


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Целинная средняя школа № 14

Согласовано:
Зам. директора по УВР
 /Делявская Т.А./
« 30 » августа 2018г



Утверждено:
Директор МБОУ Целинная СШ № 14
Синяк О.В./
Приказ № 31 от 31.08.18 г

**Рабочая программа по физической культуре
на 2018-2019 учебный год
11 класс**

Составитель: Морозов Александр Анатольевич, учитель физической культуры и ОБЖ

Программа рассмотрена на школьном методическом объединении учителей естественно-математического цикла, учителей технологии, физкультуры и ОБЖ.

Протокол № 1 от 29.08.2018г

с. Целинное
2018 г

Оглавление

1. Пояснительная записка	3
2. Содержание учебного предмета	4
3. Календарно-тематическое планирование.....	5
4. Требования к уровню подготовки учащихся.....	6
5. Критерии и нормы оценки знаний, умений и навыков учащихся.....	7
6. Источники информации.....	8
7. Средства обучения.....	9

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре для 11 класса разработана на основании следующих документов:

Федеральный компонент государственного стандарта общего образования (Приказ МО РФ № 1089 от 05.03.2004 г.);

Письмо МО и науки РФ от 07.07.2005г. №03-1263 «О Примерных программах по учебным предметам федерального базисного учебного плана»

Положение о порядке разработки и утверждении рабочих программ, учебных курсов и дисциплин (приказ по школе № 4 от 13.01.2016 г.)

Образовательная программа МБОУ Целинной СШ № 14 (приказ по школе от 31.08.2018г. № 130)

Данная рабочая программа соответствует Федеральному компоненту государственного образовательного стандарта среднего общего образования и учебному плану ОУ.

Физическая культура является предметом Федерального компонента учебного плана ОУ базовый уровень, на реализацию которого отводится 3 недельных часа. Рабочая программа рассчитана на 99 часов в год. В связи с объединением 10-11 классов в один класс- комплект учебный материал будет изучен блоками: в 2017-2018 году в 10-11 классе будет пройден учебный материал за курс 11 класса, а в 2018-2019 учебном году за курс 10 класса.

По предмету учитывается: культурно-исторические и национально-родовые традиции региона, его климатические и географические условия; состояние здоровья обучающихся, показатели их физического развития и физической подготовленности, возрастные интересы в сфере физической культуры и спорта. Оздоровительное направление – ориентируется на целенаправленное укрепление здоровья обучающихся, углубленное развитие физических качеств и способностей, оптимизацию работоспособности и предупреждение заболеваемости. На уровне среднего общего образования – использование различных видов физических упражнений с целью самосовершенствования, организации досуга и здорового образа жизни, организации индивидуального двигательного режима.

Спортивное направление характеризуется углубленным освоением учащимися на уровне среднего общего образования одного или нескольких видов спорта, предусмотренных образовательной программой, а также летних и зимних олимпийских видов спорта.

Общеразвивающее направление – ориентируется на расширенное и углубленное освоение обучающимися отдельных разделов действующих примерных программ среднего образования.

Необходимо учитывать состояние здоровья обучающихся и деление их на группы, а также использовать школьные спортивные сооружения и спортивные площадки; инновационные методики и технологии физического воспитания.

Предметом образования в области физической культуры является двигательная (физкультурная) деятельность, которая своей направленностью и содержанием связана с совершенствованием физической природы человека. В процессе освоения данной деятельности человек формируется как целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств. В соответствии со структурой двигательной деятельности, учебный предмет физической культуры структурируется по трем основным разделам: знания (информационный компонент деятельности), физическое совершенствование (мотивационно-процессуальный компонент деятельности) и способы деятельности (операциональный компонент деятельности).

Первая содержательная линия двигательной деятельности (как учебного предмета) - «Физкультурно-оздоровительная деятельность» характеризуется направленностью на укрепление здоровья учащихся и создание представлений о бережном к нему отношении, формирование потребностей в регулярных занятиях физической культурой и использование их в разнообразных формах активного отдыха и досуга.

Вторая содержательная линия двигательной деятельности (как учебного предмета) - «Спортивно-оздоровительная деятельность с прикладно-ориентированной физической подготовкой»

соотносится с возрастными интересами учащихся в занятиях спортом и характеризуется направленностью на обеспечение оптимального и достаточного уровня физической и двигательной подготовленности учащихся.

