# МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Приморского края

Администрация Надеждинского муниципального района

МБОУ СОШ № 10

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА (ID 1933965)

учебного предмета «Физическая культура»

для 5 класса основного общего образования на 2022-2023 учебный год

Составитель: Вовк Елена Александровна учитель физической культуры

#### ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

#### ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

При создании рабочей программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком иличности, способной активно дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации. В рабочей рабочей программе для 5 класса данная программе нашли свои отражения объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития российского общества, условия деятельности образовательных организаций, возросшие требования родителей, учителей и методистов к совершенствованию содержания школьного образования, внедрению новых методик и технологий в учебно-воспитательный процесс.

рабочая программа сохраняет исторически сложившееся предназначение дисциплины «Физическая культура» в качестве средства подготовки учащихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, организма занимающихся, являющихся повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, укрепления их здоровья, повышения развития жизненно важных физических качеств.

Программа обеспечивает преемственность с Примерной рабочей программой начального среднего общего образования, предусматривает возможность активной подготовки учащихся к выполнению нормативов «Президентских состязаний» и «Всероссийского физкультурноспортивного комплекса ГТО».

#### ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Общей целью школьного образования по физической культуре является формирование разносторонне физически развитой использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях В своей социально-ценностной ориентации двигательной деятельностью и спортом.

> Развивающая направленность рабочей программы определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей основой надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение школьниками знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладноориентированной физической культурой, возможностью познания своих

физических спосбностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение рабочей программы заключается в содействии активной социализации школьников на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию. В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.

Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования в основной школе является воспитание целостной личности учащихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы. Реализация этой идеи становится возможной на основе содержания учебной дисциплины «Физическая культура», которое

представляется двигательной деятельностью с её базовыми компонентами: информационным (знания о физической культуре), операциональным (способы самостоятельной деятельности) и мотивационно-процессуальным (физическое совершенствование).

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета, придания ей личностно значимого смысла, содержание рабочей программы представляется системой модулей, которые входят структурными компонентами в раздел «Физическое совершенствование».

Инвариантные модули включают в себя содержание базовых видов спорта: гимнастика, лёгкая атлетика, зимние виды спорта

(на примере лыжной подготовки), спортивные игры, плавание. Данные модули в своём предметном содержании ориентируются на всестороннюю физическую подготовленность учащихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

Вариативные модули объединены в рабочей программе модулем «Спорт», содержание которого разрабатывается образовательной организацией на основе Примерных модульных программ по физической культуре для общеобразовательных организаций, рекомендуемых

Министерством просвещения Российской Федерации. Основной содержательной направленностью вариативных модулей является подготовка учащихся к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, активное вовлечение их в соревновательную деятельность.

Исходя из интересов учащихся, традиций конкретного региона или кодификаторе элементов образовательной организации, модуль «Спорт» может разрабатываться учителями физической культуры на основе содержания базовой физической подготовки, национальных видов спорта, современных оздоровительных систем. В настоящей рабочей программе в помощь учителям физической культуры в рамках данного модуля, представлено примерное содержание «Базовой физической подготовки».

# МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

В 5 классе на изучение предмета отводится 3 часа в неделю, суммарно 102 часа.
Вариативные модули (не менее 1 часа в неделю) могут быть реализованы во внеурочной деятельности, в том числе в форме сетевого взаимодействия с организациями системы

дополнительного образования детей.

При подготовке рабочей программы учитывались личностные и метапредметные результаты, зафиксированные в Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования и в «Универсальном содержания и требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования».

### СОДЕРЖАНИЕ **УЧЕБНОГО** ПРЕДМЕТА

Знания о физической культуре. Физическая культура в основной школе: задачи, содержание и формы организации занятий. Система дополнительного обучения физической культуре; организация спортивной работы в общеобразовательной школе.

Физическая культура и здоровый образ жизни: характеристика основных форм занятий физической культурой, их связь с укреплением здоровья, организацией отдыха и досуга.

Исторические сведения об Олимпийских играх Древней Греции, характеристика их содержания и правил спортивной борьбы. Расцвет и завершение истории Олимпийских игр древности.

