

**Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Побединская средняя общеобразовательная школа»**

РАССМОТРЕНО
Руководитель МО
_____ Н.Ю. Сахарных
Протокол № 1
от «29» 08 . 2024 г.

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по ВР
_____ С.В.Елисеева
Протокол № 1
от «29» 08 . 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор
_____ М.Д.Георгиу
Приказ № 131
от «29» 08 . 2024 г.

**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Если хочешь быть здоров»
направление: спортивно – оздоровительное
1– 4 классы
срок реализации программы 4 года**

**Составитель:
Воробьева Н.В.**

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"ПОБЕДИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"**, Георгиу
Марина Дмитриевна, директор

26.09.24 10:44 (MSK)

Сертификат E51970C1BFBF739F489422EFF9013CBF

п.Победа, 2023
СОДЕРЖАНИЕ.

1. Пояснительная записка.
2. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности
3. Содержание курса внеурочной деятельности.
4. Тематическое планирование.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"ПОБЕДИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"**, Георгии
Марина Дмитриевна, директор

26.09.24 10:44 (MSK)

Сертификат E51970C1BFBF739F489422EFF9013CBF

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1 Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Если хочешь быть здоров» (спортивно-оздоровительное направление) для 1-4 классов составлена на основе следующих нормативных документов:

1. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373, с изменениями и дополнениями от 26 ноября 2010, от 22 сентября 2011г., 18 декабря 2012, 29 декабря 2014г., 18 мая 2015г., 31 декабря 2015г.);

2. Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 03.08.2018 N 337-ФЗ) "Об образовании в Российской Федерации";

3. Планом внеурочной деятельности муниципального казённого общеобразовательного учреждения «Побединская СОШ» на 2023-24 уч. год;

Сегодня много говорят о малоподвижном образе жизни школьников, что отрицательно сказывается на их здоровье, умственном, физическом и психологическом развитии. Подвижные игры в рамках внеклассной работы в значительной степени могут восполнить недостаток движения, а также помогут предупредить умственное переутомление и повысить работоспособность детей в время учёбы.

Подвижные игры — естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Программа «Если хочешь быть здоров» формирует метапредметные умения и навыки у учащихся. Т.к. игра основной вид деятельности младшего школьника, основы здорового образа жизни воспитываются и усваиваются непосредственно через игру. Посредством игры развивают ловкость, гибкость, силу, моторику рук, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения, в них познаются этические нормы. Они разнообразны и эмоциональны. Помимо того, подвижные и спортивные игры имеют огромное значение для духовно-нравственного, эстетического, семейного воспитания.

Таким образом, программа направлена на духовное совершенствование личности учащегося начальной школы, расширение его историко-культурного кругозора и повышение уровня физической подготовленности.

Игра как средство воспитания здорового образа жизни.

Развитие подвижных игр в воспитательных целях связано с образом жизни людей. В играх отражаются особенности психического складанародностей, идеология, воспитание, уровень культуры и достижения науки. Кроме того, некоторые игры приобретают определённый оттенок в зависимости от географических и климатических условий.

Игра в жизни ребёнка.

Игры предшествуют трудовой деятельности ребёнка. Он начинает играть до того, как научиться выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы. Таким образом, игровая деятельность не является врождённой способностью, свойственной младенцу с первых дней его существования. Предпосылками игровой деятельности в онтогенезе служат рефлексы. Двигательная игровая деятельность возникает в жизни ребёнка условно - рефлексорным путём, при тесной взаимосвязи первой и второй сигнальных систем. Она формируется и развивается в результате общения ребёнка с внешним миром. При этом большое значение имеет воспитание как организованный педагогический процесс.

Оздоровительное значение подвижных игр.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"ПОБЕДИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА", Георгию
Марина Дмитриевна, директор

26.09.24 10:44 (MSK)

Сертификат E51970C1BFBF739F489422EFF9013CBF

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие вразнообразную, преимущественно динамическую, работу различных крупных и мелких мышц тела.

Цель программы: сформировать у младших школьников 1-4 классов мотивацию сохранения и приумножения здоровья средством подвижной игры.

Задачи:

1. сформировать у младших школьников начальное представление о здоровом образе жизни, культуре движений;
 2. выработать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями и подвижными играх;
- учить младших школьников сознательно применять физические упражнения, подвижные игры в целях самоорганизации и отдыха, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
 - развивать умения ориентироваться в пространстве;
 - развивать познавательный интерес, воображение, память, мышление, речь;
 - создавать условия для проявления чувства коллективизма;
 - развивать активность и самостоятельность;
 -
 - обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям, применению их в различных по сложности условиях.

При проведении занятий можно выделить два направления:

- **оздоровительная направленность**, обеспечивающая наряду с укреплением здоровья активный отдых, восстановление или поддержание на оптимальном уровне умственной работоспособности;
- **повышение двигательной подготовленности учащихся**, отвечающей требованиям учебной программы.