Общей целью образования в области физической культуры является формирование у учащихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В соответствии с этим, программа направлена на достижение следующих **целей**:

- развитие основных физических качеств и способностей, укрепление индивидуального здоровья, совершенствование функциональных возможностей организма;
- воспитание бережного отношения к собственному здоровью, потребности в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;
- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
- освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальной ориентации;
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

В ходе реализации программы осуществляются межпредметные связи: с математикой, физикой и биологией при изучении раздела «Легкая атлетика», «Гимнастика» и «Спортивные игры».

Этнокультурные особенности рассматриваются в виде контекстных включений в теме «Легкая атлетика и кроссовая подготовка».

Программа предназначена для реализации в общеобразовательном классе. В 11 классе 3 обучающихся. Физкультурная группа (основная).

Содержание учебного предмета (99 часа)

№ темы	Название темы	Содержание темы	Количество часов
1	Легкая атлетика и кроссовая подготовка.	Спринтерский бег. Метание гранаты на дальность. Прыжки в длину с разбега и с места. Прыжки в высоту. Техника бега на средние дистанции. Кроссовая подготовка. Теоретические сведения. НРК: спортивные игры на свежем воздухе.	49
2	Волейбол.	Комбинации из основных элементов техники передвижения. Техника приема и передачи мяча Разновидности подач. Техника нападающего удара. Совершенствование техники игры в защите. Совершенствование тактики игры. Игра по правилам.	19
3	Гимнастика с элементами акробатики.	Строевые упражнения. Обще развивающие упражнения. Совершенствование опорных прыжков. Акробатика. Упражнение на высокой перекладине. Упражнение на гимнастических кольцах. Теоретические сведения.	15
4	Баскетбол.	Теоретические сведения. Комбинации из основных элементов техники передвижения. Совершенствование ловли и передачи. Совершенствование техники ведения мяча. Техника бросков мяча. Техника защитных действий. Техника игры в нападении. Совершенствование тактики игры. Игра по правилам.	16

Согласовано:
 Зам.директора по УВР
 _____/Делявская Т.А./
 «_____» _____ 2018г.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

11 класс

№	Дата		ТЕМА УРОКА	форма контроля	повторение	оборудование
	По плану	ФАКТИЧЕСКИ				
			Легкая атлетика и кроссовая подготовка – 18 ч			
1	04.09		Т. Безопасности на уроках по легкой атлетике, техника низкого старта, стартовый разгон, финиширование, бег 30 м.с низкого старта.		Бег 30м	сек-р
2	05.09		Совершенствование низкого старта, стартового разгона, бег по дистанции 30 метров с хода, прыжок в длину с места. РК		Бег 60м	сек-р метр
3	07.09		Совершенствование бега по дистанции, бег 30 метров с хода, спортивные игры (футбол). Беседа: понятие о физической культуре личности		Бег 100м	сек ф. мяч
4	11.09		Эстафетный бег, передача эстафетной палочки, бег 30 метров, (русская лапта).		Стр 36	эст. пал. сек-р бита
5	12.09		Бег 100 метров, прыжки в длину с места. Прохождение полосы препятствий. Футбол, правило игры.		Бег 1000м	м. мяч
6	14.09		Бег 200-400 метров ,прохождение полосы препятствий. РК Беседа: предупреждения травматизма во время занятий Ф.К.			сек-р ф. мяч
7	18.09		Прохождение полосы препятствий. Бег в медленном темпе до 8 минут.			сек-р
8	19.09		Прохождение полосы препятствий на результат. Бег 800 метров.		метание	гранаты линейка
9	21.09		Техника прыжка в высоту. Челночный бег 3 x 10 метров РК.			кубики
10	25.09		Челночный бег 3 x 10 метров Футбол. Техника игры в нападении. Бег 1000 метров.		Бег 2000м	сек-р

11	26.09	Прыжок в высоту способом «перешагивания». Футбол техника игры в нападении			сек-р
12	28.09	Прыжок в длину с разбега Кросс 1500 метров Шестиминутный бег РК Русская лапта		Стр 124	стойки г. маты кубики
13	02.10	техника метания гранаты мальчики 700 гр. Девочки 500 гр. Прохождение полосы препятствий Футбол.		Передача мяча	кубики ф. мяч
14	03.10	Кросс по пересеченной местности. Футбол			стойки г. маты
15	05.10	Круговая тренировка в беге, метание гранаты 500 гр. Девочки 700 гр. Мальчики.			метр ф. мяч
16	09.10	Бег 2000 – 3000метров Игры РК,			сек-р
17	10.10	Легко атлетическое многоборье класса, правило судейства легкой атлетики.			гранат ы сек-р
18	12.10	Современные Олимпийские игры, История олимпиады.			
19	16.10	Волейбол - 19 Техника безопасности на уроках по волейболу, правило игры, двусторонняя игра.		Прыжки со скалкой	в. мяч в. мяч
20	17.10	Соревнование навыков приема и передач мяча. Двухсторонняя игра.			гранат ы
21	19.10.	Совершенствование навыков первых и вторых передач, навыки наподдающего удара Учебная игра. Беседа: основные формы и виды физ. Упр.		подтягивание	сек-р
22	23.10	Техника нападающего удара. Двухсторонняя игра.			сек-р стойки г.маты
23	24.10	Соревнование навыков нападающего удара. Двухсторонняя игра. Беседа :предупреждение травматизма во время занятий физ. Упр.			сек-р
24	26.10	Верхняя, нижняя передача мяча (жонглирование), командные действия в защите, . Учебная игра			в .мячи скокалк
25	06.11	Верхняя, нижняя передача мяча (жонглирование), командные действия в защите, обучение наподдающему удару. Учебная игра		Жонглирование	.

