

Приложение № 6 к Основной образовательной
программе среднего общего образования,
утвержденной приказом директора МБОУ СОШ №
138
от 31.08.2021 г. № 87ОД

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Личностные результаты освоения основной образовательной программы

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к себе, к своему здоровью, к познанию себя:

- ориентация обучающихся на достижение личного счастья, реализацию позитивных жизненных перспектив, инициативность, креативность, готовность и способность к личностному самоопределению, способность ставить цели и строить жизненные планы;
- готовность и способность обеспечить себе и своим близким достойную жизнь в процессе самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- готовность и способность обучающихся к отстаиванию личного достоинства, собственного мнения, готовность и способность вырабатывать собственную позицию по отношению к общественно-политическим событиям прошлого и настоящего на основе осознания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самовоспитанию в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества, потребность в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;
- принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, бережное, ответственное и компетентное отношение к собственному физическому и психологическому здоровью;
- неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков.

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к России как к Родине (Отечеству):

- российская идентичность, способность к осознанию российской идентичности в поликультурном социуме, чувство причастности к историко-культурной общности российского народа и судьбе России, патриотизм, готовность к служению Отечеству, его защите;
- уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение к государственным символам (герб, флаг, гимн);
- формирование уважения к русскому языку как государственному языку Российской Федерации, являющемуся основой российской идентичности и главным фактором национального самоопределения;
- воспитание уважения к культуре, языкам, традициям и обычаям народов, проживающих в Российской Федерации.

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к закону, государству и к гражданскому обществу:

- гражданственность, гражданская позиция активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности, готового к участию в общественной жизни;
- признание неотчуждаемости основных прав и свобод человека, которые принадлежат каждому от рождения, готовность к осуществлению собственных прав и свобод без нарушения прав и свобод других лиц, готовность отстаивать собственные права и свободы человека и гражданина согласно общепризнанным принципам и нормам международного права и в соответствии с Конституцией Российской Федерации, правовая и политическая грамотность;

- мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки и общественной практики, основанное на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
- интериоризация ценностей демократии и социальной солидарности, готовность к договорному регулированию отношений в группе или социальной организации;
- готовность обучающихся к конструктивному участию в принятии решений, затрагивающих их права и интересы, в том числе в различных формах общественной самоорганизации, самоуправления, общественно значимой деятельности;
- приверженность идеям интернационализма, дружбы, равенства, взаимопомощи народов; воспитание уважительного отношения к национальному достоинству людей, их чувствам, религиозным убеждениям;
- готовность обучающихся противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии; коррупции; дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям.

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся с окружающими

людьми:

- нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей, толерантного сознания и поведения в поликультурном мире, готовности и способности вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;
- принятие гуманистических ценностей, осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению;
- способность к сопереживанию и формирование позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам; бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью других людей, умение оказывать первую помощь;
- формирование выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра, нравственного сознания и поведения на основе усвоения общечеловеческих ценностей и нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия);
- развитие компетенций сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности.

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к окружающему миру, живой природе, художественной культуре:

- мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки, значимости науки, готовность к научно-техническому творчеству, владение достоверной информацией о передовых достижениях и открытиях мировой и отечественной науки, заинтересованность в научных знаниях об устройстве мира и общества;
- готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
- экологическая культура, бережное отношения к родной земле, природным богатствам России и мира; понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, ответственность за состояние природных ресурсов; умения и навыки разумного природопользования, нетерпимое отношение к действиям, приносящим вред экологии; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;

- эстетические отношения к миру, готовность к эстетическому обустройству собственного быта.

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к семье и родителям, в том числе подготовка к семейной жизни:

- ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни;
- положительный образ семьи, родительства (отцовства и материнства), интериоризация традиционных семейных ценностей.

Личностные результаты в сфере отношения обучающихся к труду, в сфере социально-экономических отношений:

- уважение ко всем формам собственности, готовность к защите своей собственности,
- осознанный выбор будущей профессии как путь и способ реализации собственных жизненных планов;
- готовность обучающихся к трудовой профессиональной деятельности как к возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;
- потребность трудиться, уважение к труду и людям труда, трудовым достижениям, добросовестное, ответственное и творческое отношение к разным видам трудовой деятельности;
- готовность к самообслуживанию, включая обучение и выполнение домашних обязанностей.

