

ПРИЛОЖЕНИЕ к ООП ООО (7-9 класс)
утвержденное приказом №593 от 30.08.2023

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 5» г. Усинска
«5 №-а шбобщеобразовательной школа»
Муниципальной бюджетной общеобразовательной велоданін Усинск кар**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«МИР СПОРТИВНЫХ ИГР»**

Направление:
Спортивно-оздоровительное

для учащихся 5-9 классов
5 лет обучения

Составитель:
Лазаренко Татьяна Витальевна
учитель физической культуры

Усинск
2023 год

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Мир спортивных игр» разработана в соответствии с требованиями ФГОС ООО (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 мая 2021 года №287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»), на основе программы «Комплексная программа физического воспитания обучающихся 1-11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича, Москва, Просвещение.)

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Мир спортивных игр» призвана сформировать у учащихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, в творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В программе представлены доступные для учащихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики спортивных игр, развитию физических способностей. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Цель программы: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

Задачи:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию учащихся;
- популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми;
- обучение технике и тактике спортивных игр;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование у учащихся необходимых теоретических знаний;
- воспитание моральных и волевых качеств.

Учебная программа учебного курса внеурочной деятельности «Мир спортивных игр» предназначена для учащихся 5-9 классов. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями учащихся и рассчитана на проведение:

В 5-х классах – 1 час в неделю в каждом 5 классе (34 часа)

В 6-х классах – 1 час на параллели (34 часа)

В 7-х классах – 1 час на параллели (334 часа)

В 8-х классах – 2 часа на параллели (68 часов)

В 9-х классах – 2 часа на параллели (68 часов)

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке.

Формы проведения занятий: групповые и индивидуальные формы занятий – теоретические, практические, комбинированные. Комбинированная форма используется чаще и включает теоретическую: беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций – и практическую части: игры; занятия оздоровительной направленности, эстафеты.

Содержание учебного курса внеурочной деятельности

Баскетбол

Технические действия:

1	Передача и ловля мяча	Ловля и передача мяча на месте и в движении без сопротивления, с пассивным и активным сопротивлением защитника.	2
---	-----------------------	---	---

2	Ведение мяча	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение без сопротивления, с пассивного и активного защитника ведущей и не ведущей рукой.	2
3	Броски в кольцо	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли), в прыжке, без сопротивления защитника, с противодействием.	2
4	Игра в защите	Вырывание и выбивание мяча. Перехват мяча. Позиционное нападение без изменения позиций игроков, с изменением позиций, личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 на одну корзину. Тактические действия в нападении. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди».	2
5	Игра в нападении	Взаимодействие двух, трех игроков в нападении и защите через «заслон». Взаимодействие игроков (тройка и малая восьмерка).	2
6	Двухсторонняя игра	Игра по правилам баскетбола.	4

Волейбол

1	Верхняя передача двумя руками в прыжке	Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели.	1
2	Передача двумя руками назад		
3	Прямой нападающий удар	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Прямой нападающий удар при встречных передачах.	1
4	Совершенствование приема мяча с подачи и в защите	Комбинации и освоенных элементов: прием, передача, блокирование.	2
5	Одиночное блокирование и страховка	Одиночное блокирование и страховка	2
6	Двусторонняя учебная игра	Игры и игровые задания по упрощенным правилам. Игра по правилам. Взаимодействие игроков линии защиты и нападения.	4
	Командные тактические действия в нападении и защите	Взаимодействие игроков на площадке в нападении и защите. Игры и игровые задания по усложненным правилам, с ограничением пространства и с ограниченным количеством игроков.	2
8	Судейская практика	Игра по правилам с привлечением учащихся к судейству. Жесты судьи.	2

Футбол

<i>Техника игры:</i>			
1	Удары по мячу, остановка Ведение мяча, ложные движения (финты)	Удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения без сопротивления защитника, с пассивным и активным сопротивлением защитника. Ведущей и не ведущей ногой. Ложные движения.	1
2	Тактические действия, тактика вратаря	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Командные действия. Взаимодействие защитников и вратаря.	1
3	Тактика игры в нападении и защите	Нападения и защита в игровых заданиях с атакой и без атаки ворот. Игра по правилам.	2
4	Судейская практика	Игра по правилам с привлечением учащихся к судейству.	2

Первый год обучения

Баскетбол

Ведение шагом, бегом, змейкой, с обеганием стоек. В низкой, средней, высокой стойке. Стойка игрока, передвижение в стойке. Передачи от груди на месте и в движении, одной рукой от плеча на месте. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений. Остановка двумя шагами и прыжком. Игры по упрощенным правилам

Волейбол

Волейбол Правила игры. Техника безопасности.