26	07.11	Верхняя прямая подача мяча, прием мяча после подачи. Учебная игра.		мяча	В. мячи
27	09.11	Прием мяча после подачи. Обучение игре в зоне 3. Учебная игра на мини пл-ки. Беседа: особенности урочных и неурочных форм занятий.			В. мячи
28	13.11	Командно тактические действия в нападении, сбрасывание мяча. Подачи мяча. Игра.		Сгибание разгибание рук в упоре лежа	В. мячи
29	14.11	Беседа: способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физ. Упражнениями.			
30	16.11	Блокирование мяч. Техника игры в зоне 3. Прием мяча после подачи. Двухстароня игр		Повороты на месте	В. мячи
31	20.11	Техника игры (углом вперед), прием мяча после подачи, наподдающий удар. Учебная игра. Беседа: формы и средства контроля индивидуальной физической деятельности.		повторение зачет	В. мячи
32	21.11	Прием мяча после подачи, наподдающего удара. Одиночное блокирование. Игра в защите. Учебная игра.			В. мячи
33	23.11	Прием мяча после подачи, наподдающего удара. Одиночное блокирование. Игра в защите. Учебная игра.			В. мячи
34	27.11	Техника игры в защите прием м. после подачи Тренировочная игра. Беседа: основа организации двигательного режима.		Кувырок вперед	В. мячи
35	28.11	Техника игры в нападении. Сов-ние наподдающего удара из зоны № 1 6 5, учебная игра			
36	30.11	Техника игры в нападении, наподдающий удар из зоны № 1 6 5, учебная игра.			В. мячи
37	04.12	Игра в волейбол, правело судейства			
38	05.12	Гимнастика-15 Техника безопасности на уроках по гимнастики. Строевые упражнения на месте и в движении. Повторение упражнений пройденных в 9 классе.		Вис на перекладине	В. мячи
39	07.12	Упражнение на высокой перекладине: мальчика (падьем переворотом) девочки акробатика.			В. мячи

40	11.12	Строевые упр на месте и в движении. Упражнение на высокой перекладине, (падьем переворотом мальчишки) акробатические упражнения (девочки), прыжки на скалки (количество раз).	Ком№3	в. мячи
41	12.12	Упражнение на высокой перекладине, (падьем переворотом мальчишки) акробатические упражнения (девочки), прыжки на скалки (количество раз).	Упр мост	в. Мячи
42	14.12	.Прыжок ноги врозь через коня в длину высотой 115 – 120 см (мальчишки), Прыжок углом с разбега под углом к снаряду и толчком одной ногой (конь в ширину, высота 110 см)	Ком ору	в. мячи
43	18.12	Прыжок ноги врозь через коня в длину высотой 115 – 120 см (мальчишки)	комбинированный	в. мячи
44	19.12	Опорные прыжки: Прыжок ноги врозь через коня в длину (мальчишки), прыжок углом с разбега под углом к снаряду и толчком одной ногой (конь в ширину) девочки.	комбинированный	в. мячи
45	21.12	Подтягивание перекладине (мальчишки), отжимание от скамейки (девочки). Длинный кувырок вперед через препятствие на высоте до 90 см.	круговая тренировка	в. мячи
46	25.12	Подтягивание на высокой перекладине (мальчишки), отжимание от скамейки (девочки). Длинный кувырок вперед через препятствие на высоте до 90 см.	поточный игровой	в. мячи
47	26.12	Акробатика (стойка на руках с помощью, кувырок назад через стойку на руках с помощью)	комбинированный игровой	в. мячи
48	28.12	Акробатика (стойка на руках с помощью, кувырок назад через стойку на руках с помощью).	комбинированный игровой	г. маты конь козел канат
49	29.12	Упражнение на высокой перекладине...Акробатические упражнения.	комбинированный игровой	г. маты перекладина
50	09.01	Упражнения на высокой перекладине, опорные прыжки через гимнастические снаряды.	комбинированный игровой	г. маты перекладина
51	11.01	Акробатические упражнения. Повторение изученных упражнений.	комбинированный игровой	г. маты перекладина
52	15.01	Соревнование класса по гимнастическому многоборью. Правело судейства, правело страховки по гимнастики	комбинированный игровой	г. маты перекладина
Баскетбол-16				