Личностные результаты в сфере физического, психологического, социального и академического благополучия обучающихся:

- физическое, эмоционально-психологическое, социальное благополучие обучающихся в жизни образовательной организации, ощущение детьми безопасности и психологического комфорта, информационной безопасности.

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы представлены тремя группами универсальных учебных действий (УУД).

1. Регулятивные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

- самостоятельно определять цели, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута;
- оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали;
- ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели;
- выбирать путь достижения цели, планировать решение поставленных задач, оптимизируя материальные и нематериальные затраты;
- организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;
- сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью.

2. Познавательные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

- искать и находить обобщенные способы решения задач, в том числе, осуществлять развернутый информационный поиск и ставить на его основе новые (учебные и познавательные) задачи;
- критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках;
- использовать различные модельно-схематические средства для представления существенных связей и отношений, а также противоречий, выявленных в информационных источниках;
- находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого; спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития;
- выходить за рамки учебного предмета и осуществлять целенаправленный поиск возможностей для широкого переноса средств и способов действия;
- выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;
- менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности.

3. Коммуникативные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

- осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри образовательной организации, так и за ее пределами), подбирать партнеров для деловой коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий;
- при осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.);
- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;
- развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств;
- распознавать конфликтогенные ситуации и предотвращать конфликты до их активной фазы, выстраивать деловую и образовательную коммуникацию, избегая личностных оценочных суждений.

Предметные результаты освоения основной образовательной программы

В результате изучения учебного предмета «Физическая культура» на уровне среднего общего образования выпускник на базовом уровне научится:

- определять влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;
- знать способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- знать правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями общей, профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленности;
- характеризовать индивидуальные особенности физического и психического развития;

- характеризовать основные формы организации занятий физической культурой, определять их целевое назначение и знать особенности проведения;
- составлять и выполнять индивидуально ориентированные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры;
- выполнять комплексы упражнений традиционных и современных оздоровительных систем физического воспитания;
- выполнять технические действия и тактические приемы базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- практически использовать приемы самомассажа и релаксации;
- практически использовать приемы защиты и самообороны;
- составлять и проводить комплексы физических упражнений различной направленности;
- определять уровни индивидуального физического развития и развития физических качеств;
- проводить мероприятия по профилактике травматизма во время занятий физическими упражнениями;
- владеть техникой выполнения тестовых испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Выпускник на базовом уровне получит возможность научиться:

- самостоятельно организовывать и осуществлять физкультурную деятельность для проведения индивидуального, коллективного и семейного досуга;
- выполнять требования физической и спортивной подготовки, определяемые вступительными экзаменами в профильные учреждения профессионального образования;
- проводить мероприятия по коррекции индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств по результатам мониторинга;
- выполнять технические приемы и тактические действия национальных видов спорта;
- выполнять нормативные требования испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);
- осуществлять судейство в избранном виде спорта;
- составлять и выполнять комплексы специальной физической подготовки.

2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Физическая культура и здоровый образ жизни

Современные оздоровительные системы физического воспитания, их роль в формировании здорового образа жизни, сохранении творческой активности и долголетия, предупреждении профессиональных заболеваний и вредных привычек, поддержании репродуктивной функции.

Оздоровительные мероприятия по восстановлению организма и повышению работоспособности: гимнастика при занятиях умственной и физической деятельностью; сеансы аутотренинга, релаксации и самомассажа, банные процедуры.

Система индивидуальных занятий оздоровительной и тренировочной направленности, основы методики их организации и проведения, контроль и оценка эффективности занятий.

Особенности соревновательной деятельности в массовых видах спорта; правила организации и проведения соревнований, обеспечение безопасности, судейство.

Формы организации занятий физической культурой.

Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Современное состояние физической культуры и спорта в России.

Основы законодательства Российской Федерации в области физической культуры, спорта, туризма, охраны здоровья.

Физкультурно-оздоровительная деятельность

Оздоровительные системы физического воспитания.

Современные фитнес-программы, направленные на достижение и поддержание оптимального качества жизни, решение задач формирования жизненно необходимых и спортивно ориентированных двигательных навыков и умений.

Индивидуально ориентированные здоровьесберегающие технологии: гимнастика при умственной и физической деятельности; комплексы упражнений адаптивной физической культуры; оздоровительная ходьба и бег.

Физическое совершенствование

Совершенствование техники упражнений базовых видов спорта: акробатические и гимнастические комбинации (на спортивных снарядах); бег на короткие, средние и длинные дистанции; прыжки в длину и высоту с разбега; метание гранаты; передвижение на лыжах; плавание; технические приемы и командно-тактические действия в командных (игровых) видах; техническая и тактическая подготовка в национальных видах спорта.

Спортивные единоборства: технико-тактические действия самообороны; приемы страховки и само страховки.

Прикладная физическая подготовка: полосы препятствий; кросс по пересеченной местности с элементами спортивного ориентирования; прикладное плавание.

3. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

10 класс

П/П №	Тема урока	Количество часов
1	Организационно-методические требования на уроках физической культуры. Т/Б	1
2	Тестирование бега на 100 м	1
3	Бег на короткие дистанции 20 м, 30 м	1
4	Тестирование бега на 60 м и челночного бега 10 × 10 м	1
5	Техника метания гранаты на дальность с разбега	1
6	Метание гранаты на дальность с разбега	1
7	Тестирование бега на 2000 и 3000 м	1
8	Прыжки в длину с разбега	1
9	Прыжки в длину с разбега	1
10	Равномерный бег. Развитие выносливости. 300 м	1
11	Тестирование шестиминутного бега	1
12	Равномерный бег. Развитие выносливости. 400 м	1
13	Равномерный бег. Развитие выносливости. 400 м	1

14	Броски малого мяча в горизонтальную цель	1
15	Броски большого мяча в горизонтальную цель	1
16	Прыжки в высоту	1
17	Прыжки в высоту	1
18	Прыжки в высоту	1
19	Прохождение легкоатлетической полосы препятствий	1
20	Единоборства. Т/Б	1
21	Самостраховка в единоборствах	1
22	Приемы борьбы лежа	1
23	Приемы борьбы лежа	1
24	Приемы борьбы стоя	1
25	Приемы борьбы стоя	1
26	Удары кулаком в голову и защита от них	1
27	Контрольный урок по теме «Единоборства»	1
28	Инструкция по технике безопасности на занятиях гимнастикой	1
29	Кувырок назад через стойку на руках. Кувырок вперед через препятствие	1
30	Переворот боком. Прыжки в глубину с высоты	1
31	Акробатические комбинации	1
32	Акробатические комбинации	1
33	Упражнения на гимнастическом бревне и перекладине	1
34	Упражнения на гимнастическом бревне и перекладине	1
35	Упражнения на гимнастическом бревне и перекладине	1
36	Упражнения на гимнастическом бревне и перекладине	1
37	. Круговая тренировка	1
38	. Круговая тренировка	1
39	. Круговая тренировка	1
40	. Круговая тренировка	1
41	. Круговая тренировка	1
42	Опорные прыжки	1
43	Опорные прыжки	1
44	Опорные прыжки	1
45	Контрольный урок по теме «Опорные прыжки»	1
46	Спортивная игра «Гандбол»	1
47	Броски мяча в гандболе	1
48	Спортивная игра «Гандбол»	1
49	Инструкция по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой. Попеременный двушажный ход, одновременный двушажный ход	1
50	Переход с одновременных ходов на попеременные	1
51	Переход с одновременных ходов на попеременные	1
52	Коньковый ход на лыжах	1
53	Коньковый ход на лыжах	1
54	Лыжные эстафеты	1
55	Лыжные эстафеты	1
56	Подъемы на склон и спуски со склона	1
57	Подъемы на склон и спуски со склона	1
58	Подъемы на склон и спуски со склона	1
59	Торможение и поворот «упором»	1
60	Прохождение дистанции 3 км на лыжах	1
61	Прохождение дистанции 3 км на лыжах	1