Способы самостоятельной деятельности. Режим дня и его значение для учащихся школы, связь с умственной работоспособностью. Составление индивидуального режима дня; определение основных индивидуальных видов деятельности, их временных диапазонов и последовательности в выполнении

Физическое развитие человека, его показатели и способы измерения. Осанка как показатель физического развития, правила предупреждения её нарушений в условиях учебной и бытовой деятельности. Способы измерения и оценивания осанки. Составление комплексов физических упражнений с коррекционной направленностью и правил их самостоятельного проведения.

Проведение самостоятельных занятий спортивнофизическими упражнениями на открытых площадках и в деятельности домашних условиях; подготовка мест занятий, выбор одежды и обуви; предупреждение травматизма. Оценивание *Модуль «Гимнастика»*. состояния организма в покое и после физической группировке; кувырки нагрузки в процессе самостоятельных занятий кувырки назад из стойки физической культуры и спортом.

Составление дневника физической культуры.

Физическое совершенствование. Физкультурнооздоровительная **деятельность**. Роль и значение физкультурнооздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека. Упражнения утренней зарядки и физкультминуток,

дыхательной и зрительной гимнастики в процессе учебных занятий; закаливающие процедуры после занятий утренней зарядкой.

Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов; развитие координации; формирование телосложения с использованием внешних отягощений.

Спортивнооздоровитель ная деятельность. Роль и значение оздоровитель ной в здоровом образе жизни современног о человека.

Кувырки вперёд и назад в «согнув ноги»; вперёд ноги «скрестно»; на лопатках (мальчики). Опорные прыжки через гимнастического козла ноги врозь (мальчики); опорные прыжки на гимнастического козла с последующим спрыгиванием (девочки).

Упражнения на низком гимнастическом бревне: передвижение ходьбой с поворотами кругом и на 90°, лёгкие подпрыгивания; подпрыгивания толчком двумя ногами; передвижение

приставным шагом (девочки). Упражнения на гимнастической лестнице: перелезание приставным шагом правым и левым боком; лазанье разноимённым способом по диагонали и одноимённым способом вверх. Расхождение на гимнастической скамейке правым и левым боком способом «удерживая за плечи».

Модуль «Лёгкая атлетика». Бег на длинные дистанции с равномерной скоростью передвижения с высокого старта; бег на короткие дистанции с максимальной скоростью передвижения. Прыжки в длину с разбега способом прыжки в высоту с прямого разбега.

Метание малого мяча с места в вертикальную неподвижную мишень; метание малого мяча на дальность с трёх шагов разбега.

Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом; повороты на лыжах переступанием на месте и в лвижении

по учебной дистанции; подъём по пологому склону способом «лесенка» и спуск в основной стойке; преодоление небольших бугров и впадин при спуске с пологого склона.

Модуль Совершенствова «Спортивные ние техники

*игры»*. ранее

<u>Баскетбол</u>. разученных Передача мяча гимнастических

двумя руками от и

груди, на месте и в акробатических движении; ведение упражнений, мяча на месте и в упражнений движении «по лёгкой атлетики

прямой», «по кругу» и зимних видов

и «змейкой»; бросок спорта,

мяча в корзину технических двумя руками от действий

груди с места; ранее спортивных игр.

разученные *Модуль «Спорт»*. действия с мячом. Физическая подготовка к

Прямая нижняя выполнению подача мяча; нормативов комплекса ГТО

приём и комплекса ГТО с передача мяча двумя руками средств базовой физической на месте и в подготовки, движении; видов спорта и ранее оздоровительных

разученные систем

технические физической действия с культуры, мячом. национальных

футбол. Удар по видов спорта, неподвижному мячу культурно-

внутренней этнических игр.

стороной стопы с небольшого разбега;

остановка

катящегося мяча

способом

«наступания»;

ведение мяча «по

прямой», «по кругу»

и «змейкой»;

обводка мячом

ориентиров

(конусов).

