

бкблпвнлп лк пзб б шлу в ллЮ дп кьб Еллбжлзж вбвн vbb
вбвн ищкль лпб нп вккль Юбг вккль лЮ дп пвищкль пфнвг бккбв
шлу в ллЮ дп кьб
Лйливкльзж лпб нп вккшжккб внлбпвп

«Утверждаю»
нлнвзпн мл пфЮл-
й влббфвл злжн Юпв
+ +Мпбйвкзл
/-/0 +

**Рабочая программа предмета
СОО.01.11 Физическая культура**

Лмввб ищкльпш721 +/+ . Ббд жк мл лпн лий
З иб вз вьб шмпзкбз 7ббд жквн
Клнй пв кшжлнлз лЮфкьб70 лб .- йвлвв
лнй лЮфкьб7лфк ь

ЛблЮвк к дlvб кбб пфкль лл л вп зпщпвп блзпп в ббд жк .2 бькь /-/0 +
млпзлзлп 4

Бвз к зпщпвп блзпп в ббд жк КЖ+ ил

Ллбвнг квв7

1+ 1млнп н Юфвжмл н ййш мнвбй вп
. + +ЛЮ 1пщмнбй вккбь мл н ййш
. # влпл мнвбй вп 1пнзпнв LLД
. 0 ЛЮ ь т н зпвнблпвз пфвЮл л мнвбй вп
. † нл бищ ь 1лп иьыц ь ЛЮ вЛЮ дп пвищл л мнвбй вп
/+Лпнзпн в 1лбвнг квв мнвбй вп
/+ ЛЮвй в ббшпфвЮлжн Юпш
/# вй пфвлзбжми к в 1лбвнг квв мнвбй вп
0+Мил ь нв ивд vbb мнвбй вп
0+ нвЮ кь з й пнв ищл-пвткбфвлзйлмлЮ мвфкбь
0# +Вк лнй влкквл ЛЮ мвфкбв нв ивд vbb мл н ййш
0-0 нл н ййквл ЛЮ мвфкбв
1+3лкпнлиць лувкз нвдпщл пл л лквбь мнвбй вп

1. Паспорт рабочей программы предмета

Увицы нв ивд vbb мл н ййш ь иьвл ь блпбг вкбв пмпзквз й в ми кбнпвй шт нвдпщл пл 7злймвпквбж в злймвпккклпвж) лмнвбвиьвй шт ивфклпкшй в) 1 вй вжшй в) ЛЮ влп вккшй в) лпнб нп вккшй в млпнвЮлпъй в в лдйлг клпъй в ЛЮф ыц в лъ 1п ну в л и злищл л лдн 1п) вкбб ббтищлжлЮ дп пвищлжпн вэлнбвжв лн д впъ в 1лплькбвй дблнл щ+

Блпбг вкбв млп ивккж ввиб мнвбпй пн вп нви вкбв 1ивбтыц вт ллкл кшт д б ф7

1млЛЮл л щ лнй внл кь нл 1бжзлж н г б клзлжббкпфклпб ЛЮф ыц вт ь8 ЛЮ мвфпщблпбг вкбв ЛЮф ыц бй в ь ЛЮ дп пвищшт нвдпщл пл 1лп влп бб 1 пнвЮ кьй в) пп кл ивккшй в вбвн ищшй лпнб нп вккшй ЛЮ дп пвищшй 1п кб нпй 1нвбквл ЛЮ в л ЛЮ дп кь+

1.1. Область применения программы

Ев ивд vь 1нвбквл л ЛЮ в л ЛЮ дп кь мнвбви т Л L Л мл мл н йй в млб лп з в 1мввб ивлп 1нвбквл л дк мл 1мввб ищлпб Бвд жк мл лпн 1иьй) 1лп влп бб LL L Л мл 1мввб ищлпб 21+ /+. Бвд жк мл лпн 1иьй) пп внг бвккл л мнвз дпй бкмнл вц вкбь Ел 1бб лп -2 й ь /-// + 0-5) 1 пфвлпй пнвЮ кьж LL 1нвбквл л ЛЮ в л ЛЮ дп кь) пп внг бвккл л мнвз дпй бквлпнп ЛЮ дп кь в к пз в Ел 1бжзлж вбвн vbb лп 17 й ь /-./ 1.0) 1 пфвлпй мнвз д бквлпнп млл вц вкбь Ел 1бжзлж вбвн vbb лп ./ пп /-// +К 40/ Л квлкбб вдй вккбж вбвн ищшж лпнб нп вккшжлЮ дп пвищшжлп кб нп 1нвбквл л ЛЮ в л ЛЮ дп кь) пп внг бвккшж мнвз дпй бквлпнп ЛЮ дп кь в к пз в Ел 1бжзлж вбвн vbb лп 17 й ь /-./ +К 1.0.

1.2 Место предмета в структуре ПССЗ

МфвЮшж мнвбй вп LLЛЮ1.11 вбфвлз ь зпнщпн ь иьвл ь ЛЮд пвищшй мнвбй влпй мнвбй вккж ЛЮ 1пб вбфвлз ь зпнщпн) ьзлил ь в лкл ш Юдм 1клпб г вквбь впвищлпб LL 1нвбквл л ЛЮ в л ЛЮ дп кь LL LLЛ .

пфвЮлй ми кв LLД пфвЮшж мнвбй вп вбфвлз ь зпнщпн лккл вп ь з ЛЮд пвищшй ЛЮ вЛЮ дп пвищшй пфвЮшй мнвбй вп й) лнй внпвй шй вд мнвбй вккшт ЛЮ 1пвж млбмпкзп .5-0+ LL LLЛ+Вдпфкбв мнвбй вп мнвбпй лпнвкл к Юдл лй пп кв в к мн ивкл к блпбг вкбв ивфклпкшт) йвп мнвбй вккшт в мнвбй вккшт нвдпщл пл ЛЮфкь 1лп влп бб 1 пнвЮ кьй в LL LLЛ+

1.3 Общая характеристика учебного предмета

Увицы вдпфкбь пфвЮл л мнвбй вп вбфвлз ь зпнщпн к пп кв 1нвбквл л ЛЮ в л ЛЮ дп кь ь иьвл ь лнй внл кь мл ЛЮф ыц вт ь пп лжфб шт йлпб л в млпнвЮлпвж Ювг клий лккли вкбб з 1 лвйт дблнл щ) ввилпклий н д впбб вбфвлз вт в

мl бтбфвлзбт з фвлп) п лнфвлзлй бlмлнццл кbb lнвblп бдбфвлзлж зпнццпнш
 лн кбд vbb дблнл л л л lЮ д г бджб+
 Дб ф й б влпфвкбъ пфлЮл л мнвбйвп бдбфвлз з пнццпн ь иьыпль7
 - н д бпвб б б пвицкж зпб клпб пф ц бтль8
 - бллпбг вкбв млилг бпвицкжбк йбзв н д бпбб лкл кшт бдбфвлзбт з фвлп 8
 - мл ши вкбв пкзвблк ицкшт лдйг клпвжлкл кшт lблпвй лн кбдй 8
 - лнй бнл кбв млпнвЮлпб lблпвй пбфвлзбт д кьпбьт бдбфвлзлж зпнццпнлж б
 lмлнпшй 8
 - лнй бнл кбв lблпвйшдж кбжл бдбфвлзлй lл вни вклп л кbb фвил вз 8
 - мнблЮвпкбв лмшп лн кбд vbb l йлпльпвицкшт д кьпбж бдбфвлзлж зпнццпнлж l
 пфлпшй бкбб ббтицкшт лlЮжкллпвж b lмл lЮлпвж8
 - лнй бнл кбв пйвкбъ мнбйвкьпц lнвblп бдбфвлзлж зпнццпнш биь лн кбд vbb
 пфлЮлж б блл мл лжбвьпвицклпб.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