53	16.01	Техника безопасности на уроках по спортивным играм (баскетбол). Повторение элементов изученных в 9классе. Учебная игра.			г. маты перекладина
54	18.01	Передача мяча в движении. Броски мяча в движении. Учебная игра			
55	22.01	Передача мяча в движении. Броски мяча в движении. У			г. маты конь козел перекладина
56	23.01	Постановка заслона, выбивание мяча у соперника. Учебная игра. Беседа: «История Олимпийских игр и их значение»			
57	25.01	Техника броска в движении с сопротивлением защитника. Постановка заслона, выбивание мяча у соперника. Учебная игра. РК			г. маты конь козел
58	29.01	Бросок мяча в движении с сопротивлением защитника. Постановка заслона, выбивание мяча у соперника. Учебная игра (мини баскетбол).			г. маты конь козел г. кольца ск-ки
59	30.01	Броски мяча со средней дистанции, Понятие траектория полета. Штрафной бросок. Учебная игра.			
60	01.02	Броски мяча со средней дистанции. Штрафной бросок. Техника игры в защите. Учебная игра.			
61	05.02	Техника игры в защите. Учебная игра. Беседа: «сила».			в. перна. г. маты,
62	06.02	Броски мяча со средней дистанции с сопротивлением защитника Техника игры в нападении.			в. перна. г. маты,
63	08.02	Броски мяча со средней дистанции с сопротивлением защитника Техника игры в нападении. Учебная игра. РК			
64	12.02	Взаимодействие игроков в нападении. Быстрый прорыв. Учебная игра.			г. маты канат
65	13.02	Взаимодействие игроков в нападении. Быстрый прорыв. Учебная игра.			
66	15.02	Техника индивидуальных действий в нападении, обманные действия.			г. маты канат
67	19.02	Индивидуальные действия в защите. Командно тактические действия при игре баскетбол.			

68	20.02	Правило проведения соревнований по баскетболу. Соревнования из четырех команд. Состав команды в зависимости от количества присутствующих детей.			канат пер-на. г. маты
Легкая атлетика- 31					
69	22.02	Техника безопасности на уроках по легкой атлетике и кроссовой подготовке.			г. маты
70	26.02	Совершенствование низкого старта. Бег по дистанции.			г. маты переключатель
71	27.03	Низкий старт. Стартовый разгон. Бег 30 метров с низкого старта на результат.			г. маты
72	01.03	Бег по дистанции. Передача эстафетной палочки. Русская лапта.			г. маты конь козел
73	05.03	Сдача норматива 30 метров с хода. РК			пер-на мост канат
74	06.03	Техника прыжка в длину с разбега. беседа: личная гигиена в процессе занятий			
75	12.03	Бег 60 метров на результат. Техника прыжка в длину с разбега			
76	13.03	Бег 800 метров без учета времени Совершенствование техники прыжка в длину с разбега.			
77	15.03	Прохождение полосы препятствий. Беседа: Предупреждение травматизма во время занятий ФК.			Сек-р
78	19.03	Прохождение полосы препятствий. Прыжок в длину с разбега. Футбол. РК			Сек-р
79	20.03	Техника передачи эстафетной палочки, эстафетный бег. Челночный бег 3 x 10 м.			Ф. мяч эстаф. Пал Бита, мяч.
80	22.03	Техника передачи эстафетной палочки, эстафетный бег. Челночный бег 3 x 10 м.			
81	02.04	Техника метания гранаты на дальность. Бег в медленном темпе до 7 минут.			Сек-р ,