«Подвижные игры» — это еженедельные занятия физическими упражнениями в спортивных залах и на открытом воздухе, которые проводятся во внеурочное время. Это активный отдых, который снимает утомление, вызванное учебной деятельностью, и способствует повышению двигательной активности школьников. Занятия, проводимые на открытом воздухе, имеют оздоровительную ценность.

Место курса внеурочной деятельности в плане

Занятия подвижными играми входят во внеурочную спортивно-оздоровительную деятельность для решения задач воспитания и социализации детей.

Программа ориентирована на младших школьников и имеет общий объем 135 ч. Соответственно: 1 класс – 33 часа. 2 класс – 34 часа. 3 класс – 34 часа. 4 класс – 34 часа.

Общая характеристика подвижных игр

Сюжетные игры. Игры этого вида строятся на основе опыта детей, имеющих у них представлений и знаний об окружающей жизни, профессиях (летчик, пожарный, шофер и т. п.), средствах транспорта (автомобиль, поезд, самолет), явлениях природы, образе жизни и повадках животных и птиц. Некоторые особенности поведения животных (хитрость лисы, повадки хищников - волка, щуки, быстрота движений зайцев, птиц, заботливость наседки и т. п.), наиболее характерные моменты выполнения трудовых действий людьми разных профессий, особенности движения различных транспортных средств служат основой для развертывания сюжета и установления правил игры.

Сюжетные подвижные игры преимущественно коллективные, количество играющих может быть различным (от 5 до 25), и это позволяет широко использовать игры в разных условиях и с разными целями.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"ПОБЕДИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА", Георгию
Марина Дмитриевна, директор

26.09.24 10:44 (MSK)

Сертификат E51970C1BFBF739F489422EFF9013CBF

В сюжетных играх обычно основная масса детей изображает, например, птичек, зайчиков, а один ребенок или воспитатель становится исполнителем ответственной роли - волка, лисы, кота. Действия детей тесно взаимосвязаны. Так, активность ребенка, исполняющего роль волка, побуждает остальных участников игры - зайцев - двигаться быстрее, энергичнее. Это составляет игровые действия детей. Однако каждый ребенок, играя, проявляет самостоятельность, инициативу, быстроту и ловкость в меру своих возможностей.

Бессюжетные игры. Бессюжетные игры типа ловишек, перебежек очень близки к сюжетным - в них лишь нет образов, которыми дети подражают, все остальные компоненты те же: наличие правил, ответственных ролей (ловишек, салок), взаимосвязанные игровые действия всех участников. Эти игры, так же как и сюжетные, основаны на простых движениях, чаще всего беге в сочетании с ловлей и прятанием и т. п. Однако следует учесть, что бессюжетные игры требуют от детей большей самостоятельности, быстроты и ловкости движений, ориентировки в пространстве, чем сюжетные. Это объясняется тем, что игровые действия в них связаны не с разыгрыванием сюжета, где возможно сочетание разных движений их чередование, а с выполнением конкретного двигательного задания.

Игровые упражнения. Подвижные игры и упражнения взаимосвязаны, однако по целевому назначению, педагогическим задачам, содержанию и методике проведения игра и упражнение не тождественны. Подвижная игра имеет в основе определенный замысел (образный или условный). Упражнения же представляют собой методически организованные двигательные действия, специально подобранные с целью физического воспитания, суть которых заключается в выполнении конкретных заданий ("Попади в воротца" и др.)

Многие упражнения имеют сюжетный характер, т. е. в них вносится элемент игры (например, "По мостику", "Через ручеек"). Это делает их более интересными для детей, позволяет привлечь внимание малышей к предлагаемым двигательным заданиям и способствует более старательному и точному их выполнению.

Во время таких упражнений у учителя есть возможность проследить за каждым ребенком и, если у кого-то упражнение не получилось, предложить проделать его повторно. Следовательно, в игровых упражнениях в отличие от подвижных игр более определенно выступают задачи прямого обучения. В этом их особенность при развитии движений у детей.

Игровые упражнения можно использовать на занятиях по физической культуре и, особенно, при проведении индивидуальной работы по развитию движений в занятиях, как с отдельными детьми, так и с небольшими группами.

Игры с мячом. Важнейшим принципом отбора содержания для начального обучения упражнениям с мячом является выделение тех действий с мячом без него, которые:

- составляют основу техники любой подвижной и спортивной игры с мячом; - доступны детям младшего школьного возраста;
- дают наиболее эффективный результат в решении игровых задач.

На начальном этапе обучения целесообразно упражнять детей в разнообразных действиях, а также стимулировать свободные игры с мячом в самостоятельной двигательной деятельности, не ставя целью отработку техники этих действий.