1. Планируемые личностные результаты освоения учебного предмета:

l лнй бнл кклпшц н г б клзлж млдvbb лЮф ыц в лль з з зпб кл л б
 лп влп п вклл лфивк нл lбжзл л л lЮ влп 8
 ллдж кбв l лбт зклпбпмвблккшт мн б лЮд кклпвж) т г вкбв дзлк б
 мн лмлнбз 8
 мнбкьпв пн бvвблккшт к vблк ицкшт) лЮ вфвил вфвлзбт пй кблпбфвлзбт б
 бвйлзн пбфвлзбт ввкклпвж8
 ллп клпшц млпб лпльпц ббвилл бб злпнвйбдй) к vблк ибдй) зlвкл лЮб)
 бблзнбйвк vbb мл lлvб ицкшй) нвиб влджшй) н lл шй) к vблк ицкшй мнбдж з й8
 ллп клпшц влпб lл йвлпкпы бвьпвицклпшц бкпвнл т н г б клзл л л lЮ влп)
 пф lп л пшц l йлмн ивмбб лЮ влЮ дп пвицкж лн кбд vbb б бвлзл-
 ыкли влзбт лн кбд vбьт8
 пйвкбв д бйлбвжп л пшц l lлvб ицкшй б бклпбпшй б lлп влп бб l бт
 пкзvбьй б б к дж фвкбвй 8
 ллп клпшцз пй кбп нклжб лилкпвнлзлжбвьпвицклпб8
 l лнй бнл кклпшцнл lбжзлж н г б клзлж ббвкпбфклпб) м пнблпбдй) т г вкбъ з l лвйт
 к нлбт) фт lп лп влп п вкллпб мнвб Елббкж) лнблпб д l лж зн ж) l лы Елббкт) l лж
 ьдшз б зпнццпн) мнли илв б к lпльц ввйкл лк vблк ицкш л к нлб Ел lbb8
 ввкклпквл лпкли вкбв з lпб нлп вкшй lбй ли й) бlпнбфвлзлйтб мнбнлбклйт
 к lивббы) м йькбз й) пн бvвбьй к нлбл Ел lbb) блпбг вкбьй Ел lbb к пзв) бlзп lп в)
 lмлнпв) пвтклил бьт бпнбв8
 ббвжк ь пЮг бвкклпшц) ллп клпшцз lинт вкбь б д ц бпв Лпвфвлп) лп влп п вкклпшцд
 в л lпбшЮ8
 ллдж кбв бпгл кшт ввкклпвж нл lбжзл л к нлб 8 l лнй бнл кклпшцкн lп вккл л
 lлдж кбъ) ьбфвлзл л мл вбкбъ8
 lмл lЮлпшцлвкб пшц lбпмvбы б мнбкбй пшц lлдж ккшв нви вкбъ) лнбвкпбнпшцк
 йлн ицкш-кн lп вккшв клнйш б ввкклпб8
 ллдж кбв ибфкл л зи б млпнлвкбв ппшжфб л л lЮбтц в л8
 лп влп п вкклв лпкли вкбв з l лвй нлбьпвиьй б вив бнм бй фивк й lвйшф) lлб кбь lвйшф
 к lкл в ллдж ккл л мнбкьпб ввкклпвж lвйвжлж г бджб lлп влп бб l
 пн бvвбьй б к нлбл Ел lbb8
 l лнй бнл кклпшц дблнл л л б lЮдм lкл л л lЮ д г бджб) лп влп п вккл л лпкли вкбъ з
 l лвйтдблнл шь8
 млпнвЮлпшц бдбфвлзлй lл вни вклп л кbb) д кьпбьт lмлнпб кл-лдблнл бпвицкж
 бвьпвицклпшц 8
 зпб клв квмнбьпв нвбкшт мнб шфвз б вкшт лнй мнбфбквкбъ нвб бдбфвлзлйтб
 мl бтбфвлзлй мдблнл шь8
 ллп клпшцз пнббт) ллдж кбв ввкклпб й lпвнлп) пнпблиы lЮв8

лпл кліщз зпб клж бьввицкліпб пвтклил бфвлжз в Ілвб ищкжз к мн ивккліпб)
ІмлІЮліщзбквббнл ш)ми кбнл щзб І йліпльпвицкл шмликъщзп зпы бьввицкліпш8
бкпвнвл з н дивфкшй І вн й мнл вліблк ищкжзбьввицкліпб)пйквбв Іл вни щзілдж ккшж
шЮн Юбщз вжмнл влібб б нв ибди ш щзілЮп вккшв г бджккшв ми кш8

лпл кліщз ІмлІЮліщзз лЮ ді кбы б І йллЮ ді кбы к мнлпг вкбб Івжг бджб8
І лнйбнл ккліщзйбнл лднвкб) Ілп вліп пыц в л Іл нвйвкклітпнл кы н д бпбь к пзв в
лЮ вліп вккжз мн зпзв) Ілкл ккл л к бб ил в зпищпн) ІмлІЮп пыц в л Ілдж кбы І лв л
йвліп млибзпищпнклі йбнв8

лілдж кбв вкккліпб к пфкжз бьввицкліпб) лпл кліщз ліщзліп иьщз мнлзпкты в
бліивбл пвищзпы бьввицкліщзкбб ббт ищл в нпммв+

2. Планируемые метапредметные результаты освоения учебного предмета:

/ +Л и бкбв пкб вні ищкшй б пфвЮшй б мдж пвицкшй б бвжп бьй б7

Юді шв ил бфвлзбв бвжп бь7

І йліпльпвицкл лнйпнл щз б зпт ибднл щз мнлЮвйт) н Ій пнб щз вв
Івлпнлккв8

пІп к ив щзілщзліп вккшж мнбдж з вив лікл кбь бив Ін кккб)зи ІІв бз вбб в
лЮЮ вкбь8

лмнвбвищзвив бьввицкліпб)д б щз мн йвпш б знбпнбб вт бліпг вкбь8

шь иьщз злкліпвккліпб в мнлпб лнвфбь н Ій пнб вйшг ь ивкбьт8

клібщз злннзпб ш бьввицкліщз) лувкб щзілліп вліп бв нвдтщз пл ввиьй)
лувкб щзілліп вліп бжбьввицкліпб8

ЮЮді шв бліивбл пвищззбв бвжп бь7

и бвщз к шз йв пфвЮл-бліивбл пвищзлж в мнлзпкжз бьввицкліпб) к шз йв
нви вкбь мнлЮвйт8

ІмлІЮліщз лпл кліщзз І йліпльпвицклітмллізтйвлібл нви вкбь мн зпбфвлзбт
д б ф)мнбйвккбь н дивфкшт йвлбл мдж кбь8

л и бкбв бб йв бьввицкліпб млімпфкбь кл л л дж кбь) в л бкпвнмнп вбб)
мнвлЮ ді кбы в мнбйвккбь н дивфкшт пфвЮшт Ібпмвбьт) шй фблів мнб
Ілдж кбб пфвЮшт б Ілвб ищкшт мнлзпл 8

лнйбнл кбв к пфкл л пбм йш ивкбь) и бкбв к пфкжзпнй вклил бвж)зиыфв шй в
мкьпбьйв б йвлб йв8