Стойка игрока, передвижение в стойке. Передачи двумя руками сверху, снизу над собой, в парах. Прием снизу, сверху. Нижняя боковая подача(разучивание). Прием после подачи. Эстафеты с элементами волейбола.

Игра по упрощенным правилам.

Футбол

Техника безопасности при игре в футбол. Ведение, ведение с обводкой, разновидности передачи мяча. Остановка мяча, удары по катящемуся мячу. Передачи мяча в парах. Передача пяткой, головой. Перехват. Организация судейства. Учебная игра

Второй год обучения

Баскетбол

ТБ. История развития. Стойки, повороты на месте, передвижения в стойке, ведения мяча, ведение с разной высотой отскока. Передачи в парах на месте и в движении. Бросок с ближней дистанции, штрафной. Бросок одной рукой от плеча в движении после ловли

Игра по упрощенным правилам. Эстафеты. Помощь в судействе.

Волейбол

ТБ. История развития волейбола. Основные правила игры в волейбол. Стойка волейболиста. Передвижения. Жесты судейства. Передачи сверху над собой, в парах, через сетку. Прием снизу двумя руками. Прямая верхняя и нижняя подача Двусторонние учебные игры (освоение).

Футбол

ТБ. История развития. Ведение мяча внешней и внутренней частью стопы, с обводкой стоек. Пасы в парах, тройках. Основные правила игры. Штрафной удар. Эстафеты. Игра по упрощенным правилам.

Третий год обучения

Баскетбол.

Комбинации из освоенных элементов техники передвижений. Остановка в два шага и прыжком. Ведение шагом, бегом, змейкой, с изменением направления, скорости, с пассивным сопротивлением противника. Передачи и броски одной рукой от плеча, двумя – с отскоком от пола. Вырывание и выбивание мяча. Игра по упрощенным правилам.

Волейбол

Специальные прыжковые упражнения. Различные стойки и передвижения. Прием мяча снизу двумя руками. Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх в парах, через сетку Прием мяча после подачи Нижняя прямая подача. Прямая верхняя подача. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам. Комбинации из освоенных элементов. Эстафеты. Привлечение к судейству.

Футбол

Удар и остановка серединой подъема. Ведение мяча с обводкой соперника и остановкой мяча, Жонглирование мячом. Финты. Тактика игры в защите и нападении. Судейство в футболе.

Четвертый год обучения

Баскетбол

Комбинации из освоенных элементов техники передвижений. Ведение шагом, бегом, змейкой, с изменением направления и скорости, с пассивным сопротивлением соперника. Учебная игра

Волейбол

Передачи через сетку. Стойки и передвижения. Прием снизу после подачи. Поддачи в заданную зону. Тактика свободного нападения. Двусторонняя учебная игра по правилам. Судейство.

Футбол

Удары и остановка мяча серединой подъема. Ведение с обводкой и остановкой мяча. Финты. Передачи с отскоком от стены. Тактика игры в защите и нападении. Учебная игра.

Бадминтон

Правила игры. Стойки. Передвижения. Поддачи. Удары. Учебная игра.

Пятый год обучения

Баскетбол

Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение в разных стойках, с сопротивлением и без. Броски в кольцо с места и в движении с противодействием и без. Игра в защите и нападении через «заслон». Взаимодействие игроков Игра по правилам.

Волейбол

Техника верхней передачи в прыжке. Прямой нападающий удар. Прием мяча с подачи. Одиночное блокирование. Командные тактические действия в защите и нападении. Двусторонняя учебная игра по правилам. Судейство.