Очень важно научить детей правильно держать мяч. Исходное положение — держать мяч на уровне груди двумя руками. При этом руки должны быть согнуты, локти опущены вниз, кисти рук сбоку мяча, пальцы широко расставлены.

• *Ловля мяча.* Необходимо учить детей встречать мяч руками как можно раньше, образуя из пальцев как бы половину полого шара, в который должен поместиться мяч. Ребенок следит за полетом мяча и, как только мяч коснется кончиков пальцев, должен захватить его

и подтянуть к себе амортизирующим движением. При этом одновременно надо сгибать ноги так, чтобы принять положение исходной стойки.

- *Передача мяча.* Одновременно с ловлей мяча необходимо обучать детей передаче его двумя руками с места, а в дальнейшем в

документ подписан электронной подписью

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

"ПОБЕДИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА", Георги

Марина Дмитриевна, директор

26.09.24 10:44 (MSK)

Сертификат E51970C1BFBF739F489422EFF9013CBF

движении. При передаче ребенок должен опустить мяч на небольшую дугу к туловищу — вниз — на грудь, разгибая руку вперед, от себя послать мяч активным движением кисти, одновременно разгибая ноги. Такая техника передачи мяча осваивается детьми постепенно.

• *Ведение мяча.* На начальном этапе обучения детям более доступно ведение мяча с высоким отскоком, потому что оно не требует низкой стойки. Затем появляется возможность научить ребенка передвигаться на полусогнутых ногах. И, наконец, он легко осваивает ведение мяча с обычным отскоком по прямой, с изменением направлений, а также при противодействии другого игрока. При ведении мяча дети приучаются передвигаться на слегка согнутых ногах, наклоняя тело несколько вперед. Рука, ведущая мяч, при этом согнута в локте, кисть со свободно расставленными пальцами накладывается на мяч сверху и от себя. Толчки мяча игрок выполняет несколько сбоку от себя, равномерно, согласованно, с передвижением.

Решающим условием обучения детей действиям с мячом является рациональность избираемой методики, которая строится на основе учета возрастных особенностей детей и их физической подготовленности. При этом в полной мере необходимо учитывать интересы и возможности детей.

Процесс обучения упражнениям с мячом можно условно разделить на следующие этапы:

- первоначальное обучение;
- углубленно-разучивание;
- закрепление и совершенствование движений.

На каждом из них ставятся определенные задачи, которые осуществляются при помощи соответствующих средств и методов физического воспитания. Очень важно обеспечить постепенное усложнение условий выполнения действий в зависимости от имеющихся у детей навыков обращения с мячом. Четкая последовательность в взаимосвязи средств и методов обучения создает оптимальные условия для формирования двигательных действий.

ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

Универсальными компетенциями учащихся по курсу являются:

- умения организовывать собственную игровую деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в процессе игры;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия в игре со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы в процессе игры.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками в процессе игры на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"ПОБЕДИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА", Георги
Марина Дмитриевна, директор

26.09.24 10:44 (MSK)

Сертификат E51970C1BFBF739F489422EFF9013CBF

- обеспечивать защиту и сохранность природы в время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную игровую деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную игровую деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетически признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями в процессе игры с сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- представлять игру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить с сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать с сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Планируемые результаты освоения обучающимися программы подвижных и спортивных игр.

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности обучающиеся ко окончании начальной школы **должны иметь представление:**

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- о режиме дня и личной гигиене;
- о способах изменения направления и скорости движения;
- об играх разных народов;
- о разнообразии спортивных игр;
- о соблюдении правил игры

уметь:

- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение

"ПОБЕДИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА", Георгиевский район, Ставропольский край

Марина Дмитриевна, директор

26.09.24 10:44 (MSK)

Сертификат E51970C1BFBF739F489422EFF9013CBF

- играть в подвижные и спортивные игры;
- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
- выполнять строевые упражнения;
- соблюдать правила игры.

Ожидаемые результаты:

- высокий уровень мотивации и здорового образа жизни;
- укрепление здоровья и повышение физической подготовленности и выносливости;
- формирование двигательных действий с мячом;
- соблюдение дисциплины, правил безопасного поведения в местах проведения спортивных игр и занятий спортом;
- самостоятельная организация и проведение подвижных и спортивных игр в малых группах сверстников;
- соблюдение норм общения и взаимодействия с одноклассниками и сверстниками в процессе подвижных игр и занятий спортом;
- владение двигательными действиями, составляющими содержание подвижных игр –

проявление самостоятельности в принятии адекватных решений в условиях игровой деятельности.

Способы проверки: проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей), проведение массовых мероприятий, соревнований, конкурсов, праздников, тестирование, обобщающие и закрепляющие занятия.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 1 КЛАССА

- **Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ.** (включается во все занятия).

Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, отказ от вредных привычек, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви, инвентаря. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

- **Правила игр, соревнований, мест занятий, инвентарь** (включается во все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

- **Подвижные игры с мячом.** Эстафеты с использованием спортивного инвентаря и оборудования (мячи, скакалки, обручи, кегли и т. д.), «Охотники и утки» (Правила игры, развитие основных навыков быстрого перемещения по площадке), «Вышибалы» (Правила игры, развитие навыков ловли и передачи мяча, метания подвижной цели.), и т. д.

- **Занимательные игры.**

Игры на развитие внимания: «Воробы-вороны», «Третий лишний», «Лиса и зайцы», «Попади мячом», «Запрещенное движение», «Огонек», «Манеж», «Шумелка».

Игры на координацию движений: «Вышибалы», «Охотники и утки», «Игра с мячом», «Гонки крокодилов», «Вьюны», «Домашние хлопоты», «5+5», «Ловушка» и т. д.

Игры на развитие ловкости: «Попади в мишень», «Зевака», «Квач», «Падающая палка», «Гуси», «Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки», «Хвостики», «Паровозики», «Часы пробили ...», «Веселая скакалка» и т. д.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 2 КЛАССА
 МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
 "ПОБЕДИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА", Георгии
 Марина Дмитриевна, директор

26.09.24 10:44 (MSK)

Сертификат E51970C1BFBF739F489422EFF9013CBF

- **Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ** (включается в все занятия).

Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

- **Правила игр, соревнований, мест занятий, инвентарь** (включается в все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

Подвижные игры с мячом. «Бомбардировка» (Правила игры, развитие основных навыков владения мячом). «Охотники и утки» (Правила игры, развитие основных навыков быстрого перемещения по площадке). «Братишка спаси» (Правила игры, основы перемещения, индивидуальные соревнования). Эстафеты с использованием спортивного инвентаря и оборудования (мячи, скакалки, обручи, кегли и т.д.)

- **Игровые упражнения.** «По мостику» (Перебраться с одной стороны площадки на другую по линиям разметки). «Через ручеек» (Правила передвижения через канат). «Бросок в цель» (Сбивание волейбольного мяча теннисными). «Боулинг» (Перекачивание мячей содной стороны площадки на другую).

- **Занимательные игры.**

Игры на развитие внимания: «Воробьи-вороны», «Третий лишний», «Лиса и зайцы», «Попадим мячом», «Запрещенное движение», «Огонек», «Манеж», «Шумелка».

Игры на координацию движений: «Вышибалы картинками», «Охотники и утки», «Игра с мячом», «Гонки крокодилов», «Вьюны», «Домашние хлопоты», «5+5», «Ловушка» и т.д.

Игры на развитие ловкости: «Попади в мишень», «Зевака», «Квач», «Падающая палка», «ЗАЯЦ БЕЗ ЛОГОВА», «САНТИКИ - САНТИКИ-ЛИМ-ПО-ПО», «Гуси», «Горелка», «У медведя в борю», «Рыбаки и рыбки» и т.д.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ КЛАССА

- **Основы знаний о подвижных играх.** Что такое подвижные игры? Познакомить с правилами подвижных игр. Разбор проигрывания игр с мячом. Понятие правил игры, выработка правил.

- **Подвижные игры без мячей.**

Игры на развитие внимания: «Воробьи - вороны», «Третий лишний», «Лиса и зайцы», «Запрещенное движение», «Огонек», «Манеж», «Шумелка» и т.д.

Игры на координацию движений: «Вышибалы картинками», «Охотники и утки», «Игра с мячом», «Гонки крокодилов», «Вьюны», «Домашние хлопоты», «5+5», «Ловушка» и т.д.

Игры на развитие ловкости: «Попади в мишень», «Зевака», «Квач», «Падающая палка», «Гуси», «Горелка», «У медведя в борю», «Рыбаки и рыбки» и т.д.

- **Эстафеты.**

Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам» и т.д. Эстафеты с бегом прыжками, преодолением препятствий.

Эстафеты с гимнастическими палками, скакалками, обручами, кеглями.

- **Спортивные и подвижные игры с мячами.** «Бомбардировка» (Правила игры, развитие основных навыков владения мячом).

«Охотники иутки» (Правила игры, развитие основных навыков быстрого перемещения по площадке). «Братишка спаси» (Правила игры, основы перемещения, индивидуальные соревнования), «Пионербол» (Правила игры, подачи, прием мяча, тактика нападения и защиты) Эстафеты с использованием спортивного инвентаря и оборудования (мячи, скакалки, обручи, кегли и т.д.)

- **Дистанционные олимпиады по предмету физкультура.**

Предусматривает знакомство учеников с теоретическими знаниями по физкультуре, проведение олимпиад, разбор заданий и награждение. Проводится 2 раза в год.

- **Соревнования.** Проведение соревнований по различным видам: плавание, пионербол, дартс, перестрелка и вывоз детей на массовые старты: «Кросс-нации», «Лыжный марафон», «Лыжня – России».