Іп бщз в лнйпнл щзілІЮп вккшв д б фб лЮ ді пвицкжз бьввицкліпб в
г бджккшт Ібпмвбьт8

шь иьщзмнбфккл-ліивбліп вккшв І ьдв в зпт ибднл щзд б фт) шб в щз вмпвдт
вв нви вкбь) к тлббщз н пйкпш бив блз д пвищзп І лвт пп внг бкбж) д б щз
м н йвпш б знбпнбб нви вкбь8

к ибднл щзіл тлбв нви вкбь д б фб нвдтщз ш) знбпфвлзб лувкб щзіл
блліп вккліщ)мнл клднл щзбдйвккбь кл шт пІил бьт8

пйвщзмнвкклібщзкбь мдж пвицкты в мн зпбфвлзпы лЮ Іпб г бджбьввицкліпб8
н Юп І бк лнй вбвж7

и бвщз к шз йв млімпфкбь вк лнй вбб бд бліпфквзл н джшт пбмлі) І йліпльпвицкл
ліщзліп иьщзлтліз) к ибд) Іблпвй пбд вбы в бкпвнмнп вбы вк лнй вбб н дивфкшт
ббл в лнй мнбліп ивкбь8

Ілдж щзпвліпш н дивфкшт лнй п т І пфвліп к дж фкбь вк лнй вбб в ввив лж
пббпнбб) шЮн ь лмпбй ищкты лнйтмнбліп ивкбь в вдт ибд вбб8

лувкб щзілліп вккліщ) ив вліпйккліщзк лнй вбб) вв Ілліп вліп бв мн л шй в
йлн ищк-ьпфвлзбй клнй й+

/ +Л и бкбв пкб вні ищкшй б злйпкбз пб кшй б бвжп бьй б7

лЮ вкбв7

ліщзліп иьщззлйпкбз вбб л Івт І вн т бьввицкліпб8

н д вкпшл в ил бфкл вди щзіл пы шфзтднвкбь І блмі нГ А и кбы шф

н лмдж пщкв внЮищшв лнвблп лЮ вкбь) млкбй пщдж фвкбв ллвб ищшт дж зл)
н лмдж пщмнвбмлшизв злк ивзпкшт лбпм вбжб лйь ф пщзлк ивзпш
Юл йвлпк ь бьпвищклпщ7

млкбй пщб блмищдл пщмнвбйпцвлп злй кбклжб бкбб ббмищклжн Юпш8
мнвби пщ кл шв мнлвзпш) лувкб пщ ббвь л млдвббб кл бджш) лнб бк ищклпб)
мн зпбфвлзлжжк фбйлпб8

ллпцвлп иьщмдбпб клв лпн пв бфвлзлв мл вбкбв н дивфкшт лбпм вьт) мнль иьщ
п лнфвлп л б ллЮ г вкбв) Юпщбкбвб пб кшй +
/ +л и бкбв пкб вл ищшйб нв пьпб кшйб бвжп бьб7

л йлн кбд вьб7

л йлпльпвищкл ллпцвлп иьщ мдж пвищкы бьпвищклпш) шь иьщ мнлЮвйш)
лп бщ б лнйпнл пщ ллЮп вккшв д б фб лЮ дп пвищкж бьпвищклпб б
г бджккшт лбпм вьт8

л йлпльпвищкл ллп иьщми к нви вкбь мнлЮвйш л пфвлпй бйвыц бтль нвлпшл)
ллЮп вккшт лдйг клпвжб мнвбмлфвкбж8

н лц вьпшн йзв пфлЮ л мнвбйвп к ллкл в ивфкшт мнвбмлфвкбж8

бви пщлпдж ккшж шЮн) н пйвкпнл пщв л) Ю пщлпвлп вкклпщд нви вкбв8

лмллЮп л пщ лнйбнл кбы б мнль ивкбь и бнлзлжънббвбб н дивфкшт лЮ лпът
дж кбж) млпльккл мл ши пщ лжлЮ дп пвищкжб зпщпнкшжпнл вкш8

лувкб пщмнблЮвпккшжлмш8

Юл йлзлкпнлищ7

и бвпщк шв йб мдж пвищкжнв ивзлбб з з ллдж кбь лл вни вйшт бвжп бжб)
йш иьпвищшт мнлвлл) бт нвдпшц пл блкл кбж8

блмищдл пщмнвбйшнв ивзлбб бив лувкзб лбпм вбб) шЮн вккл лнви вкбь8

ьйлвблк ищшжбкпвиивзп) мнвбмли ыц бжл лнйбнл кклпщ7

л йлпдж кбь) зиыф ыц в л лмллЮлпщ млкбй пщ л лв ьйлвблк ищкв ллплькбв)
ббвпщк мн ивкбв н д бпбь ллЮп вкклж ьйлвблк ищкжл вшш) Юпщпм внвккшй ллЮ;

л йлнв пнл кбь) зиыф ыц в л л йлзлкпнлищ) пйвкбв мнбкбй пщлпвлп вкклпщд
л лв мл вбкбв) лмллЮлпщ б мпнл пщъ з ьйлвблк ищшй бдйвккбьй б мнль иьщ
бЮлпш) Юпщлпзшшшй кл лйп8

кпшвкквж йлпб вбб) зиыф ыц вж лпнвийвкбв з блпбг вкбь ввиб б пмвп)
лмпбй бдй) бкбвб пб клпш) пйвкбв бвжп л пш) блтлбь бдл лбт лдйг клпвж8

ьйм пбб) зиыф ыц вж лмллЮлпщ млкбй пщ ьйлвблк ищкж ллплькбв бнмбт)
пфбш пщ в л мнб ллпцвлп ивкбб злйпкбз вбб) лмллЮлпщ з ллфлп бь б
лмвнвг б кбы8

мнбкьпбв ллЮ б бнмбт иьбвж7

мнбкбй пщлЮ) млкбй ь л лв квблп пзб б бллпбкп 8

мнбкбй пщлпб шб н пйвкпш бнмбт иьбвжмнб к ивдв нвдпшц пл бьпвищклпб8

мнбдж пщл лв мн л б мн л бнмбт иьбвжк лц бЮб8

н д б пщлмллЮлпщмлкбй пщйбн л млдвббб бнмл лфвил в з +

3. Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета:

В результате освоения предмета обучающийся должен:

знать/ иметь представление:

3.1 н джллЮ джшв лнйш б ббш бдзпшцпнклж бьпвищклпб бив лн кбд вьб
дблнл л л лЮ д г бджб) зпб кл л лпшг б бллм) пшй фблйв млб ллп зв з
пмликвкбь клнй пб л лвнл лбжзл л бдзпшцпнкл-лмнпб кл л злй мивзл ллп з
пнбтлб лЮнлкв л ;

Д# лл нвийвккшв пвтклил бб пнвмивкбь б ллпн квкбь дблнл ш) млббвнв кбь
н ЮпшлмллЮлпб) мнл би зпзб д Юив кбж) л ьдккшт л пфлЮлж б
мнлбд лблп вкклж бьпвищклпш8

Д0 ллкл кшв лмллЮлп йлзлкпнлищ бкбб ббмищшт мз д пвиждблнл ш) пйлп вкклжб
бдфвлзлжн ЮпшлмллЮлпб) бк йзб бдфвлзл лн д бпбь б бдфвлзбт з фвлп +