Футбол

Удары по неподвижному и катящемуся мячу. Остановки. Ложные движения (финты). Тактика игры в защите и нападении. Тактика игры вратаря. Судейство

Планируемые результаты освоения учебного курса внеурочной деятельности

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

Метапредметные результаты:

- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

Предметные результаты: Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой

Выпускник научится:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты судьи спортивных игр;
- проводить судейство спортивных игр.

Выпускник получит возможность научиться:

- знать значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- освоить правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми; - изучить названия разучиваемых технических приёмов игр и основы правильной техники; - знать наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- освоить упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- основное содержание правил соревнований по спортивным играм;
- жесты судьи спортивных игр.

Тематическое планирование
5 класс

№	Тема	Количество часов	ЭОР
Баскетбол (12 часов)			
1	Стойка игрока, перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед	1	
2	Остановка двумя шагами и прыжком	1	
3	Повороты без мяча и с мячом	1	
4	Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение). На оценку.	1	
5	Ведение мяча шагом, бегом, "змейкой", с обеганием стоек; по прямой, с изменением направления движения и скорости	1	
6	Ведение мяча в низкой, средней, высокой стойке на месте	1	
7	Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении	1	
8	Передача мяча одной рукой от плеча на месте. Передача мяча двумя руками с отскоком от пола	1	
9	Игра по упрощенным правилам.	1	+
10	Игра по упрощенным правилам.	1	
11	Игра по упрощенным правилам.	1	
12	Игра по упрощенным правилам.	1	
Волейбол (12 часов)			
13	ТБ на уроках волейбола. Правила игры в волейбол. Стойки и перемещения игрока-волейболиста	1	
14	Передачи мяча двумя руками сверху над собой и вперед	1	
15	Передачи мяча двумя руками сверху на месте по одному и в парах.	1	
16	Прием мяча снизу над собой	1	
17	Прием мяча снизу и сверху после набрасывания в парах. (На оценку).	1	
18	Правила расстановки. Передачи в парах через сетку.	1	
19	Нижняя боковая подача с 3-6 м.	1	
20	Прием мяча после подачи с 3-6 м.	1	
21	Эстафеты с элементами волейбола.	1	+
22	Игра по упрощенным правилам.	1	
23	Игра по упрощенным правилам.	1	
24	Игра по упрощенным правилам.	1	
Футбол (10 часов)			
25	ТБ на уроках футбола. Остановка и передача мяча на месте	1	
26	Ведение мяча. Остановка мяча.	1	
27	Ведение мяча с обводкой соперника.	1	
28	Ведение мяча с остановкой и последующей передачей (ударом в створ ворот).	1	
29	Удар по катящемуся мячу. (На оценку)	1	
30	Передачи мяча в парах одним касанием с последующим продвижением вперед.	1	
31	Разновидности передачи мяча. Передача пяткой	1	
32	Передача мяча головой. Перехват	1	
33	Игра в футбол. Организация самостоятельного судейства.	1	
34	Промежуточная аттестация (соревнования).	1	