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 4 КЛАСС

Особенностью программы является то, что она, основываясь на курсе обучения игре в пионербол, раскрывает обязательный минимум учебного материала для такого рода программ. Курс обучения игре в пионербол технически неприемы, которые в ней задействуются, содержат все больше и возможности не только для формирования двигательных навыков у детей и развития их физических способностей, но и также служат примером нравственного воспитания учащихся. Игра в пионербол развивает у школьников стремление к познанию, вырабатывает волю и характер, формирует чувство коллективизма, и способствует становлению личности. В рамках этой программы осуществляется проведение системного отбора учащихся, имеющих задатки и способности к дальнейшей спортивной ориентации и профессиональной деятельности в области пионербола. Программа рассчитана на количество часов, отводимые на изучение образовательной области «Физическая культура», базисным учебным планом и системой дополнительного образования. Программа разделена по классам и реализуется поэтапно с учетом возрастных особенностей учащихся и в соответствии с учебным планом.

Наступив на начальное образование следует обеспечить детям с учетом их потребностей физиологическую норму двигательной активности, необходимую для нормального развития основных систем организма и моторики растущего человека. Во втором классе учащиеся знакомятся с физическими упражнениями, преимущественно в игровой форме. Они должны понять важность правильного выполнения движений. Во третьем классе они поэтапно разучивают и осваивают двигательные действия до уровня умений. В четвертом классе продолжается совершенствование двигательных умений до приобретения ими устойчивых навыков. При организации и проведении занятий физической культурой в образовательном учреждении следует строго соблюдать установленные санитарно-гигиенические требования и правила безопасности.

Программа состоит из семи разделов:

1. Основы знаний о физической культуре и спорте.
2. Техника безопасности и охрана труда занятиях физической культурой и спортом.
3. Общая физическая подготовка.
4. Специальная физическая подготовка.
5. Контрольные и тестовые упражнения.
6. Медицинский контроль.
7. Мониторинг.

В разделе «**Основы знаний о физической культуре и спорте**» представлен материал, который дает начальные основы знаний о

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

"ПОБЕДИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА", Георгию

Марина Дмитриевна, директор

26.09.24 10:44 (MSK)

Сертификат E51970C1BFBF739F489422EFF9013CBF

собственном организме, гигиенических требованиях при занятиях физической культурой и спортом.

Раздел «**Техника безопасности и охраны труда на занятиях физической культурой и спортом**» знакомит учащихся с основными правилами техники безопасности, при организации занятий физической культурой и спортом.

Раздел «**Общая физическая подготовка**» содержит материал, реализация которого формирует у младших школьников общую культуру движений, укрепляет их здоровье, содействует развитию и совершенствованию умений и навыков, развивает основные физические качества.

В разделе «**Специальная физическая подготовка**» представлен материал с рекомендациями физических упражнений игрового характера, способствующих обучению младших школьников основным техническим приемам игры в футбол. В этом разделе учитель имеет возможность самостоятельно подбирать игровые задания.

Раздел

«**Контрольные и тестовые упражнения**» содержит подборку упражнений, выполнение которых позволяет учителю определить степень усвоения учебного материала и физическую готовность учащихся.

Раздел «**Мониторинг**» содержит материал, позволяющий учителю иметь возможность следить за физическим состоянием учащихся.

Принципы - от простого к сложному, от знакомого к неизвестному - на которых строятся учебные занятия, дают возможность последовательно от класса к классу обучать учащихся новым, более сложным двигательным действиям.

Качество учебного процесса во многом зависит от правильного распределения учебных занятий в течение года, для чего необходимо составить годовой план их проведения.

Главной целью планирования является создание предпосылок для начального обучения пионерболу. В дальнейшем обучении каждый гол циклически повторяет предыдущий, в котором учащиеся должны выходить на качественно более высокий уровень владения мячом, с повышением физических и двигательных возможностей организма, чтобы игра приносила радость и удовольствие.

1 класс
Календарно-тематическое планирование
курса «Если хочешь быть здоров»
(в рамках внеурочной деятельности) 33 часа (1 раз в неделю)

№ п/п	Дата	Тема занятия	Виды деятельности, формы проведения	Кол-во часов
1		Беседа пот.б., знакомство с правилами подвижных игр	Знакомство (Правила поведения, командных действий, закрепление навыков игры)	1
2		Подвижные игры «Часы пробили...», «Разведчики»		1
3		Красивая осанка. Подвижные игры «Хвостики», «Запрещённое движение»		1
4		Учись быстро и ловко. Подвижные игры «Прыжки», «Кто быстрее?», «Самый координированный»	Лёгкая атлетика (Закрепление и совершенствование навыков бега, прыжков, метаний, способностей к ориентированию в пространстве)	1
5		Сила нужна каждому. Подвижные игры «Быстрая тройка»		1
6		Ловкий. Гибкий. Подвижные игры «Медведь спит», «Весёлая скакалка»		1
7		Весёлая скакалка. Подвижная игра «Очистить свой сад от камней»,		1
8		Сила нужна каждому. Подвижные игры «Командные салки», «Сокол и голуби»		1
9		Развитие быстроты. Подвижные игры «Найди нужный цвет», «Разведчики»		1
10		Кто быстрее?		1

