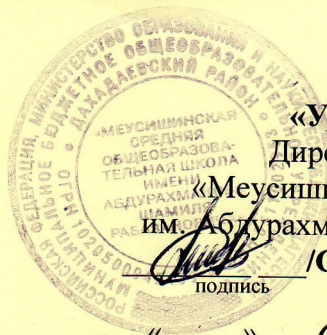


«Меусишинская СОШ им. Абдурахманова Ш.Р.»



«Утверждаю»:

Директор МБОУ

«Меусишинская СОШ

им. Абдурахманова Ш.Р.»

/С. Ризванов/
ФИО

подпись

« » 2021

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

«Школьный спортивный клуб

«ОЛИМПИЕЦ»,

Возраст обучающихся: 11-17 лет

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка
2. Организационно-педагогические условия
3. Календарный учебный график
4. Содержание программы
5. Планируемые результаты
6. Формы аттестации
7. Условия реализации программы
8. Методическое обеспечение
9. Список литературы

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Вальс кадетов» разработана и составлена в соответствии с федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации», от 29.12.2012 № 273, приказом Минпросвящения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», письмом Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях дополнительного образования детей», Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Под физическим развитием человека понимают комплекс функционально-морфологических свойств организма, который определяет его физическую дееспособность. В это комплексное понятие входят такие факторы, как здоровье, физическое развитие, масса тела, уровень аэробной и анаэробной мощности, сила, мышечная выносливость, координация движений, мотивация и др.

На физическое развитие человека влияют наследственность, окружающая

среда, социально-экономические факторы, условия труда и быта, питание, физическая активность, занятия спортом.

Программа направлена на формирование и поддержание физического развития обучающихся. Занятия ОФП общедоступны благодаря разнообразию видов, огромному количеству легко дозируемых упражнений, которыми можно заниматься без специальной подготовки.

Актуальность программы заключается в том, что приоритетной задачей Российского государства признана всемирная поддержка физической культуры и массового спорта, как важной основой оздоровления нации. Понятие «здоровье» - это не только отсутствие болезней и физических дефектов, но и состояние полного физического, душевного и социального благополучия человека. Поэтому здоровье подростка представляет собой критерий качества современного образования.

Причинами ухудшения состояния здоровья детей являются:

- несоответствие системы обучения детей гигиеническим нормативам;
- перегрузка учебных программ;
- ухудшение экологической обстановки;
- недостаточное или несбалансированное питание;
- стрессовые воздействия;
- распространение нездоровых привычек.

Новизна программы заключается в том, что составлена она в поддержку основной рабочей программы по физической культуре.

Педагогическая целесообразность программы по общей физической подготовке заключается в том, что занятия по ней дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, являются

хорошей школой движений. Проводятся с целью укрепления здоровья и закаливания занимающихся; достижения всестороннего развития, широкого

овладения физической культурой; приобретения умения и навыков самостоятельно заниматься; развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости; обучение разнообразным комплексам акробатических, гимнастических, легкоатлетических упражнений. Программа разработана для желающих заниматься в секции ОФП на основе современных научных данных и практического опыта педагога и является отображением единства теории и практики. Программа ориентирована на свободный выбор занимающихся в видах спорта и форм физической активности.

Целью дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы является овладение навыками и умениями использовать средства и методы двигательной деятельности в разнообразных формах. Достижение этой цели обеспечивается решением следующих задач:

Образовательных:

- Обучение правилам гигиены, техники безопасности и поведения на занятиях физкультурой и спортом;
- Формирование знаний об основах физкультурной деятельности;
- Обучение основам техники различных видов двигательной деятельности (бег, прыжки и др.)
- Обучение игровой и соревновательной деятельности;
- Формирование навыков и умений самостоятельного выполнения физических упражнений, направленных на укрепление здоровья, коррекцию телосложения, формирование правильной осанки и культуры движений;

Развивающих:

- Совершенствование всестороннего физического развития: развитие силовых и координационных способностей, выносливости, быстроты и ловкости;

- Формирование и совершенствование двигательной активности учащихся;
- Развитие быстроты реакции, в быстро изменяющихся игровых условиях;
- Развитие инициативы и творчества учащихся;
- Развитие умения самостоятельно мыслить и в дальнейшем самостоятельно усовершенствовать приобретенные навыки;
- Овладение новыми движениями с повышенной координационной сложностью.