6 класс

№	Тема	Количество часов	ЭОР
Баскетбол (15 часов)			
1	Т.б. на занятиях спортивные игры баскетбол. История развития.	1	
2	Стойка баскетболиста, повороты на месте.	1	
3	Передвижение в стойке баскетболиста, ведение мяча.	1	
4	Ведение мяча с разной высотой отскока.	1	
5	Основные правила игры баскетбол. Жестикуляция.	1	
6	Передачи в парах на месте.	1	
7	Передачи в парах в движении.	1	
8	Бросок в кольцо с ближней дистанции.	1	
9	Штрафной бросок. Стойка защитника.	1	
10	Сочетание приемов ведения, передачи, броска.	1	
11	Ведение мяча в высокой стойке. Остановка двумя шагами.	1	
12	Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча.	1	
13	Игра в мини-баскетбол. Жестикуляция.	1	
14	Эстафета с баскетбольным мячом.	1	+
15	Сочетание приемов владения мячом. Игра 2х2, 3х3.	1	
Волейбол (12 часов)			
16	Т.б. на занятиях спортивные игры волейбол. История развития.	1	
17	Стойка волейболиста. Передвижение игрока.	1	
18	Передача мяча сверху двумя руками над собой.	1	
19	Передачи мяча сверху двумя руками в парах.	1	
20	Прием мяча снизу двумя руками.	1	
21	Прием мяча снизу двумя руками в парах.	1	
22	Основные правила игры волейбол. Жестикуляция.	1	
23	Игра по упрощенным правилам.	1	+
24	Передача мяча сверху двумя руками через сетку.	1	
25	Сочетание верхних и нижних передач через сетку.	1	
26	Нижняя прямая подача. Игра по упрощенным правилам.	1	
27	Верхняя прямая подача. Игра по упрощенным правилам.	1	
Футбол (7 часов)			
28	Т.б. на занятиях спортивные игры футбол. История развития.	1	
29	Ведение мяча внутренней стороной стопы.	1	
30	Ведение мяча внутренней и внешней стороной стопы. Пас мяча в парах, тройках. Основные правила игры.	1	
31	Пас мяча в парах, тройках. Основные правила игры.	1	
32	Эстафеты с футбольными мячами. Учебная игра мини-футбол по упрощенным правилам 4х4.	1	+
33	Промежуточная аттестация (соревнования).	1	
34	Штрафной удар по воротам. Взаимодействие в тройках. Обводка препятствий. Игра мини- футбол.	1	

7 класс

№	Тема	Количество часов	ЭОР
Баскетбол (12 часов)			
1	Остановка двумя шагами и прыжком	1	
2	Повороты без мяча и с мячом	1	
3	Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение)	1	
4	Ведение мяча шагом, бегом, "змейкой", с обеганием стоек; по прямой, с изменением направления движения и скорости с пассивным сопротивлением защитника.	1	
5	Ведение мяча в низкой, средней, высокой стойке на месте с пассивным сопротивлением защитника.	1	
6	Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.	1	
7	Передача мяча одной рукой от плеча на месте	1	
8	Передача мяча двумя руками с отскоком от пола	1	
9	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника.	1	
10	То же с пассивным противодействием. Максимальное расстояние до корзины 4,80 м	1	
11	Вырывание и выбивание мяча	1	
12	Игра по упрощенным правилам	1	
Волейбол (16 часов)			
13	Стойка игрока, перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед	1	
14	Стойка игрока, перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед	1	
15	Ходьба и бег, выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.)	1	
16	Ходьба и бег, выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.)	1	
17	Стойки и передвижения. Прием снизу после подачи. Игра по упрощенным правилам.	1	
18	Стойки и передвижения. Прием снизу после подачи. Игра по упрощенным правилам.	1	
19	Передачи сверху через сетку. Подачи в заданную зону. Учебная игра по упрощенным правилам.	1	
20	Передачи сверху через сетку. Подачи в заданную зону. Учебная игра по упрощенным правилам.	1	
21	Тактика свободного нападения. Игра. Судейство.	1	
22	Тактика свободного нападения. Игра. Судейство.	1	
23	Прием и передача мяча двумя руками снизу на месте в паре, через сетку	1	
24	Прием мяча снизу после подачи. Нижняя прямая подача.	1	
25	Нападающий удар после подбрасывания партнером. Комбинации из освоенных элементов (Прием-передача-удар).	1	+
26	Прием мяча снизу через сетку. Игровые задания на укороченной площадке. Эстафеты.	1	
27	Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.	1	
28	Судейство в волейболе.		
Футбол (6 часов)			
29	Удар по мячу серединой подъема. Остановка мяча серединой подъема.		
30	Ведение мяча с обводкой соперника и остановкой мяча.		+
31	Жонглирование мячом (на оценку). Удары по воротам.		
32	Передача мяча с отскоком от стены. Финты.		
33	Промежуточная аттестация (соревнование)		
34	Тактика игры в нападении и защите. Учебная игра Судейство.		