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"ПОБЕДИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА", Георгию
 Марина Дмитриевна, директор

26.09.24 10:44 (MSK)

Сертификат E51970C1BFBF739F489422EFF9013CBF

11		Скакалочка-выручалочка. Подвижные игры «Ногивышеотземли», «Выбегайизкруга»		1
12		Подвижная игра «Лисаицыплята»	Спортивные игры (Навыки держания, ловли, передачи, броска мяча)	1
13		«Старт после броска», «Играй-играй, мяч не теряй».		1
14		Подвижные игры «Охотники и дичь», «Сумей догнать»		1
15		Ловкая и коварная гимнастическая палка, «Гонка с обручем»	Гимнастика (развитие способностей к дифференцированию параметров движения, ориентированию в пространстве)	1
16		Подвижная игра «Удочка с приседанием», «Падающая палка», «Успей в обруч»		1
17		Развиваем точность движений. Подвижные игры «Вращающаяся скакалка», «Подвижная цель», «Воробушки и кот».		1
18		Подвижные игры «Караси и Щука», «Веер», «Паровозик».	(Комплексное развитие координационных способностей)	1
19		Игровые соревновательные упражнения мячами		1
20		Игровые соревновательные упражнения мячами		1
21		Подвижная игра «Лисаицыплята»		1
22		Подвижная игра «Салки»		1
23		Закрепление. «Салки» и др. по выбору учащихся.		1
24		Мыстроим крепость. Подвижная игра «Мороз – Красный нос». Игры по желанию учащихся.		1
25		Круговая эстафета.		1
26		«Погоня», «Снайперы»		1
27		Удивительная пальчиковая гимнастика. Подвижные игры «Метание в цель», «Попади в мяч».		1
28		Развитие скоростных качеств. Подвижные игры «Быстровстрой», командные «колдунчики».	Лёгкая атлетика, Элементы спортивных игр (Закрепление навыков игры, скоростных, кондиционных способностей, навыков владения мячом, умений играть в команде)	1
29		Развитие выносливости. Подвижные игры «мяч капитану», «Бездомный заяц», «Охотники и утки».		1
30		Развитие реакции. Подвижные игры «Пустое место», «Боулинг».		1
31		Прыжок за прыжком.		1
32		Мир движений из здоровья. Подвижные игры «Гонка мячей», «Падающая палка».		1
33		Мы стали быстрыми, ловкими, сильными, выносливыми. Подвижные игры «Торный дворик», «Еретишлишний». «Передал-		1

документ подписан электронной подписью

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ПОВЕДИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА,
 Георгиевский район, д. Сергеевское

26.09.24 10:44 (MSK)

Сертификат E51970C1BFBF739F489422EFF9013CBF

		садись».		
--	--	----------	--	--

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"ПОБЕДИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"**, Георги
Марина Дмитриевна, директор

26.09.24 10:44 (MSK)

Сертификат E51970C1BFBF739F489422EFF9013CBF

2 класс
Календарно-тематическое планирование
курса «Если хочешь быть здоров» (в рамках внеурочной
деятельности) 34 часа (1 раз в неделю)

№ п\п	Дата	Тема занятия	Виды деятельности, формы проведения	Кол-во часов	
1		Беседа по Т.Б. знакомство с правилами подвижных игр.	Знакомство (Правила поведения, закрепление навыков игры)	1	
2		Подвижная игра «Часы пробили...».		1	
3		Подвижные игры «Хвостики», «Запрещённое движение».		1	
4		Подвижные игры «Пятнашки», «Охотники и утки».	Лёгкая атлетика (Закрепление навыков бега, прыжков, метаний, способностей ориентирования в пространстве)	1	
5		Подвижная игра «Быстрая тройка».		1	
6		Подвижные игры «Медведь спит», «Весёлая скакалка».		1	
7		Подвижная игра «Очистить свой сад от камней».		1	
8		Подвижные игры «Командные салки», «Соколи голуби».		1	
9		Развитие быстроты. Подвижные игры «Найди нужный цвет», «Разведчики».		1	
10		Подвижная игра «Кто быстрее?».		1	
11		Подвижные игры «Ног выше от земли», «Выбегай из круга».		1	
12		Подвижная игра «Лиса и цыплята с волейбольным мячом».		Подвижные игры, подводящие к пионерболу (Навыки закрепления ловли, передачи, броска мяча)	1
13		«Старт после броска», «Играй-играй, мяч не теряй».			1
14		Подвижные игры «Охотники и утки с мячами», «Регби».	1		
15		Ловкая и коварная гимнастическая палка, «Гонка с обручем».	Гимнастика (развитие способностей к дифференцированию параметров движения, ориентированию в пространстве)	1	
16		Подвижные игры «Удочка с приседанием», «Падающая палка», «Успей в обруч».		1	
17		Развиваем точность движений. Подвижные игры «Вращающаяся скакалка», «Подвижная цель».		1	
18		Подвижные игры «Караси и Щука», «Веер» с баскетбольными мячами.	Игровые упражнения с волейбольными и баскетбольными мячами	1	
19		Игровые и соревновательные упражнения с мячами.		1	
20		Игровые и соревновательные упражнения с мячами		1	