Воспитательных:

- Воспитать целеустремленность и ответственность за свои действия;
- Воспитать умение работать в группе, команде;
- Воспитать психологическую устойчивость;
- Воспитание и развитие силы воли, стремления к победе;
- Воспитание волевых, смелых, дисциплинированных, обладающих высоким уровнем социальной активности и ответственности молодых спортсменов.

Отличительной особенностью образовательной программы заключается в организации учебного процесса, который включает в себя не только занятия с педагогом в зале, но и активную самостоятельную тренировочную деятельность. Программа подходит для занимающихся различной степени физической подготовленности.

2. Организационно-педагогические условия

Образовательная программа «Школьный спортивный клуб «ТРИУМФ», рассчитана на обучающихся 11-17 лет, ориентированных на получение знаний и умений в области спорта. Продолжительность реализации образовательной программы в 1 полугодии составляет 17 часов.

3. Календарный учебный график

Кол-во учебных недель	Кол-во часов	Продолжительность занятий	Периодичность занятий
34	34	1 академический час	1 раза в неделю

4. Содержание программы

Учебно-тематический план на учебный год в 5-11 классах

Спортивные игры	Количество часов			
	Всего	Теория	Практика	
1	Баскетбол	12	2	10
2	Волейбол	12	2	10
3	Футбол	10	2	8
	ИТОГО	34	6	28

Тематическое планирование 5-8 класс

№	Тема		Кол-во часов
Баскетбол			12
<i>Технические действия:</i>			
1	Стойки и перемещения	Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя руками и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение).	1
2	Остановки баскетболиста		1
3	Передачи мяча	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника, с пассивным сопротивлением защитника.	1
4	Ловля мяча		1
5	Ведение мяча	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение без сопротивления и с пассивным сопротивлением защитника ведущей и не ведущей рукой.	1
6	Броски в кольцо	Броски одной и двумя руками с места, в движении (после ведения, после ловли) и в прыжке с противодействием. Максимальное расстояние до корзины 4,80 метра.	1
<i>Тактические действия:</i>			
		Выравнивание и выбивание мяча. Перехват мяча. Комбинация из освоенных элементов техники	

7	Игра в защите	перемещений и владения мячом.	1
8	Игра в нападении	Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Тактика свободного нападения. Позиционное нападение в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 на одну корзину. Нападение быстрым прорывом(3:2). Взаимодействие двух игроков в нападение и защите через «заслон».	1
9	Диагностирование и тестирование	Тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков.	1
10	Участие в соревнованиях	Игра по правилам мини- баскетбола. Участие в соревнованиях.	3
Волейбол			12
1	Совершенствование техники верхней, нижней передачи	Передача мяча у сетке и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели. Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2 3:3)	2
2	Прямой нападающий удар	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.	2
3	Совершенствование верхней прямой подачи	Верхняя прямая подача в заданную зону площадки.	2
4	Совершенствование приема мяча с подачи и в защите	Приема мяча с подачи. Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, блокирование.	2
5	Двусторонняя учебная игра	Игры и игровые задания по упрощенным правилам, с ограничением пространства и с ограниченным количеством игроков. Взаимодействие игроков на площадке в нападении и защите. Игра по правилам.	2
6	Одиночное блокирование	Прием мяча, отраженного сеткой. Одиночное блокирование и страховка. Действия и размещение игроков в защите. «Доигрывание» мяча.	1
7	Страховка при блокировании		1
Футбол			10
1	Удар по мячу	Удары по неподвижному и катящемуся мячу. Остановка катящегося, летящего мяча. Удар головой (по летящему мячу). Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель. Удары ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса	2