ПЛАНИРУЕМ
ЫЕ
<b>ОБРАЗОВАТЕ</b>
ЛЬНЫЕ
<b>РЕЗУЛЬТАТЫ</b>

# ЛИЧНОСТН **РЕЗУЛЬТАТ**

Готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменоволимпийцев; готовность отстаивать символы Российской Федерации во время спортивных соревнований, уважать традиции и принципы современных Олимпийских игр и олимпийского движения; готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного физическому

взаимодействия совершенствованжизни как организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом,

условиях

активного

готовность

поведение и

поступки во

проведения

совместных

физической

культурой,

спортивных

мероприятиях и

соревнованиях;

готовность

медицинскую

помощь при

травмах и

соблюдать

совместных

физической

культурой и

стремление к

спортом;

ушибах,

время

занятий

оказывать

первую

участия в

занятий

время

самовыражению физическое, в избранном виде спорта; готовность оздоровительны организовывать х мероприятий в и проводить занятия физической

формированию

культуры

движения и

телосложения,

отдыха и досуга; культурой и спортом на основе научных профилактическ представлений о ие мероприятия оценивать своё

закономерностях по физического развития и физической подготовленност активному

и с учётом самостоятельных организма после физической наблюдений за значительных изменением их умственных и

показателей; осознание здоровья как базовой ценности

человека, время занятий признание объективной физической необходимости в культурой и его укреплении испортом,

длительном правила техники сохранении безопасности во посредством занятий

физической культурой и спортом; осознание необходимости ведения

ие мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, здорового образа спортивной

влияния вредных требования к умений организации руководствоват бивуака во время ься ими в туристских познавательной

одежды;

соблюдать

правила и

готовность

средства

пагубного

привычек на

психическое и

способность

социальное

здоровье

человека;

стрессовым

ситуациям,

осуществлять

регулированию

эмоциональных

напряжений,

физических

готовность

нагрузок;

соблюдать

проводить

правила

профилактики

походов, и практической противостоять деятельности, действиям и поступкам, общении со адаптироваться к приносящим сверстниками, публичных вред

окружающей

и дискуссиях. среде; освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении

восстановлению на уроках культуры, игровой и соревновательно сравнение й деятельности; соревнователь

повышение компетентности упражнений в организации безопасности во самостоятельных игр древности занятий

культурой, планировании их игр, выявлять содержания и гигиенические и направленности

физической

профилактическ в зависимости от осмысливать индивидуальных Олимпийскую интересов и потребностей; формирование

юший представлений об основных и хкиткноп терминах движения,

МЕТАПРЕД МЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТ Ы

выступлениях

физического

воспитания и

спортивной

тренировки,

Универсальн учебных заданий ые познаватель

> ные действия: проводить

Олимпийских

современных Олимпийских их общность и различия;

хартию как основополага документ современного олимпийского приводить примеры её гуманистическо й направленности