документ подписан электронной подписью

21		Подвижная игра «Регби».		1
22		Подвижная игра «Братишки спаси».		1
23		Закрепление навыков ведения. «Салки с мячами» и др. по выбору учащихся.		1
24		Подвижная игра «Простой пионербол».		1
25		Круговая эстафета с баскетбольными и волейбольными мячами.		1
26		Подвижные игры «Погоня», «Снайперы».	Лёгкая атлетика, Элементы спортивных игр (Закрепление навыков игры, скоростных, координационных способностей, навыков владения мячом, умений играть в команде)	1
27		Удивительная гимнастика. Подвижные игры «Метание в цель», «Попади в мяч».		1
28		Развитие скоростных качеств. Подвижные игры «Быстровстрой», командные эстафеты.		1
29		Развитие быстроты. Подвижные игры «мяч капитану», «Бездомный заяц», «Охотники и утки».		1
30		Развитие реакции. Подвижные игры «Пустое место», «Боулинг».		1
31		Подвижная игра «Прыжок за прыжком».		1
32		Подвижные игры «Гонка мячей», «Падающая палка».		1
33		Подвижные игры «Точный поворот», «Третий лишний». «Передал - садись».		1
34		Подвижные игры «Третий лишний», «Передал - садись».		1

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"ПОБЕДИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"**, Георгию
Марина Дмитриевна, директор

26.09.24 10:44 (MSK)

Сертификат E51970C1BFBF739F489422EFF9013CBF

3 класс
Календарно-тематическое планирование
курса «Если хочешь быть здоров» (в рамках внеурочной
деятельности)+34 часа в течение года

№ п\п	Дата	Тема занятия	Виды деятельности, формы проведения	Кол-во часов
1		Беседа пот. б., знакомство с правилами подвижных игр.	Раздел №1 на всех занятиях: Знакомство с правилами поведения и техникой безопасности. Раздел №2	1
2		Подвижные игры «Часы проббили...», «Разведчики»		1
3		<i>Игры на развитие ловкости:</i> «Горелка», «У медведя в борю», «Рыбаки и рыбки» и т.д.		1
4		<i>Игры на развитие внимания:</i> «Воробьи- вороны», «Третий лишний», «Лиса и зайцы»		1

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"ПОБЕДИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА", Георгию
 Марина Дмитриевна, директор

26.09.24 10:44 (MSK)

Сертификат E51970C1BFBF739F489422EFF9013CBF

5		<i>Игрынакоординациюдвижений: «Вышибалыскартинками», «Охотникии утки», «Играсмячом», «Гонкикрокодилов»</i>	Подвижныеигрыбезмячей(Правилаповедения, командных действийзакреплениенавыковигры)	1
6		<i>Игрынакоординациюдвижений: «Гонкикрокодилов», «Вьюны», «Домашниехлопоты»,</i>	Раздел№1 навсех занятиях.	1
7		<i>Игрынаразвитиеловкости: «Попадивмишень», «Зевака», «Квач».</i>	Раздел№2 Подвижныеигрыбезмячей	1
8		<i>Игрынаразвитиеловкости: «Падающаяпалка», «Гуси», «Горелка»</i>		1
9		<i>Игрынаразвитиеловкости: «Горелка», «Умедведявобору», «Рыбакиирыбки»ит.д</i>		1
10		<i>Игрынаразвитиевнимания: «Запрещенноедвижение», «Огонек», «Манеж», «Шумелка»ит.д.</i>		1
11		Скакалочка-выручалочка.Подвижныеигры«Ногивышеотземли», «Выбегайизкруга»		1
12		Подвижнаяигра«Лисаицыплята»		1
13		Игра«Бомбардировка», «Перестрелка»	Раздел№1 навсех занятиях:Раздел№4 Спортивныеигры (Навыкидержания, ловли, передач и, броскамяча)	1
14		Подвижныеигры«Охотникииутки», «Сумейдогнать»		1
15		Игры«Братишкаспаси», «Перестрелка»		1
16		Игра«Пионербол»	Раздел№4 Спортивныеигры	1
17		Игра«Пионербол»	Раздел№1 навсех занятиях:техника безопасности, техникаловли, передача чимяча Раздел№4 Спортивные игры(Правилаигры, подачи, приеммяча, тактиканападенияизащиты)	1
18		Игра«Пионербол»		1
19		Игра«Пионербол»		1
20		Игра«Пионербол»		1
21		Игра«Пионербол»		1
22		Игра«Пионербол»		1