62	Контрольный урок по теме «Лыжная подготовка»	1
63	Волейбол. Т/Б	1
64	Волейбол. Тактические действия. Учебная игра	1
65	Волейбол. Поддача (верхняя, нижняя)	1
66	Волейбол. Передачи мяча сверху двумя руками	1
67	Волейбол. Приемы и передачи мяча	1
68	Волейбол. Приемы и передачи мяча	1
69	Волейбол. Поддачи мяча	1
70	Волейбол. Поддачи мяча	1
71	Волейбол. Нападающий удар	1
72	Волейбол. Нападающий удар	1
73	Волейбол. Защитные действия	1
74	Волейбол. Защитные действия	1
75	Контрольный урок по теме «Волейбол»	1
76	Баскетбол. Передвижения, повороты, броски мяча в баскетбольную корзину	1
77	Баскетбол. Передвижения, повороты, броски мяча в баскетбольную корзину	1
78	Баскетбол. Ведение мяча и броски в баскетбольную корзину	1
79	Баскетбол. Штрафные броски	1
80	Баскетбол. Штрафные броски	1
81	Баскетбол. Защитные действия	1
82	Баскетбол. Защитные действия	1
83	Баскетбол. Тактические действия	1
84	Баскетбол. Тактические действия	1
85	Баскетбол. Игра по правилам	1
86	Баскетбол. Игра по правилам	1
87	Контрольный урок по теме «Баскетбол»	1
88	Спортивные игры	1
89	Метание малого мяча в горизонтальные и вертикальные цели	1
90	Метание малого мяча в горизонтальные и вертикальные цели	1
91	Тестирование бега на 30 м	1
92	Тестирование бега на 100 м	1
93	Тестирование челночного бега 3 × 10 м	1
94	Метание гранаты на дальность	1
95	Прыжки в длину с разбега	1
96	Равномерный бег. Развитие выносливости	1
97	Равномерный бег. Развитие выносливости	1
98	Тестирование бега на 2000 и 3000 м Тестирование бега на 2000 и 3000 м	1
99	Шестиминутный бег	1
100	Эстафетный бег	1
101	Эстафетный бег Nx300 м	1
102	Эстафеты, подвижные и спортивные игры	1
		1
103	Эстафеты, подвижные и спортивные игры	1
104	Эстафеты, подвижные и спортивные игры	1
105	Эстафеты, подвижные и спортивные игры	1

11 класс

П/П №	Тема урока	Количество часов
1	Организационно-методические требования на уроках физической культуры. Т/Б	1
2	Тестирование бега на 100 м	1
3	Бег на короткие дистанции 20 м, 30 м	1
4	Тестирование бега на 60 м и челночного бега 10 × 10 м	1
5	Техника метания гранаты на дальность с разбега	1
6	Метание гранаты на дальность с разбега	1
7	Тестирование бега на 2000 и 3000 м	1
8	Прыжки в длину с разбега	1
9	Прыжки в длину с разбега	1
10	Равномерный бег. Развитие выносливости. 300 м	1
11	Тестирование шестиминутного бега	1
12	Равномерный бег. Развитие выносливости. 400 м	1
13	Равномерный бег. Развитие выносливости. 400 м	1
14	Броски малого мяча в горизонтальную цель	1
15	Броски большого мяча в горизонтальную цель	1
16	Прыжки в высоту	1
17	Прыжки в высоту	1
18	Прыжки в высоту	1
19	Прохождение легкоатлетической полосы препятствий	1
20	Единоборства. Т/Б	1
21	Самостраховка в единоборствах	1
22	Приемы борьбы лежа	1
23	Приемы борьбы лежа	1
24	Приемы борьбы стоя	1
25	Приемы борьбы стоя	1
26	Удары кулаком в голову и защита от них	1
27	Контрольный урок по теме «Единоборства»	1
28	Инструкция по технике безопасности на занятиях гимнастикой	1
29	Кувырок назад через стойку на руках. Кувырок вперед через препятствие	1
30	Переворот боком. Прыжки в глубину с высоты	1
31	Акробатические комбинации	1
32	Акробатические комбинации	1
33	Упражнения на гимнастическом бревне и перекладине	1
34	Упражнения на гимнастическом бревне и перекладине	1
35	Упражнения на гимнастическом бревне и перекладине	1
36	Упражнения на гимнастическом бревне и перекладине	1
37	Круговая тренировка	1