Д# бдбфвзбв пмн г квкбьб н дкж пкзвблк ищкжк мн ивкклпб) злпншв йлг кл блмлицдл пщ нвг бйв пфвЮлж б млбд лбп вкклжбвьпвицклпб л ввищы млл би зпзб мвнвпшйивкбь б лтн квкбь шлзлжн Юплл млл лЮлпб+

Уметь/ владеть

М# блмлицдл пщ н дкжлЮ джшв лнйш б ббш бдзмищпнкж бвьпвицклпб биь лн кбд vbb дблнл л л лЮ д г бджб) зпб кл л лбшт б бллм) пшй фблив млб лш зв з шмликвкбь клнй пб л лвнллбжзл л бдзмищпнкж-лмнпб кл л злй мивзл лшл з пнпбтб лЮнлкв Л 8

М# лл нвйвккшйб пвткллл бьйб пэнвмивкбь б лтн квкбь дблнл ш) млббвнг кбь н Юплл млл лЮлпб) млл би зпзб д Юив кбж) л ьд ккшт л пфвЮлж б млбд лбп вкклжбвьпвицклпшы;

М# лкл кшйб лмллЮйб л йлзлкпнлий бкбь ббмицшт млз д пвивж дблнл ш) пйп вкклж б бдбфвзлж н Юплл млл лЮлпб) бк йбзб бдбфвлл л н д бпбь б бдбфвлзбт з фвлп 8

М# бдбфвзбйб пмн г квкбьб н дкж пкзвблк ищкжк мн ивкклпб) блмлицдл кбв бт нвг бйв пфвЮлж б млбд лбп вкклж бвьпвицклпб л ввищы млл би зпзб мвнвпшйивкбь б лтн квкбь шлзлжн Юплл млл лЮлпб8

М# пвткбфвзбйб мнбвй йб б б б пвицшйб бвжп бьйб Юдл шт ббл лмнп) зпб клв мнбйвккбв бт бдзмищпнкж-лблнл бпвицкж б лнв кл пвицкж бвьпвицклпб) л внв бллм) млл влблк ищкж-мнбзи бкжл внв8

М# лмнвбвиьпщмлилг бпвицкты бк йбзм н д бпбб лкл кшт бдбфвлзбт з фвлп лвищ, Юл пнлпш) шклл иб лпб) бЮлпб б ил злпб +

2. Структура и содержание предмета

2.1 Объем и виды учебной работы

ббш пфвЮлжн Юпш	ЛЮвй) з бвй бфвлзбв ф лш
ЛЮвй н Юпш лЮф ыц бтль л д бйлбвжп бб л мнвмлб пвивй	72
. л вй вл пн	
н зпбфвлзбв д кьпбь	32
лнй млй вг пшлфкж ппвлп vbb - пвлпбнл кбв	
/ л вй вл пн	
н зпбфвлзбв д кьпбь	46
лнй млй вг пшлфкж ппвлп vbb бб внвкvbнл ккшжд фвлп	
л в л ф л мл мнвбй впт	72

2.2 Тематический план и содержание предмета

Наименование разделов / тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч. / в том числе в форме практической подготовки, ак.ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
<p>1. Основы знаний о физической культуре, умения и навыки</p>	<p>Длнл шж лЮ д г бдж вил вз + Ллкл ш лнй вил кь зпшщпш пви) зпшщпш б бг вкбж) зпшщпш длнл ш+ Елиц б дж фвкбв д кьпбж вбфвл злж зпшщпшлж лнй вил кьб ибфклпб+ ЛЮ бв мнвблп ивкьб лЮ дллнл бпвищпшт l блпвй т вбфвл зл л лмбп кьб+ зпб кшжлбшг б лнй ш в л лн кьд vbb lнвблп йб вбфвл злж зпшщпш+ Лн кьд vблкшв лкл ш д кьпбж вбзпшщпшкл-дллнл бпвищпшлж бьпвищклпш) пнвЮ кьб з Юдтм lклпб б мнл би зпзв пн й пвдй) мн би млбЮн вбфвл збт пмн г кькбж б вбфвл збт к нцлз+ ЛЮ бв мнвблп ивкьб л н Юлпмл лЮлпб фвил вз) б вкбфвл збв й влмнбьбь бьбь ллп кл ивкьб б мл шп вкьб н Юлпмл лЮлпб нвг бй в бкь б мллвл l в д кьпбж вбфвл збй б пмн г кькбь б7 пшнвкьб д ньбз б вбзпшщпшклжм пшп лкл ш l лбвнг кьб) ми кьнл кьб б блдвнл зб пмн г кькбж) д з иб кьв лн кьдй lмл лЮй лЮб кьб ми кьнл кьв б блдвнл з) l йлй l l г) нви зl вьб лЮ бв мнвблп ивкьб + Вlплнбь д нлг бькьб бнв кьт Либй мьж зьт б н йб т б ив вкб т+ ЛЮ бв мнвблп ивкьб лЮ блплнбь лджвзкл вкьб Lл нвй вкшпш Либй мьж зьт б н) нлиц швн бв Зпшщпшкь бт lп кл ивкьб б н д влпб+ Либй мьж зьлв б бг вкьб Ел l l б) шб ьц бвлъ пмвт б лпвфвлп вкшпш lмлнп й вкл + З лЮ влп б фвил вз) млкьпбв З ибфклпб+ Увкклпкшв лнбвкп vbb бкьб ббт ищлж вбзпшщпшклж бьпвищклпб7 пьнвмивкьбв дллнл ш) вбфвл зьлв l л вни вклп л кьв б лнй вил кьв ДПГ + Lл нвй вкклв Либй мьж зьлв б вбзпшщпшкь l l л лв б бг вкьб+ Вlплнбь l дб кьб L+ Увиб) д б фб б мнбкьвмшп злй мивз l L+</p>	<p>4</p>	
	<p>н зпфвл зьв д кьпь</p>	<p>4</p>	