		MANTIN	занятий на	на основе	ошибки и	с помонн ю
	устанавлив	между уровнем	открытых	определённых		с помощью
анализиров	ать	развития	площадках	правил и	способы их	процедур контроля и
ать влияние	причинно-	физических	И	регулировать		функциональ
занятий	следственн	качеств,		1 2 1	,	ных проб;
физической		ŕ	правилами	нагрузку по	изучать и	-
культурой	ую связь	состоянием	предупреж	частоте пульс		составлять
и спортом	между	здоровья и	дения	и внешним	обсуждать	и выполнять
на	планирован	функциона	травматизм	признакам	технику	акробатическ
	ием режима	льными	a.	утомления;	«иллюстратив	
воспитание	дня и	возможнос			ного образца»	
положитель	изменениям	ТЯМИ	Универсальн	_	ь разучиваемого	
НЫХ	И	основных	ые	технику	упражнения,	
качеств	показателе	систем	коммуникаті		рассматривать	
личности,	й	организма;	вные	упражнения,	И	самостоятель
устанавлив	работоспос		действия:	выделять	моделировать	НО
ать	обности;	устанавлив	выбирать,	фазы и	появление	разучивать
возможнос	V.OTOVAD TVID	ать	анализировати	<sub>5</sub> элементы	ошибок,	сложно-
ТЬ	устанавлив	причинно-	И	движений,	анализировати	координиров
профилакт	ать связь	следственн	систематизиро	<sub>о</sub> подбирать	возможные	анные
ики	негативног	ую связь	вать	подготовители	ьпричины их	упражнения
вредных	о влияния	между	информацию	ные	появления,	на
привычек;	нарушения	качеством	из разных	упражнения и	выяснять	спортивных
	осанки на	владения	источников об	5 планировать	способы их	снарядах;
характериз	состояние	техникой	образцах	последователн	ь устранения.	активно
овать	здоровья и	физическог	техники	ность решения	Я	взаимодейст
туристские	ВЫЯВЛЯТЬ	O	выполнения	задач	Универсальн	вовать в
походы как	причины	упражнени	разучиваемых	обучения;	ые учебные	условиях
форму	нарушений,	ЯИ	упражнений,	оценивать	регулятивные	учебной и
активного	измерять	возможнос	правилах	эффективност	действия:	игровой
отдыха,	индивидуал	ТЬЮ	планирования	ь обучения		деятельности
ВЫЯВЛЯТЬ	ьную	возникнове	самостоятельн	н посредством	выполнять	,
их целевое	форму и	ния травм и	ых занятий	сравнения с	индивидуальн	ориентирова
предназнач	составлять	ушибов во	физической и	эталонным	ые комплексы	
ение в	комплексы	время	технической	образцом;	физических	указания
сохранении	упражнени	самостояте	подготовкой;	наблюдать,	упражнений с	учителя и
И	й по	льных	вести	анализировати		правила
укреплении	профилакти	занятий	наблюдения з		функциональн	игры при
здоровья;	ке и	физической	развитием	 контролирова		возникновен
руководств	коррекции	культурой	физических	ь технику	направленнос	гии
оваться	выявляемы	и спортом;	качеств,	выполнения	ью, выявлять	конфликтны
требования	X		сравнивать их	1	особенности	хи
ми техники	нарушений;	устанавлив	_	упражнений	их	нестандартн
безопаснос		ать	показатели с	другими		ых ситуаций,
ти во время		причинно-	данными	учащимися,	воздействия	признавать
передвиже	устанавлив	следственн	возрастно-	сравнивать её	на состояние	своё право и
ния по	ать	ую связь	половых	- Parimeare oo	организма,	-
	arb	ую свизв	OTOLITOPESS	с этапонным	nonnumue ere	право лругих
маршруту и	причинно-	между	стандартов,	с эталонным образиом	развитие его	право других
маршруту и организаци		2	составлять	образцом,	резервных	на ошибку,
	причинно-	между	_	образцом,	-	на ошибку,

совместное исправление; разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодейств уют при совместных тактических действиях в защите и нападении, терпимо относится к ошибкам игроков своей команды и команды соперников;

организовыва ть оказание первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельн ых занятий

со учебной упорах на мяч	а двумя
физической стандартами деятельност низкой демонстрирорука	ами
культурой и, составлять и, гимнастичес вать технику сниг	зу и
спортом, комплексы выполнять кой прыжка в свер	оху с
применять способы и упражнений комплексы перекладине длину с мест	та и в
приёмы по упражнений (мальчики); разбега дви	жении,
помощи в коррекции и физкультми в способом пря	мая
зависимости профилакти нуток, передвижен «согнув ниж	<b>RRH</b> 3
от характера ке её дыхательнойиях по ноги»; пода	ача);
- 1,	утбол
	цение
травмы. <sub>их</sub> гимнастики; ходьбой и ся на лыжах <sub>мяч</sub>	a c
	номерно
•	оростью
<b>РЕЗУЛЬТ</b> дня; упражнений поворотами, двухшажны в ра	ЗНЫХ
составлять оздоровител м ходом (для нап	равления
К концу дневник ьной подпрыгива бесснежных <sub>X, П</sub>	
The state of the s	едача
Kyntryph i Kyntryph in Abyr norus	а, удар
обучающийс вести в нём развитие на месте и с передвижен по	
• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	одвижно
лемонстриро	мячу с
RALE	
технические	бега);
	нировать
физической развития и телосложени ся по деиствия в трен культуры, нафизической я; гимнастичес спортивных ся в	
Kysibi ypis, nawnsh teekon h,	ажнения
TRUCTORIUM UAUKUUJI V	
moeth, onophism	цефизиче
физическим содержание разбега лазать мяча с ской	•
	циальной
	ической
	готовки с
условиях проведения способом вверх и по направления учёт	гом
	ивидуаль
отдыха и ьных ия с выполнять передача ных	и
	растно-
проводить м равномерно руками от поле	ОВЫХ
померение з спрынивание	бенносте
индивидуаль b м» с высокого места и в й.	
ной осанки ипрофилакти (девочки); старта по движении);	
сравнивать ку выполнять учебной волейбол	
сравнивать выполнять	
её утомления упражнения дистанции; (приём и передача	

#### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

N₂	Наименов
п/п	разделов и
	программ
Раздел 1. ЗНАНИЯ О Ф	ризическо
1.1.	Знакомств
	c
	программ
	M
1.2.	Знакомств
1.4.	системой
	дополните
	обучения
	<u> </u>
1.3.	Знакомств
	понятием
	«здоровый
	жизни» и
1.4.	Знакомств
	древних О
	игр
Итого по разделу	
Раздел 2. СПОСОБЫ С	САМОСТОЯ
2.1.	Режим дня
2.1.	его значен
	для
	современн
	F
2.2.	Самостоят
	е составле
	индивидуа
	о режима д
2.3.	Физическо
	развитие
	человека і
	факторы,
2.4.	Осанка ка
۷.٦.	показател
	физическо
	развития
	2202021
2.5.	Измерение
	индивидуа
	льных

показател

	3.4.	Воднь

2.6.	Упражнения для профилактики нарушения осанки
2.7.	Организация и проведение самосгоятельн ых занятий
2.8.	Проце опред состоя с поме
2.9.	Иссле влиян оздор форм
2.10	Ведение дневника физической культуры
Итого по разделу	
Раздел 3. ФИЗИЧЕСКО	ре совершенствование
3.1.	Знако тво с
3.2.	Упражнения утренней зарядки
3.3.	Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики

3.5.	Упражнения на развитие гибкости
3.6.	Упражнения на развитие координации
3.7.	Упражнения на формирование телосложения
3.8.	Mo «I
3.9.	Модуль «Гимнасти ка». Кувырок вперёд в группиров
3.10.	Модуль «Гимнастика».
3.11.	Ме «Г ». Вп
3.12.	Mo «I
3.13.	Модуль «Пимнастика ». Опорный прыжок на гимнастичес кого козла
3.14.	Me «I
3.15.	М «I Ла пе

3.16.	Ī
3.17.	Ī
3.18.	
3.19.	
3.20.	l
3.21.	
	Ĺ

3.22.	
3.23.	
3.24.	
3.25.	
3.26.	
3.27.	
3.28.	
3.29.	
3.30.	

3.31.
1
3.32.
3.33.
3.34.
3.35.
3.36.

3.37.	
3.38.	
3.38.	
3.39.	
3.40.	
3.41.	
3.42.	
3.43.	
Итого по разделу	
Раздел 4. СПОРТ	
4.1.	
Итого но раздажи	
Итого по разделу	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕС	

ПОУ РОЧ НОЕ ПЛА НИР ОВА НИЕ

№ п/п

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

12.

13.

14.

15.

16.

17.

18.

19.

20.

21.

24.

25.

26.

27.

28.

29.

30.

31.

32.

33.

36.

37.

38.

39.

40.

41.

42.

45.

46.

47.

48.

49.

50.

51.

52.

55.

56.

57.

58.

59.

60.

61.

62.

63.

64.

65.

68.

69.

70.

71.

72.

73.

74.

75.

76.

77.

78.

79.

80.

81.

82.

83.

84.

85.

86.

87.

88.

89.

90.

91.

92.

93.

95.96.97.98.

99.

ОБІЦЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ

```
ы 30 у
     и В н
                          BA =
учче ве о
                         TE_n
ЕБ<sub>СК Д В</sub>
                         ЛЬ R
Н
Ы
{
m HO}_{
m ag} {
m _{H}}
ме ку е ы
                    Ш
ТО ЛЬ СВ М
                         \mathbf{E}^{\mathsf{S}}
                         PE 6
                    0
диту о
ЧЕ ра й в
                         CY f
                    Л
                         PC<sub>r</sub>
СК, 5 ва и
                         Ы S
\mathbf{OE}_{K\Pi} р д
                         И
РЕ В
ОБ ас иа а
ЕС с/ нт м
                         \mathbf{C}\mathbf{y}^0
\frac{\mathbf{H}}{\mathbf{H}\mathbf{E}}\mathbf{M}:
                         PC W
               Д
                         Ы
ниат
\mathbf{E} Be \mathbf{M}\mathbf{E}_{\mathbf{B}}
                         CE
обев Тои
                         TИh
          ДИ ж
ЧЕ ж
                         \mathbf{UH_{t}}
PA<sub>A</sub>.
                         TE<sub>t</sub>
30 П. СК е
                    Γ
                          PH
BA
                    y
                         \mathbf{ET}^{\mathbf{p}}
          \mathbf{HE}^{\,\mathrm{H}}
TE'
ль А
                    \mathbf{M}
                              \mathbf{S}
          М и
         АТ й
                    a
                         h :
HO<sup>K</sup>
          EP
                         t
                             /
                    Н
ГОц
          \mathbf{H}\mathbf{A}_{\mathbf{H}}
                   И
                              /
ПР и
          Л
                    T
ОЦо
                         p
                             W
ЕС не ДЛ
                         S
                              W
CA<sub>p</sub>
          \mathbf{R}^{\mathbf{y}}
                              W
р я у
ОБ ое ИТ о
ЯЗ об ЕЛ к
                         /
                    И
                         /
                    3
                              y
АТ об ЕЛ к
                    Д
                         \mathbf{W}
                              0
          Я
ЕЛ<sup>Щ</sup>
                         W
                              u
ьнес м
                         W
                              t
                    Ц
Ы тв
                              u
          e
\mathbf{E} o
               ф
                    e
                              b
                         y
          Т
уЧ<sub>«</sub>
               И
                    Η
                         0
          o
                              e
ЕБ И
               3
                         u
H зд
                    p
                         t
                              c
               И
         И
               Ч
                         u
                              0
     ат
\mathbf{E}
                    В
                         b
               e
                              m
м ел
                    Л
                        e
                              /
               c
АТ ьс
EP TB O
                    A
               К
                               w
иа о
                    Д
               0
                        c
                               a
Л « у
Ы п
                    O o
               й
                              t
ДЛ П ч
                    C m
                              c
                              h
я po е
               К
                    ЦИ_{\mathrm{W}}
               y
уч св н
                    ΦΡ α OB .
               Л
                              v
EH e
          И
                    ы<sup>t</sup>
ИК Щ я
                              =
                    \mathbf{E} \mathbf{c}
                              W
A
     ен
               T
                    ОБ h
                              k
    ие о
                    PA ?
из »; с
                               В
```