8 класс

№	Тема	Количество часов	ЭОР
Баскетбол (18 часов)			
1	Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение)	2	
2	Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение)	2	
3	Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение)	2	
4	Ведение мяча шагом, бегом, "змейкой", с обеганием стоек; по прямой, с изменением направления движения и скорости с пассивным сопротивлением защитника.	2	+
5	Ведение мяча шагом, бегом, "змейкой", с обеганием стоек; по прямой, с изменением направления движения и скорости с пассивным сопротивлением защитника.	2	
6	Ведение мяча шагом, бегом, "змейкой", с обеганием стоек; по прямой, с изменением направления движения и скорости с пассивным сопротивлением защитника.	2	
7	Ведение мяча в низкой, средней, высокой стойке на месте с пассивным сопротивлением защитника.	2	+
8	Ведение мяча в низкой, средней, высокой стойке на месте с пассивным сопротивлением защитника.	2	
9	Учебная игра	2	
Волейбол (16 часов)			
10	Стойки и передвижения. Прием снизу после подачи. Игра по упрощенным правилам.	2	
11	Стойки и передвижения. Прием снизу после подачи. Игра по упрощенным правилам.	2	
12	Стойки и передвижения. Прием снизу после подачи. Игра по упрощенным правилам.	2	
13	Передачи сверху через сетку. Подачи в заданную зону. Учебная игра по упрощенным правилам.	2	+
14	Передачи сверху через сетку. Подачи в заданную зону. Учебная игра по упрощенным правилам.	2	
15	Тактика свободного нападения. Игра. Судейство.	2	
16	Тактика свободного нападения. Игра. Судейство.	2	
17	Тактика свободного нападения. Игра. Судейство.	2	
Футбол (18 часов)			
18	Удар по мячу серединой подъема. Остановка мяча серединой подъема.	2	
19	Ведение мяча с обводкой соперника и остановкой мяча.	2	
20	Жонглирование мячом (на оценку). Удары по воротам.	2	
21	Передача мяча с отскоком от стены. Финты.	2	+
22	Передача мяча с отскоком от стены. Финты.	2	
23	Тактика игры в нападении. Учебная игра Судейство.	2	
24	Тактика игры в нападении. Учебная игра Судейство.	2	
25	Тактика игры в защите. Учебная игра. Судейство.	2	
26	Тактика игры в защите. Учебная игра. Судейство.	2	
Бадминтон (16 часов)			
27	Правила игры.	2	
28	Стойки, передвижения.	2	
29	Стойки, передвижения.	2	
30	Подачи.	2	+
31	Подачи.	2	
32	Удары	2	+
33	Удары	2	
34	Учебная игра	2	

9 класс

№	Тема	Количество часов	ЭОР
Баскетбол (28 часов)			
1	Передача и ловля мяча	2	
2	Передача и ловля мяча	2	
3	Ведение мяча	2	+
4	Ведение мяча	2	
5	Броски в кольцо	2	+
6	Броски в кольцо	2	
7	Игра в защите	2	+
8	Игра в защите	2	
9	Игра в нападении	2	+
10	Игра в нападении	2	
11	Двухсторонняя игра	2	+
12	Двухсторонняя игра	2	
13	Двухсторонняя игра	2	
14	Двухсторонняя игра	2	
Волейбол (28 часов)			
15	Верхняя передача двумя руками в прыжке	2	
16	Передача двумя руками назад	2	
17	Прямой нападающий удар	2	
18	Совершенствование приема мяча с подачи и в защите	2	+
19	Совершенствование приема мяча с подачи и в защите	2	
20	Одиночное блокирование и страховка	2	+
21	Одиночное блокирование и страховка	2	
22	Двусторонняя учебная игра	2	
23	Двусторонняя учебная игра	2	
24	Двусторонняя учебная игра	2	
25	Двусторонняя учебная игра	2	
26	Командные тактические действия в нападении и защите	2	
27	Командные тактические действия в нападении и защите	2	
28	Судейская практика	2	
Футбол (12 часов)			
29	Удары по мячу, остановка Ведение мяча, ложные движения (финты)	2	
30	Тактические действия, тактика вратаря	2	+
31	Тактика игры в нападении и защите	2	
32	Тактика игры в нападении и защите	2	+
33	Тактика игры в нападении и защите	2	
34	Судейская практика	2	