документ подписан электронной подписью

Муниципальное общеобразовательное учреждение
"Повединская средняя общеобразовательная школа", Георгию
Марина Дмитриевна, директор

26.09.24 10:44 (MSK)

Сертификат E51970C1BFBF739F489421EFF9013C8F

23	Эстафеты мячами. Правила игры. «Бег по кочкам» Эстафеты гимнастическими палками, скакалками, обручами, кеглями	Раздел №3 Эстафеты	1
24	Эстафеты бегом прыжками, преодолением препятствий.		1
25	Эстафеты гимнастическими палками, скакалками, обручами, кеглями		1
26	Эстафеты бегом прыжками, преодолением препятствий.		1
27	Игра «Пионербол»	Раздел №1 на всех занятиях: техника безопасности, техника ловли, передачи мяча Раздел №4 Спортивные игры (Правила игры, подачи, приема мяча, тактика нападения и защиты)	1
28	Игра «Пионербол»		1
29	Игра «Бомбардировка», «Перестрелка»		1
30	Игра «Пионербол»		1
31	Игра «Пионербол»		1
32	Игра «Бомбардировка», «Перестрелка»		1
33	Игра «Пионербол»		1
34	Игра «Пионербол»		1
Итого:			34 часа

4 класс
Календарно-тематическое планирование
курса «Если хочешь быть здоров» (в рамках внеурочной
деятельности) 34 часа (1 раз в неделю)

№	дата	Содержание учебного материала	Количество часов
1		Инструкция по технике безопасности Подвижные игры: «Вышибалы», «Мяч вверх» Тестирование.	1
2		Комплекс ОРУ №1 (с мячами). Правила игры. Переходы. Прием мяча низкий. Прыжки со скакалкой. Основы знаний о физкультуре и спорте	1
3		Комплекс ОРУ №1 (с мячами). Правила игры. Переходы. Прием мяча низкий. Прыжки со скакалкой. Основы знаний о физкультуре и спорте	1
4-5		Комплекс ОРУ №1 (с мячами). Правила игры. Переходы. Прием мяча низкий. Прыжки со скакалкой. Основы знаний о физкультуре и спорте	2

6	КомплексОРУ№1(с мячами).Правила игры. Переходы. Приём мяча низкий. Прыжки со скакалкой.Основызнанийофизкультуреи спорте	1
7	КомплексОРУ№2.(Смячами)Приёмы:низкий,высокий.Подачи.Прыжкисоскакалкой.Пионербол	1
8-9	КомплексОРУ№2.(Смячами)Приёмы:низкий,высокий.Подачи.Прыжкисоскакалкой.Пионербол	2
0-11	КомплексОРУ№3.Подачи.Опроспоправиламигры.Игра«Трикасания».Пионербол	2
12-13	КомплексОРУ№3.Подачи.Опроспоправиламигры.Игра«Трикасания».Пионербол	2
14-15	КомплексОРУ№3.Подачи.Опроспоправиламигры.Игра «Трикасания».Пионербол	2
16-17	КомплексОРУ№4.Правилаформированиякоманд.Видыподач.Пионербол.	2
18-19	КомплексОРУ№4.Правилаформированиякоманд.Видыподач.Пионербол.	2
20-21	КомплексОРУ№4.Правилаформированиякоманд.Видыподач.Пионербол.	2
22-23	КомплексОРУ№4.Правилаформированиякоманд.Видыподач.Пионербол.	2
24-25	Подготовкактурниру.КомплексОРУ№5 Формированиекоманд.Пионербол.Инструкцияпотехникебезопасности	2
26	Подготовкактурниру.КомплексОРУ№5. Формированиекоманд.Пионербол.Инструкцияпотехникебезопасности	1
27-30	Турнирпопионерболу	4

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"ПОБЕДИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"**, Георгию

Марина Дмитриевна, директор

26.09.24 10:44 (MSK)

Сертификат E51970C1BFBF739F489422EFF9013CBF

31		КомплексОРУ№5. Техникаатаки.Пионербол.Игра«Мячвверх»	1
32		КомплексОРУ№5. Техника атаки.Пионербол.Игра«Мяч ввверх»	1
33		КомплексОРУ№6.Пионерболсблокированием.Игра«Собачки»	1
34		КомплексОРУ№6.Пионерболсблокированием.Игра«Собачки»	1

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"ПОБЕДИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"**, Георгии
Марина Дмитриевна, директор

26.09.24 10:44 (MSK)

Сертификат E51970C1BFBF739F489422EFF9013CBF