - 84%	
50% - 68%	
2-	

4 вив вк л кл кж б/м/л/к пви к/ж/и пви п н

4. Л кл к и пви п н

1.)
7) ,)
2-))
)/-.6 /13 % ISBN 978-5-534-07339-3.
7 URL: <https://biblio-online.ru/bcode/438400>
2.)))
2-))))
)/-.68 7 -
...- % ISBN 978-5-534-11767-7
% ISBN 978 5 5.16 / 2 14 0 % -
7 URL: <https://biblio-online.ru/bcode/446107>
3.))
7)
)/-.6 160 % ISBN 978-5-534-09116-8.
7 URL: <https://biblio-online.ru/bcode/431427>
4.)))
2-)))))
).3- % ISBN 978-5-534-10524-7.
7 URL: <https://biblio-online.ru/bcode/430716>
5.))
7 8)))
)/-.6 .56 % 2-))
978-5-534-07551-9. ISBN
7 URL: <https://biblio-online.ru/bcode/438824>
6.)))
7)))
8)))))
)/-.6 /11 % ISBN 978-5-534-05600-6.
7 URL: <https://biblio-online.ru/bcode/441686>

4 / Б/м/л/к пви к и пви п н

1. ISBN 978-5-534-11092-0. URL: <https://biblio-online.ru/bcode/444497>
2. Дворкин, Л. С. ISBN 978-5-534-07657-8. URL: <https://biblio-online.ru/bcode/438414>
3. Жданкина, Е. Ф. ISBN 978-5-534-10153-9. URL: <https://biblio-online.ru/bcode/429446>
- 4.
5. Замараев, В. А. ISBN 978-5-534-07276-1. URL: <https://biblio-online.ru/bcode/437343>
6. Иванков, Ч. Т. ISBN 978-5-534-11441-6. URL: <https://biblio-online.ru/bcode/445290>
7. Серова, Л. К. ISBN 978-5-534-06393-6. URL: <https://biblio-online.ru/bcode/438412>
8. ISBN 978-5-534-07484-0. URL: <https://biblio-online.ru/bcode/437252>
- 9.
- 10.
11. ISBN 978-5-534-11118-7. URL: <https://biblio-online.ru/bcode/444505>

4 0 В Н В В К Н В Н Л К Л Н Й Л К Л П В И В З Л Й К З Л К Л Ж В П К П В К В П

1. www.tssr.ru
2. www.Fizkult-ura.ru
3. www.sportmedicine.ru

4. www.zanfiz.ru/istoriya-sozdaniya-trenazhorov
5. www.bmsi.ru
6. http://studopedia.net/14_11546_volleybol-v-vuze.html
7. http://www.superinf.ru/view_helpstud.php?id=333
8. <http://www.libsid.ru/legkaya-atletika/technika-legkoatleticheskich-vidov-sporta>.
9. <http://herzen-ffk.my1.ru/>
10. www.volley.ru
11. www.sportbox.ru

5 ПВН И КЛ-ПВ К В ЗЛВЛ В МВ ВК В

) %)

) . -) 22

- %- 8

- . 8

- . 8

- S fbt P obbk . 8

- KB . 8

- пр р . 8

- bkfr p . 8

-) P O ? 1 ca .

) 0 -) .3

- . / 8

- - . / 8

- . 8

- .

6 НЛН ЙЙКЛВЛ В МВ ВК В

Н рnbophv Bkaml fk Pb r of v
) .С? 3-161215-133553-1-6231

- Microsoft Open License, 49463448 :
1. Microsoft Windows Professional 7 Russian
 2. Microsoft Office 2010 Russian