		шириной 1,5 метра, длиной до 7-8 метров) мишень внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в вертикальную (полоса шириной 2 метра, длиной 5-6 метров) мишень	
2	Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов.	Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения без сопротивления защитника, с пассивным и активным сопротивлением защитника. ведущей и не ведущей ногой. Ложные движения.	2
3	Игра в футбол по упрощённым правилам (мини-футбол)	Игра по упрощённым правилам на площадках разных размеров. Игра по правилам.	4
4	Участие в соревнованиях	Правила организация и проведения соревнований, участие в соревнованиях различного уровня.	2
	Физическая подготовка в процессе занятий		
	Итого		34

Тематическое планирование 9-11 класс

№	Тема		Кол-во часов
Баскетбол			12
<i>Технические действия:</i>			
1	Стойки и перемещения	Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя руками и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение).	1
2	Остановки баскетболиста		1
3	Передача и ловля мяча	Ловля и передача мяча на месте и в движении без сопротивления, с пассивным и активным сопротивлением защитника.	1
4	Ведение мяча	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение без сопротивления, с пассивным и активным защитника ведущей и не ведущей рукой.	1
5	Броски в кольцо	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли), в прыжке, без сопротивления защитника, с противодействием.	1
<i>Тактические действия:</i>			

7	Игра в защите	Выравнивание и выбивание мяча. Перехват мяча. Позиционное нападение без изменения позиций игроков, с изменением позиций, личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 на одну корзину. Тактические действия в нападении. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди».	1
8	Игра в нападении	Взаимодействие двух, трех игроков в нападении и защите через «заслон». Взаимодействие игроков (тройка и малая восьмерка).	1
9	Диагностирование и тестирование	Тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков.	1
10	Двухсторонняя игра	Игра по правилам баскетбола.	1
11	Судейство и организация соревнований	Игра по правилам с привлечением учащихся к судейству.	1
12	Участие в соревнованиях	Правила организация и проведения соревнований, участие в соревнованиях различного уровня.	2
Волейбол			12
1	Верхняя передача двумя руками в прыжке	Передача мяча у сетке и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели.	1
2	Передача двумя руками назад		1
3	Прямой нападающий удар	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Прямой нападающий удар при встречных передачах.	1
4	Совершенствование приема мяча с подачи и в защите	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, блокирование.	2
5	Одиночное блокирование и страховка	Одиночное блокирование и страховка	1
6	Двухсторонняя учебная игра	Игры и игровые задания по упрощенным правилам. Игра по правилам. Взаимодействие игроков линии защиты и нападения.	2
7	Командные тактические действия в нападении и защите	Взаимодействие игроков на площадке в нападении и защите. Игры и игровые задания по усложненным правилам, с ограничением пространства и с ограниченным количеством игроков.	2
8	Судейская практика	Игра по правилам с привлечением учащихся к судейству. Жесты судьи.	1
9	Соревнования	Правила организация и проведения соревнований, участие в соревнованиях различного уровня.	1
Футбол			10
<i>Техника игры:</i>			
1	Удары по мячу, остановка мяча	Удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель. Комбинации из освоенных элементов техники	

		перемещений и владения мячом.	1
2	Ведение мяча, ложные движения (финты)	Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения без сопротивления защитника, с пассивным и активным сопротивлением защитника. ведущей и не ведущей ногой. Ложные движения.	1
3	Отбор мяча, перехват мяча	Перехват, выбивание мяча. Удар (пас), прием мяча, остановка.	1
4	Вбрасывание мяча	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом.	1
5	Техника игры вратаря	Игра вратаря	1
<i>Тактика игры:</i>			
6	Тактические действия, тактика вратаря	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Командные действия. Взаимодействие защитников и вратаря.	1
7	Тактика игры в нападении и защите	Нападения и защита в игровых заданиях с атакой и без атаки ворот. Игра по правилам.	1
8	Судейская практика	Игра по правилам с привлечением учащихся к судейству.	1
9	Соревнования	Правила организация и проведения соревнований, участие в соревнованиях различного уровня.	2
	Физическая подготовка в процессе занятий		
	Итого		

5. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Воспитательные результаты программы распределяются по трем уровням.