38	Круговая тренировка	1
39	Круговая тренировка	1
40	Круговая тренировка	1
41	Круговая тренировка	1
42	Опорные прыжки	1
43	Опорные прыжки	1
44	Опорные прыжки	1
45	Контрольный урок по теме «Опорные прыжки»	1
46	Спортивная игра «Гандбол»	1
47	Броски мяча в гандболе	1
48	Спортивная игра «Гандбол»	1
49	Инструкция по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой. Попеременный двушажный ход, одновременный двушажный ход	1
50	Переход с одновременных ходов на попеременные	1
51	Переход с одновременных ходов на попеременные	1
52	Коньковый ход на лыжах	1
53	Коньковый ход на лыжах	1
54	Лыжные эстафеты	1
55	Лыжные эстафеты	1
56	Подъемы на склон и спуски со склона	1
57	Подъемы на склон и спуски со склона	1
58	Подъемы на склон и спуски со склона	1
59	Торможение и поворот «упором»	1
60	Прохождение дистанции 3 км на лыжах	1
61	Прохождение дистанции 3 км на лыжах	1
62	Контрольный урок по теме «Лыжная подготовка»	1
63	Волейбол. Т/Б	1
64	Волейбол. Тактические действия. Учебная игра	1
65	Волейбол. Подача (верхняя, нижняя)	1
66	Волейбол. Передачи мяча сверху двумя руками	1
67	Волейбол. Приемы и передачи мяча	1
68	Волейбол. Приемы и передачи мяча	1
69	Волейбол. Подачи мяча	1
70	Волейбол. Подачи мяча	1
71	Волейбол. Нападающий удар	1
72	Волейбол. Нападающий удар	1
73	Волейбол. Защитные действия	1
74	Волейбол. Защитные действия	1
75	Контрольный урок по теме «Волейбол»	1
76	Баскетбол. Передвижения, повороты, броски мяча в баскетбольную корзину	1
77	Баскетбол. Передвижения, повороты, броски мяча	1

	в баскетбольную корзину	
78	Баскетбол. Ведение мяча и броски в баскетбольную корзину	1
79	Баскетбол. Штрафные броски	1
80	Баскетбол. Штрафные броски	1
81	Баскетбол. Защитные действия	1
82	Баскетбол. Защитные действия	1
83	Баскетбол. Тактические действия	1
84	Баскетбол. Тактические действия	1
85	Баскетбол. Игра по правилам	1
86	Баскетбол. Игра по правилам	1
87	Контрольный урок по теме «Баскетбол»	1
88	Спортивные игры	1
89	Метание малого мяча в горизонтальные и вертикальные цели	1
90	Метание малого мяча в горизонтальные и вертикальные цели	1
91	Тестирование бега на 30 м	1
92	Тестирование бега на 100 м	1
93	Тестирование челночного бега 3 × 10 м	1
94	Метание гранаты на дальность	1
95	Прыжки в длину с разбега	1
96	Равномерный бег. Развитие выносливости	1
97	Равномерный бег. Развитие выносливости	1
98	Тестирование бега на 2000 и 3000 м Тестирование бега на 2000 и 3000 м	1
99	Шестиминутный бег	1
100	Эстафетный бег	1
101	Эстафетный бег Nх300 м	1
102	Эстафеты, подвижные и спортивные игры	1
		1
103	Эстафеты, подвижные и спортивные игры	1
104	Эстафеты, подвижные и спортивные игры	1
105	Эстафеты, подвижные и спортивные игры	1