<p>2. Психолого-физиологические основы. Способы физкультурной деятельности</p>	<p>Ллп ивкбв б шмликвкбв злймивзл пмн г квкбж лЮ вж б лмвв ищкж бдбфвлзлж млб лпл зб+ Ллп ивкбв б мл вбкбв л йлпльпвицшт д кьпбж мл л вни вклп л кбы бкбб ббм ищкж пвткбзб б б пвицшт бвжп бж б н д впы бдбфвлзт з фвлп к мнбйвнв лбкл л бд бл лмлп +К Юыбкбь д нвг бй йб бдбфвлзлж к нцзб л нвйь д кьпбж лмлпб клдблнл бпвицкж пнкбнл злж+ К Юыбкбь д кббб ббм ищкж бк йбзлж бдбфвлзлж млб лпл ивкклпб лблпвй в пнкбнл лфжшт д кьпбж к мнбйвнв лбкл л бд бл лмлп + Лпбвжп л млп пвжу бт лмлпб кшт лнв кл кбж к мнбйвнв лбкл л бд бл лмлп з фвлп в лпбцф биб мйлц кбз лпбцф +Ллп ивкбв б шмликвкбв бкбб ббм ищкшт злймивзл мл злннвз vbb лл кзб б пвил илг вкбь) млл би зпзв млл злпмбь) б мпб клж бдбфвлзлж зпвицпнв л пфвпий бкбб ббм ищкшт мтз д кбж дблнл шь) бдбфвлзл л н д впы б бдбфвлзлж млб лпл ивкклпб + Ллп ивкбв б млл вбкбв кббб ббм ищкшт д кьпбж бдбфвлзбй б пмн г квкбьйб к н д впв лкл кшт лблпвй лн кбдй +З лкпнлиц бдбфвлзлж к нцзб б вв нв пнбл кбв л нвйь д кьпбж бдбфвлзбй б пмн г квкбьйб мл ф лпвп лнбвфжшт лзн ц квбж) кви кбй мнбдж з й) л йлфтлп бы + нл вбкбв пнкквж д нбзб б бдзпвицпнкшт м пд д кьпбж дблнл бпвицкж тлбцфж б Ю лй) млл пвжу бт лмл лЮ б мнбвйл л йлй лл г б нви зл vbb+Ллп ивкбв б млл вбкбв л йлпльпвицшт д кьпбж мл бб й блмшп кбж б л йлмб лпл зб з лб фв клнй б пнвЮ кбж ЛЗ Л +</p>	<p>3</p>	
	<p>н зпбфвлзбв д кьпбь</p>	<p>3</p>	
<p>3. Медико-биологические основы физической культуры</p>	<p>Елиц з б лмлп млл би зпзв д Юив кбж+ Лкл ш лн кбд vbb б б пвицл л нвг бй) т н зпнвлпз пмн г квкбж б млбЮн лнй д кьпбж д блбйлпб лп лл лЮкклпвж кббб ббм ищкж пфвЮлж бвьпвицлпб) л йлфтлп бы б мтз д пвицж дблнл шь+ нвбкшв мнб шфзб) мнбфкш бт лджзкл вкбь б м пфлв ивкбв к дблнл шь.</p>	<p>2</p>	
	<p>н зпбфвлзбв д кьпбь</p>	<p>2</p>	
<p>3. Приемы саморегуляции</p>	<p>млл вкк ь пнкбнл з + лбтлйшц вфк ь б мл бтлнв пнбнпц ь пнкбнл зб+</p>	<p>1</p>	
	<p>н зпбфвлзбв д кьпбь</p>	<p>1</p>	
<p>4. Баскетбол</p>	<p>Лл лвкбв лкл кшт лпвз лфвп кбб л мнвб бг вкбьйб+ Лл лвкбв н дивфжшт лмл лЮ мнвб бг вкбь л пвткбфвлзбй б мнбвй йб+ Ил иь б мнвб фб йьф н дивфжшйб лмл лЮйб) плий фблив б бг вкбб+ вбкбв йьф ив лж б мн лж нпзлж л бдй вккбвй лзлнлпб+ вбкбв</p>	<p>18</p>	

	<p>йьф Юд днбвищл л злкпнлиь+ вбкбв йьф l lвктнлккшй нбпйлий б бг вкбж нпз b l йьфлий b кл + вбкбв b мвнвб ф бд нпз нпз b+ ьк u зb l вбкбвий+ вбкбв йьф l b l млицдл кбвий днбвищлт л н кбфвкбж+ нлзб йьф лбкж б пий нпз й b l внтм+ нлзб йьф лбкж нпз лж l внтм мншг зв8 l йвлп 8 б бг вкбб+ нлзб мвнвфбл ивккшй b l мллЮй b l л l нвкбт бблп kvbж8 мл к мн ивкбы мнйил мвнвб ц бпий 8 l l мнлпб ивкбвий д ц бкбз + Е джлЮ джшв bl тлбкшв млицг вкбь мвнвб Юлзлий+ нлзб ив лж b мн лж нпз лж+ пн кшв Юлзб+ ЛЮ кшв б бг вкбь+ нлпб лбвжп бь д ц бкбз Юлзтийьф злндбкп+ Лл лвкбв п зпфвлзвт бвжп бж+ внйвклил бь+ иькбв b нл шт пмн г квкбжк н д бпбв злнбкк vблккшт l мллЮл пвж) ml бтлт бй бфвлзбв мнлвл l ш8 л мбп кбв кн l п вккшт b лив шт з фвлп + мнб д кьпът ЮлзвпЮлий+ Лн кбд vь b мнл вбкбв l нв кл кбж+ L йлзлкплицб блдбнл з к нпз b+</p>		
	<p>н зпфвлзбв д кьпъ</p>	<p>18</p>	
<p>5. Волейбол</p>	<p>внйвклил бь+ иькбв b нл шт пмн г квкбжк н д бпбв злнбкк vблккшт l мллЮл пвж) ml бтлт бй бфвлзбв мнлвл l ш8 л мбп кбв кн l п вккшт b лив шт з фвлп + мнб д кьпът ливжЮлий+ Лн кбд vь b мнл вбкбв l нв кл кбж+ L йлзлкплиц б блдбнл з к нпз b+ вкбз b п зпз b нш</p>	<p>16</p>	
	<p>н зпфвлзбв д кьпъ</p>	<p>16</p>	
<p>6. Гимнастика с элементами акробатики</p>	<p>Ллкл ш Юлийвт кьзв бйк l пфвлзвт пмн г квкбж+ иькбв бйк l пфвлзвт пмн г квкбжк пвил илг вкбв фвил вз + мнб д кьпът бйк l пзлж+ Лз д кьв мвн лж млийц б мнб д кьпът бйк l пфвлзбй b пмн г квкбьй b+ L йлзлкплиц мнб д кьпът бйк l пзлж+ L мнпб к ь бйк l пз l ывй вкп й b знлЮпзв8 знлЮпфвлзбв злийЮк vbb бд u влпб ывй вкп) зийф ыц бв бйккшж зт шлз мвнвб фвнвд мнвмлп бв) мвнв ллп Юзлий b знлЮпфвлзбв ывй вкпш</p>	<p>10</p>	
	<p>н зпфвлзбв д кьпъ</p>	<p>10</p>	
<p>7. Легкая атлетика</p>	<p>Лл вни вкп л кбв к шзл тлбщЮ+ вкбз Ю +Млзлнкбвл мвнвтлблй Ю мл бквнвбб+ L мввб ишкшв Ю л шв пмн г квкбь b д б кь l н дивфшй b звкп й b+ Лл вни вкп л кбв к шзл Ю + Знл l мл li Юмвнв вфккж йвлпклпв+ ншг зб к лбкжккл в8к б пт кл т8 l кл б к кл п8 к йвлпв8 l мл ллп й б8 l мнлб бг вкбвий мвнвб б к д б8 l л l з излж+ ншг зб шлпш8 бйкп8 l йвлп 8 l н дЮ + ншг зб фвнвд влпвп вккшв мнвмлп бь) злфзб)</p>	<p>18</p>	

	двй иькшв лд ши вкбъ б п+ м+) l йлпльпвицкл б м н т+ ви квв й ил л йьф н дивфжшй б lмл лЮй б+ нлзв к Ю кл л йьф н дивфжшй б lмл лЮй б+ Лlкл ш Юлйвт квзв ив зл пивпбфвл звт пмн г квкбж+ иькбв ив злж пивпзв к н д впвв б б пвицкшт з фвлп + мнб д кьпът мнб млл вбкбб д кьпж ив злж пивпзлж+ L йлзлкпнлиц мнб д кьпът ив злж пивпзлж+ н би млл вбкбъ lнв кл кбж+		
	н зпбфвл з вв д кьпъ	18	
нлйвг шлфк ь пвлп vь пвлпнл квв			Дт Дт)Мт МВ
нлйвг шлфк ь пвлп vь бб ввквнл ккшжд фвл			
l в л ф l л		72	