В

q

r

v

Z

4

J

o

				(				_	C	5									_	
M	С	o c	Ч	( T	Н	p	a	В	C	б	Γ	И	M	M	K	п	0	Н	Ь	Ч
AT	י זז	Т	e c	e	a c	ж	р ь	e c	е	O Л	И	н a	н a	а л	a	Д	T y	ы e	H Ы	И
EP		1	к	Н	T	К	e	Н	К	Ь	M	и	c	ы	Γ	Я	y	C	e	ф
ИА ЛЬ		Γ	a	Н	И	0	p	Ы	a	Н	Н		T	й	И	7		Н		y
HC		И	Я	И	Ч	В	Ы	e		Ы	a	M	И		M	П	Б	a		T
- TE	К	M		c	e				В	e	c	o	Ч	(	Н	p	a	В	C	б
XH	a	Н	ж	Н	c	В	Л	c	o		T	c	e	T	a	Ы	p	e	e	o
Ид	Я	a	e	Ы	К		/		Л		И	T	c	e	c	Ж	Ь	c	T	Л
EC		c	c	й	a	В	a	к	e	A	Ч		К	Н	T	К	e	Н	К	Ь
КС Е		T	T	)	Я	Ы		o	й	П	e	Γ	a	H	И	o	p	Ы	a	Н
OF		И	К			c	T	Л	б	T	c	И	Я	И	Ч	В	Ы	e		Ы
EC		Ч	a	~	_	O	p	Ь	O	e	К	M		c	e				В	e
ПЕ ЧЕ	3	e	Я	C	O	T	e	Ц	Л	Ч	a	Н	Ж	Н	c	В	Л	c	0	
$\mathbf{H}V$	L	c		К	б	У	Н	a	Ь	К	Я	a	e	Ы	К	_	/		Л	
E	Л	К	M	a	p		И	M	Н	a		c	c	й	a	В	a	К	e ×	A
OE PA		И Й	M	K	y	C	p	И	a	м	К	T	T	)	Я	ы c	T	0	й б	П Т
<b>30</b>	_	И	a T	а л	Ч	T	O B	И	Я	M e	0	И Ч	к a			0	p	Л Ь	0	e
BA TE		П	Ы	К	Γ	0	0	Y1		Д	3	e	Я	C	O	T	e e	Ц	Л	Ч
те ЛЬ		0	ы	a	И	й	ч	c	M	И	e	c	Л	К	б	y	Н	a	Ь	К
HC	a	Д	Γ		M	К	Н	e	Я	Ц	Л	К		a	p	J	И	M	Н	a
ГО ПР	c	К	И	Γ	Н	И	Ы	Т	Ч	И		И	M	К	y		p	И	a	
OL	T	И	M	И	a		e	к	И	Н	Γ	й	a	a	Ч	C	0		Я	M
EC	и	Д	Н	M	c	Д		o		c	И		T	Л		T	В	И		e
CA	Ч	Н	a	Н	T	Л		й	В	К	M	П	Ы	К	Γ	O	o			Д
уч	e	o	c	a	И	Я	Ш		o	a	H	O		a	И	й	Ч	c	M	И
<b>Б</b> Б	^	й	T	c	Ч		И	M	Л	Я	a	Д	Γ		M	К	H	e	Я	Ц
HC			И	T	e	П	T	Я	e	OFO	c	К	И	Γ	Н	И	Ы	T	Ч	И
Е ОБ		_	Ч	И	c	p	Ы	Ч	й ~	<b>ОБО</b> <b>РУД</b>	Т	И	M	И	a		e	К	И	Н
OP		C	e	Ч	К	Ы	5	И	б	РУД ОВА		Д	Н	M	c	Д		0	ъ	c
УД		K	C	e	и й	Ж	б a	б	0	НИЕ ДЛЯ		Н	a	Н	T	Л Я	Ш	й	B O	K
OB AH		a M	к и	с к	И	K O	a c	a	Л Ь	ПРО		o й	c T	a c	И Ч	Л	И	M	Л	а я
ИЕ		e	e	a		В	к	c	Н	ВЕЛ		Y1	И	Т	e	П	T	Я	e	Л
С	p	й	·	Я	П		e	К	ы	ЕНИ Я	<b>Г</b> "		Ч	И	c	p	Ы	Ч	й	
Т	e	К			Л	В	Т	e	e	ПРА		C	e	Ч	К	Ы		И	б	
e	К	a	M		a		б	T		КТИ		К	c	e	И	ж	б		o	
Н	Л		Я	П	Н	В	o	б		ЧЕС КИХ		a	К	c	й	К	a	б	Л	
К	a	Γ	Ч	a	К	Ы	Л	o	M	РАБ		M	И	К		o	c	a	Ь	
a	Д	И		Л	a	c	Ь	Л	Я	OT	e	e	e	a		В	К	c	Н	
	И	M	M	К		o	Н	Ь	Ч	C	p	й		Я	Π		e	К	Ы	
Γ	H	H	a	a	Д	T	Ы	Н	И	T	e	К			Л	В	T	e	e	
И	a	a	Л		Л	y	e	Ы	_	e	К	a	M		a		б	T		
M		c	ы	Γ	Я			e	ф	Н	Л		Я	П	Н	В	0	б	N #	
Н	<b>)</b> /	T	й	И	_	E	Н		У	К	a	Γ	Ч	a	К	Ы	Л	0	M	
a	M	И		M	П	Б	a		T	a	Д	И		Л	a	С	Ь	Л	Я	