82	03.04	Метание мяча на дальность. Бег в медленном темпе до 7 минут. . Беседа : совершенствование физических способностей.			палка 1м.
83	05.04	Техника прыжка в высоту способом			Ф. мяч метр, грабли,
84	09.04	Прыжок в высоту. Метание малого мяча в цель. Прыжок в длину с места. Беседа: история возникновения ФК.			Грабли рулетка . Ф.мяч.
85	10.04	СБУ бег 400 метров. Футбол			Грабли рулетка мяч
86	12.04	Кросс по пересеченной местности до 3000 метров. РК			Гранат ы
87	16.04	Бег 400 метров без учета времени. Прыжок в длину с места, футбол			Гранат ы
88	17.04	Шестиминутный бег. НРК Русская лапта. Беседа Олимпийское движение России.			Гранат ы
89	19.04	Прыжок в длину с места, футбол			
90	23.04	Метание малого мяча в цель. Прыжок в длину с места			
91	24.04	Метание гранаты 700гр юноши ,500гр девушки.			
92	26.04	Метание гранаты(зачет)			
93	30.04	Кросс по пересеченной местности до 3000 метров. РК			
94	07.05	Бег 400 метров без учета времени.			
95	08.05	Прыжок в длину с места, футбол			
96	14.05	Шестиминутный бег.			
97	15.05	Прыжок в длину с разбега			
98	21.05	Прыжок в длину с разбега			
99	22.05- 24.05	Кросс по пересеченной местности до 3000 метров. РК			

Требования к уровню подготовки учащихся

Знать:

- основы истории развития физической культуры в России (в СССР);
- особенности развития избранного вида спорта;
- педагогические, физиологические основы обучения двигательными действиями воспитания физических качеств, современные формы построения занятий и систем занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью;
- биодинамические особенности и содержание физических упражнений общеразвивающей и корригирующей направленности, основы их использования в решении задач физического развития и укрепления здоровья;
- физиологические основы деятельности систем дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития и совершенствования средствами физической культуры в разные возрастные периоды;
- возрастные особенности развития ведущих психических процессов и физических качеств, возможности формирования индивидуальных черт и свойств личности посредством регулярных занятий физической культурой;
- психофункциональные особенности собственного организма;
- индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышения физической подготовленности;
- способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью, правила использования спортивного инвентаря и оборудования, принципы создания простейших спортивных сооружений и площадок;
- правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.

Уметь:

- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- проверить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;
- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой.

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:

- выполнять физкультурно-оздоровительные и тренировочные занятия для повышения индивидуального уровня физического развития и физической подготовленности, формирования

правильного телосложения, совершенствования техники движений и технических приемов в различных видах спорта;

- применять средства физической культуры и спорта в целях восстановления организма после умственной и физической усталости;
- уметь сотрудничать, проявлять взаимопомощь и ответственность в процессе выполнения коллективных форм физических упражнений и в соревновательной деятельности;
- демонстрировать здоровый образ жизни.

Критерии и нормы оценки ЗУНов учащихся по физической культуре

Теоретические знания учащихся по предмету «Физическая культура» оцениваются:

Отметку «5» выставляют за ответ, в котором ученик демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, используя примеры из практики или своего опыта.

Отметкой «4» оценивают ответ, в котором содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.

Отметку «3» ученики получают за ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в излагаемом материале, не содержится должной аргументации и умения использовать знания на практике.

Отметку «2» ставят за плохое понимание и значение теоретического и методического материала.

Критерии оценки успеваемости по технике владения двигательными действиями

Отметка «5» ставится, если:

- двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко.

Отметка «4» ставится, если:

- двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений.

Отметка «3» ставится, если:

- двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущены одна грубая или несколько мелких ошибок, при ведших к неуверенному или напряженному выполнению.

Источники информации

1. Комплексная программа физического воспитания 1-11 классов. В.И Лях, А.А. Зданевич, 2007 год издания.
2. Хакасские народные игры и состязания. А.И. Чекингмашев, 2006 год.
3. Теория и методика физической культуры и спорта Матвеев Л.П.- М.: Фис, 2004 год.
4. Учебник по физической культуре В.И Лях, А.А.Зданевич, 2007 год.
5. Волейбол в школе Ю.Д Железняк- М.: Просвещение, 2004 год.
6. Легкая атлетика в школе. И.Г. Холодов.- М.: ФиС. 2003 г
7. Гимнастика с методикой преподавания.- Учебник для учащихся. Просвещение, 2003 год.
8. Баскетбол. К.И Травкин.- М.: ФиС.

Средства обучения

Мячи: волейбольные, баскетбольные, футбольные. Малые мячи, мяч 150 г. Гранаты, мишень для метания мяча. Стойки для прыжков в высоту, кубики. Гимнастические снаряды: конь, козел, мостик, г.маты, гимнастическая стенка, канат, кольца, обруч, скакалки, высокая перекладина, гимнастические палки, гимнастическая скамейка, полоса препятствий. Оборудование спортивного зала для игры в волейбол, баскетбол.

Плакаты по разделам:

1. Легкая атлетика.
2. Гимнастика.