Контрольные нормативы

Основные нормативы по гимнастике

М,М	вдбфвл з вв пмн г квкбъ	клу б			Бв тп з в		
		5	4	3	5	4	3
1.	лбчвй пмл бц д 3- lвз	52	47	42	45	40	35
2.	лбчвй пмл бц д 0- lвз	23	22	20	21	20	16
3.	L бЮкбв б н д бЮкбв нпз пмлнв ивг	40	37	32	15	14	13
4.	К зилк мвнвб в д млиг вкбъ lбъ кл б нлдцк u внвкм lпмлш	+12.0	+11.0	+8.0	+13.0	+12.0	+9.0
5.	лбъ б квв к втквж, квг квжмвнвзи бквв	12	10	8	18	15	12
6.	bl к l л кпшг нпз т	51	46	42	41	39	33

Основные нормативы по легкой атлетике

М,М	вдбфвл з вв пмн г квкбъ	клу б			Бв тп з в		
		5	4	3	5	4	3
1.	в .-. й) lвз	13,6	14,5	15,0	16,0	16,5	17,0
2.	в .-.- й)йк	3.40	3.55	4.10	4.26	4.30	5.00
3.	в 0-.-.- й)йк, /-.-.- й)йк	13.00	13.30	14.25	10.00	11.30	12.30
4.	ншг лз бивкмл н дЮ)lй	460	420	370	380	340	310
5.	ншг лз бивкмл йвлп)lй	235	220	200	205	190	170
6.	ншг лз шлпмл н дЮ)lй	135	130	120	120	115	105
7.	вл квв н к шш 4-- н+, 2-- н+	38	32	26	22	18	12

Техническая подготовленность (баскетбол)

М,М	вдбфвл з вв пмн г квкбъ	клу б			Бв тп з в		
		5	4	3	5	4	3
1.	нл lз лбклж нпзлж l йвлп бвлп квв 2 й)l 2-пв шфвз .- Юл lзл	8	6	4	7	5	3
2.	нл lз лбклж нпзлж мшг зв l l)2 й)l 2- пв шфвз .- Юл lзл	8	6	4	7	5	3

Техническая подготовленность (волейбол)

М,М	вдбфвл з вв пмн г квкбъ	клу б			Бв тп з в		
		5	4	3	5	4	3
1.	вткбъ мнй ь млб ф к пфклпщ дкм 3)2). з г бпы мл/ н д)3 млшпз	5	4	2	4	3	1
2.	К м б ыц бж пб н в д дкш l / дкм 2)3). з г бпы млб н д)3 млшпз	5	4	2	4	3	1
3.	нвй йьф в д дкш 2 дкм/Ю мл пнб мнбвй з г бпы дкм)3 мнвб ф	5	3	2	4	2	1
4.	илзвнл квв к м б ыц в л пб н) 2 млшпз	4	3	2	3	2	1

3. Условия реализации предмета

3.1 Требования к материально-техническому обеспечению

к л л пкзvблк ищкшж lмлнпв кшж злймивзl Лйли М бий мнл вбквбь д кпбж lвйбк нlзл л пвм) нпммл шт в бкбб ббтищштг злкlпищ vбж) пвзпц в л злкпнлиб в мнлйвг пшлфклж пвлп vbb)лlк ц вккшж

- д и бий в нш ЮlзвлЮи) ливжЮи)йвкб- пшЮи . и п+8

- пнвк г внкшжд и / и п+8

- д и пивпбфвлзлж бйк lпвзв / и п+8

- д и бий вквл . и п+8

- д и ЮншЮи . и п+

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

3.2.1. Обязательные печатные и электронные издания

.+ вбфвлз ь зпшпшн + .-. . зи lлш+ МфвЮвз бий лЮ влЮ дl п+ пфнвг бвкбж , В-Иьт) + фб кв бф8млб нвб+ В-Иьт + 7-в бдб+ ф нлl вц вкбв)/- ./+ /04l+

бдбфвлз ь зпшпшн 7 .- . . зи lлш7 пфвЮвз бий lнвбкв л лЮ в л лЮ дl кьб , В+ + блшвкlзвж) +К+ иийкл + лlз 7 Вдб пвищп л н жl) /-23. 396l+ ЛЮ влЮ дl пвищкшж vбзи + ISBN 978-5-534-16014-7.

взlп 7 ывзпнлккшж ,, ЛЮ дl пвищ ь ми п лнй н жl l жl +

URL: <https://urait.ru/bcode/531537>

б мпб кь вбфвлз ь зпшпшн 7 .- . . зи lлш7 пфвЮвз бий lнвбкв л лЮ в л лЮ дl кьб , + + в ббл + 2-в бдб) блмн+ б блм+ лlз : Вдб пвищп л н жl) /- /0+ 189l+ ЛЮ влЮ дl пвищкшж vбзи + ISBN 978-5-534-16083-3. взlп 7 ывзпнлккшж ,, ЛЮ дl пвищ ь ми п лнй н жl l жl +

URL: <https://urait.ru/bcode/530390>

3.2.2. Дополнительные источники

бдбфвлз ь зпшпшн 7 пфвЮвз бий lнвбкв л мнл вlблк ищк л лЮ дl кьб , +К+ иийкл) В+ + блшвкlзвж+ 3-в бдб) блмн+ лlз : Вдб пвищп л н жl) /- /0+ 493l+ нл вlблк ищквл лЮ дl кьв + ISBN 978-5-534-02309-1. взlп 7 ывзпнлккшж ,, ЛЮ дl пвищ ь ми п лнй н жl l жl +

URL: <https://urait.ru/bcode/513286>

/+ вбфвлз ь зпшпшн 7 пфвЮвл млlлЮв бий lнвбкв л мнл вlблк ищк л лЮ дl кьб / ?+ +3лквв б бн+8 млб нвб зvбвж ?+ +3лквв лж+ 2-в бдб) мвнвн Ю б блм+ лlз 7 Вдб пвищп л н жl) /- /0+ 599l+ нл вlблк ищквл лЮ дl кьв + ISBN 978-5-534-13554-1. взlп 7 ывзпнлккшж ,, ЛЮ дl пвищ ь ми п лнй н жl l жl +

URL: <https://urait.ru/bcode/517442>

3. вбфвлз ь зпшпшн и злив+Ив з ь пивпвз 7 пфвЮвл млlлЮв бий пдl , +К+ внй кл) + +Квзвпш збк) ?+ +Упз кл + лlз 7 Вдб пвищп л н жl) /- /0+ 461l+ шlу вв лЮ дl кьв + ISBN 978-5-534-04548-2. взlп 7 ывзпнлккшж ,, ЛЮ дl пвищ ь ми п лнй н жl l жl +

URL: <https://urait.ru/bcode/515004>

3.2.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. www.tssr.ru
2. <https://fizkult-ura.ru/>
3. www.sportmedicine.ru
4. www.zanfiz.ru/istoriya-sozdaniya-trenazhorov
5. www.bmsi.ru бЮблпвз йвг бпк нлбкжlмлнпв клжбк лнй vbb
6. http://studopedia.net/14_11546_voleybol-v-vuze.html
7. http://www.superinf.ru/view_helpstud.php?id=333
8. <http://www.libsid.ru/legkaya-atletika/technika-legkoatleticheskich-vidov-sporta>.

11. www.sportbox.ru

3.3 Программное обеспечение

KasperskyEndpointSecurity биь Юджвл Лп кб нпкшж Л И Юн плнвь З 1мвн1зл л) иbvвкдвь . FB6-161215-133553-1-6231.

Microsoft Open License, иbvвкдвь 49463448 1лп в:

1. Microsoft Windows Professional 7 Russian;

2. Microsoft Office 2010 Russian.

ЛЮф ыц бйль лЮм мфвк блпмм з Л н жп) Л ЮО_11hp) блпмм тывзпнлккпы бк лнй vблккл-лЮ дп пвицкпы 1нвбт пкб внл влпвп) п зг в блпмм з 1л нвйвккшй мнл вл1блк ицкшй Юд й б ккшт в бк лнй vблккшй 1мн лфкшй 1блпвий й+

4. Контроль и оценка результатов освоения предмета

Блпбг вкбв ибфклпкшт нвдпшц пл лувкб влп к з фвлп вкклй пнл кв Юд лпй вгз в +L лнй бнл кклпшцй вп мнвбй вкпшт в мнвбй вкпшт злй мвпкв вж лувкб влп Юии т мл мьпбЮиицкж 1блпвий мнвмлб пвивй мнлввл в шмликвкбь л1кл кшт ббл пфвЮлж бвьпвицкпб лЮф ыц бтль) пвлпбнл кбь) мл нвдпшц п й пвзпц в л злкпнлив б мнлй вг пшлфкж пвлп вбб+

Евдпшц пш лЮфквь	лнй ш б й влбш злкпнлив б лувкз нвдпшц пл лЮфквь
<p>нвбй вкпшв нвдпшц пш лЮфквь7 Дк пщ бй вшцмнвб1п ивкбв7 н джллЮ джшв лнйш б ббш вдзпшцпкжж бвьпвицкпб биь лн кбд vbb дблнл л л лЮ д г бджб) зпб кл л лбшг в блпм) пшй фблив млб лпл зв з шмликвкбы клнй пб л 1внл1бжзл л вдзпшцпкжж-1млнпб кл л злй мивз1 лпл з пнпбтб лЮнлкв Л 8 1л нвйвккшй в пвтклил бб пзвмивкбь в 1лгн квкбь дблнл ш) млббвнг кбь н Юлп1мл лЮлпб) мнл би зпвзб д Юив кбж) 1 ьд ккшт 1 пфвЮлж в мнлбд лб1п вккжж бвьпвицкпшц8 л1кл кшв 1мл лЮл 1 йлзлкпнлив бкбб ббтицкшт мтз д пвивж дблнл ш) пш1п вккжж в вбдфвлзлж н Юлп1мл лЮлпб) ббк й взб вбдфвлзл л н д влпъ в вбдфвлзбт з фвлп + вбдфвлзбв пмн г квкбьй в н джлж пкзвблк ицкжж к мн ивкклпб) злпншв йлг кл б1млишцл пщ нвг бй в пфвЮлж в мнлбд лб1п вккжж бвьпвицкпб 1 ввишц мнл би зпвзб мнвнпшй ивкбь в 1лгн квкбь шлзлжн Юлп1мл лЮлпб)+ Мй вшц и бвшц б1млишцл пщ н джллЮ джшв лнйш б ббш вдзпшцпкжж бвьпвицкпб биь лн кбд vbb дблнл л л лЮ д г бджб) зпб кл л лбшг в блпм) пшй фблив млб лпл зв з шмликвкбы клнй пб л 1внл1бжзл л вдзпшцпкжж- 1млнпб кл л злй мивз1 лпл з пнпбтб лЮнлкв Л 8 1л нвйвккшй в пвтклил бьй в пзвмивкбь в 1лгн квкбь дблнл ш) млббвнг кбь н Юлп1мл лЮлпб) мнл би зпвзб д Юив кбж) 1 ьд ккшт 1 пфвЮлж в мнлбд лб1п вккжж бвьпвицкпшц8 л1кл кшй в 1мл лЮл 1 йлзлкпнлив бкбб ббтицкшт мтз д пвивж дблнл ш) пш1п вккжж в вбдфвлзлж н Юлп1мл лЮлпб) ббк й взб вбдфвлзл л н д влпъ в вбдфвлзбт з фвлп 8 вбдфвлзбй в пмн г квкбьй в н джлж</p>	<p>взпц бжзлкпнлив7 - блзи бш) нв вн пш8 - пвлпбнл кбв8 - шмликвкбь вбдфвлзбт пмн г квкбь8 - шмликвкбь клнй пб л мтив злж пивпзв8 - шмликвкбь клнй пб л мл бйк 1пзв8 - шмликвкбь клнй пб л мл пвткбфвлзлж млб лш ивкклпб ЮлзвпЮи 8 - шмликвкбь клнй пб л мл пвткбфвлзлж млб лш ивкклпб ливжЮи 8 нлй вг пшлфк ь пвлп вбь7 - пвлпбнл кбв8 - бб ввквбнл ккшжд фвлп+</p>

ыбфвзбй клий й+
 ллмц влп иьщц злийнкбз vbb л лвт л внт
 бвьпвищлпб8
 н д внкшл б ил бфкл бди пщл лы плфзмднвкбь л
 блмлицл кввьдшвл шт лнвблп 8
 н лмдж пщ кв влОищкшв лнвблп лЮвкбь)
 млкбй пщдк фвкбв ллвб ищкшт дк зл)н лмдж пщ
 мнвбмлшизв злк ивзпкшт лбпм vбж б лйь ф пщ
 злк ивзпш
 млкбй пщ б блмлицл пщ мнвбй пщ влп
 злий кбклжб бкбб ббм ищкшжн Юпш8
 мнвби пщ кл шв мнлвзпш) лувкб пщ ббвь л
 мдбvvbb кл бджш) лнб бк ищкшлпб) мн зпфвлзлк
 дк фбй лпб8
 ллмц влп иьщц мдбпб клв лпн пв бфвлзлв
 мл вбкбв н дивфкшт лбпм vбьт) мнль иьщц
 п лнфвлп л б ллЮ г вкбв) Юпщкбкvb пб кшй+
 л йлпльпвищк ллмц влп иьщц мдж пвищкш
 бвьпвищкш) шь иьщц мнлЮвйш) лп бпщ б
 лнй мнбнл пщ ллЮп вккшв д б фб
 лЮ дп пвищкшж бвьпвищкшлпб б г бджккшт
 лбпм vбьт8
 л йлпльпвищк ллп иьщц ми к нви вкбь
 мнлЮвйш л пфвлй бй выц бтль нвлпнл)
 ллЮп вккшт лдй лг клпвжб мнвбмлфвкбж8
 н лu бншц н йзв пфвЮл л мнвбй вп к лкл в
 ивфкшт мнвбмлфвкбж8
 бви пщ ллдж ккшж шЮн) н пй вкпбнл пщ в л)
 Ю пщлп влп вкклп пщд нви вкбв8
 лмл лЮп л пщ лнй бнл кбы б мнль ивкбы
 u бнлзж ьнпбvvbb н дивфкшт лЮ лпьт дк кбж)
 млпльккл мл ши пщ л лж лЮ дп пвищкшж б
 зпшпшкшж пшл вкш8
 лувкб пщмнвлЮвпккшжлмшп8
 и бпщк шз йб мдж пвищкшж нв ивзлbb з з
 ллдж кбь лл вни вйшт бвжп бж б йш ивпвищкшт
 мнлвлл) бт нвдшц пл б лкл кбж8
 блмлицл пщ мнвйш нв ивзлbb биь лувкзб
 лбпм vбб) шЮн вккл лнви вкбь8
 л йлпльпвищк кбь) зиыф ыц в л лмл лЮлпщ
 млкбй пщ л лв ьйлвблк ищкшл ллплькбв) ббвпщ
 к мн ивкбв н д бпвь ллЮп вкклж ьйлвблк ищкш
 л внш) Юпшцм внвккшй лвЮ8
 л йлнв мнбнл кбь) зиыф ыц в л л йлзлкпнлиш)
 пй вкбв мнбкбй пщ лп влп вкклп пщ д л лв
 мл вбкбв) лмл лЮлпщ б мпбнл пщь з
 ьйлвблк ищкшй бдй вккбьй б мнль иьщц бЮлпш)
 Юпшцпзшшшй кл лйп8
 кпшнвкквжй лпб vbb) зиыф ыц вж лпнвй ивкбв з
 бллпбг вкбы ввиб б пмвтп) лмпбй бдй)
 бкбvb пб клпш) пй вкбв бвжп л пш) блтлбь бд
 л лбт лдй лг клпвж8
 ьйм пбб) зиыф ыц вж лмл лЮлпщ млкбй пщ
 ьйлвблк ищкшл лплькбв бнм бт) пфбш пщв л мнб
 ллмц влп ивкбб злийнкбз vbb) лмл лЮлпщ з
 ллфм лп бы блмвнвг б кбы8
 мнбкбй пщ лвЮ) млкбй ь л лб квблп пзв б
 бллпбк лп 8
 мнбкбй пщй лпб ш б н пй вкш бнм бт иыбвж мнб
 к ивдв нвдшц пл бвьпвищкшлпб8
 мнбдж пщ л лв мн л б мн л бнм бт иыбвж к
 лу бЮб8
 н д б пщ лмл лЮлпщ млкбй пщ йбн л мдбvvbb

<p>бнп л л фвил вз +</p> <p>Илфклпкшв нвдпшц пш лфквбъ 7</p> <p>1 лнй вл кклпщ н г б кзлж мдфвбб лфц ыц в ль з з зпб кл л б лп влп вккл л фивк нллбжзл л лфвлп 8</p> <p>л лдж квв 1 лбт злкпшпублкшпт мн б лфд кклпвж) т г вкбв д злк б мн лмльбз 8 мнбкьпвв пн бвблкшпт к вблк ишкшп) лф вфвил вфвлзбт пй квлпфвлзбт б бвйлзн пфвлзбт вккклпвж8</p> <p>лп лклпщ мнлпб лпльпщ ббвллл бб злпнвй бдй) к вблк ибдй) злвкл лфб) бблзпнвйбк вбб мл ллвб ишкшй) нвйб влджшй) н л шй) к вблк ишкшй мнбдж з й8</p> <p>лп лклпщ влпб 1 л йвлпкпы бвьпвицклпщ бкпвнвл т н г б кзл л лфвлп) пф лп л пщ 1 йлпмн ивмбб лфвлф дп пвицкж лн кбд вбб б бвлзл-ыкклл влзбт лн кбд вбьт8 пй вкбв д бйлбвжп л пщ 1 ллвб ишкшй б бклпбпш й б 1 ллп влп бб 1 бт пкзвбьй б б к дж фквбвй8</p> <p>лп лклпщ з пй кбп нкж б лилкпвнлзж бвьпвицклпб8</p> <p>1 лнй вл кклпщ нллбжзлж н г б кзлж ббкпвфклпб) м пнблпбдй) т г вкбъ з 1 лвйтк нлбп) флп лп влп вкклпб мнвб Елббкж) лнблпб д 1 лж зн ж) 1 лы Елббкп) 1 лж ьдпз б зпшпшп) мнли илв б к лпльц вв йкл лк вблк ишкл л к нлб Еллбб8</p> <p>вккклпквл лпкклл вкбв з лпб нп вккшй 1 бй ли й) блпнбфвлзлй т б мнбнлбклпшк ливббы) м йькбз й) пн бвбьй к нлбл Еллбб) блпбг вкбьй Еллбб к пзв) блзплп в) 1 мнпв) пвтклил бьт б пнпбв8</p> <p>ббвж ь пфг бвкклпш) лп лклпщз лпг вкбь б д ц бпв Лпфвлп) лп влп вкклпщд в лпнбпф8</p> <p>л лдж квв бпг л кшг вккклпвж нллбжзл л к нлб 8 1 лнй вл кклпщ кн 1 п вккл л 1 лдж кбь) ыпфвлзл л мл вбкбь8</p> <p>1 мл лфлпщ лувкб пщ 1 бпм вбь б мнбкьй пщ л лдж ккшв нви вкбь) лнбкпбпшпщ к йлн ишкл- кн 1 п вккшв клнйш б вккклпб8</p> <p>л лдж квв ибфкл л зи б млпнлвкбв пплжфб л л фбпщ в л8</p> <p>лп влп вкквл лпкклл вкбв з 1 лбй нлббпвиьй б вйб бнп бй фивк й 1 вйпб) 1 лб кбь 1 вйпф к лкл в л лдж ккл л мнбкьпбь вккклпвж 1 вй вжлж г бдж 1 ллп влп бб 1 пн бвбьй б к нлбл Еллбб8</p> <p>1 лнй вл кклпщ дблнл л л б фдпм 1 кл л лф д г бдж) лп влп вккл л лпкклл вкбъ з 1 лвйт дблнл шь8</p> <p>млпнвфлпщ бдбфвлзлй 1 л вни вклп л кбб) д кьпбьт 1 мнпб кл-дблнл бпвицкж бвьпвицклпшь8</p> <p>зпб клв квмнбьпв нвбкшпт мнб шфвз б бкшп лнй мнбфкквкбь нвб бдбфвлзлй т б мл бт бфвлзлй тдблнл шь8</p> <p>лп лклпщз пнпбп) л лдж квв вккклпб й 1 пвнп) пнпблпш фб8</p> <p>лп лклпщз зпб клж бвьпвицклпб пвтклил бфвлзж б 1 ллвб ишкж к мн ивкклпб) 1 мл лфлпщ бкбвббнл пщ) ми кбнл пщ б 1 йлпльпвицкл шмликьпщп зпш бвьпвицклпш8</p>	<p>Вкпвнмнвп вбъ нвдпшц пл к фбкбкбж д бвьпвицклпшц лфц ыц в ль мнлввлл л лквбь лф дп пвицкж мнл н ййш+ лфвлзбв б блпвбл пвицзбв мнлвзпш+ мф лпвв злиивзпб кшп йвнлмнбьпбьт) мнл лббйшп к н дивфкшп пнл кьт+</p>
---	---

<p>бкпвнвл з н дивфкшй l вн й мнл вll блк ишкж бвьвицквлпб) пйвкбв l л вни пщ ллдж ккшж шЮн Юбпц вж мнл вllbb б нв ивди ш пщ lлЮп вкшв г бджвккшв ми кш8</p> <p>лпл кллпщ б lмллЮлпщ з лЮ дл кбы б l йллЮ дл кбы к мнлпг вкбб lвжг бджб8</p> <p>l лнй внл ккллпщ йвнл лднвкбь) lлп влп пщ в л l л нвй вкклйтпнл кы н д впбь к пвб б лЮ влп вккж мн зпвзб) лкл ккл л к бб ил в зпищн) lмллЮп пщ в л ллдж кбы l лв л йвлп млнбзпищнклай йвнв8</p> <p>ллдж кбв вккллпб к пфкж бвьвицквлпб) лпл кллпщ ллпц влп ищц мнлвзпкы б blливбл пвищзпы бвьвицквлпщ вкбб ббмицл б нпммв+</p>	
--	--