1. Результаты первого уровня (приобретение школьников социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьниками знаний о правилах ведения здорового образа жизни, об основных нормах гигиены, о технике безопасности при занятии спортом, об основах разработки социальных проектов и организации коллективной деятельности; о способах организации досуга других людей; о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации.

2. Результаты второго уровня (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью

окружающих его людей, к спорту и физкультуре, к другим людям.

3. Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия): приобретение школьником опыта актуализации спортивно-оздоровительной деятельности в социальном пространстве; опыта заботы о младших и организации их досуга; самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками; опыта управления другими людьми и принятия на ответственности за других.

При достижении трех уровней результатов дополнительного образования возрастает вероятность появления эффектов воспитания и социализации обучающихся.

Первая группа эффектов - социокультурная идентичность - осознание школьником и принятие себя как субъекта социокультурного взаимодействия, личности и индивидуальности.

Вторая группа эффектов - предполагает высокую степень эффективности самореализации школьника в социальном взаимодействии.

Третья группа - компетенции в сфере сохранения и укрепления здоровья, спортивной деятельности.

Программа предполагает проведение как регулярных еженедельных занятий со школьниками, так и организация занятий крупными блоками - «интенсивами» (Н.: соревнования, фестивали, проекты, праздники и т.п.). В ходе реализации программы дополнительного образования «ШСК «Триумф» предполагается формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей;
- Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя.
- Проговаривать последовательность действий на занятиях.
- Учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану Средством

формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала. Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на занятиях. Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- Делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре, в турнирной таблице, таблице результатов).
- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник и другие печатные издания, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятиях.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса, группы.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).
- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

Коммуникативные УУД:

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста). - Слушать и понимать речь других.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
 - Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
 - умение не создавать конфликтов или находить выходы из конфликтной ситуации;

- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных ситуациях;
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

СОДЕРЖАНИЕ ИЗУЧЕННОГО МАТЕРИАЛА

Программа предусматривает ориентацию на следующие ЦЕЛИ:

- способствовать освоению школьниками основных социальных норм, необходимых им для полноценного существования в современном обществе,
- в первую очередь это нормы ведения здорового образа жизни, нормы сохранения и поддержания физического, психического и социального здоровья;
- способствовать развитию позитивного отношения школьников к базовым ценностям современного российского общества - в первую очередь к таким ценностям, как человек, здоровье, природа, род, семья, Отечество;
- способствовать приобретению обучающимися нового ценностно-окрашенного опыта, на основе которого они смогли бы в будущем выстраивать собственное социальное поведение.

В процессе реализации программы предполагается решение следующих задач:

- мобилизация необходимых для осуществления спортивно-оздоровительной деятельности школьников кадровых, материально-технических, финансовых, средовых ресурсов;
- формирование и развитие подростковых общностей и коллективов, совместно участвующих в спортивно-оздоровительной деятельности;
- обучение школьников способам овладения различными элементами спортивно-оздоровительной деятельности;
- помощь подросткам в осуществлении ими самостоятельного планирования, организации, проведения и анализа наиболее значимых для них дел и проектов спортивно-оздоровительной направленности.

Программа представляет собой программу дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности обучающихся начальной и основной ступеней общего образования.

Программа «ШСК «Триумф» основывается на принципах Природосообразности, культуросообразности, коллективности, патриотической направленности, проектности, поддержки самоопределения воспитанника.

Принцип природосообразности предполагает, что физкультурно-спортивная деятельность школьников основывается на научном понимании взаимосвязи естественных и социальных процессов, согласовывается с общими законами развития природы и человека, воспитывает его сообразно полу и возрасту, а также формирует у него ответственность за развитие самого себя.

Возрастосообразность - одна из важнейших конкретизаций принципа природосообразности. На каждом возрастном этапе перед человеком встает ряд специфических задач, от решения которых зависит его личностное развитие. Это естественно-культурные социально-культурные, социально-психологические задачи.

Принцип культуросообразности предполагает, что физкультурноспортивная деятельность школьников должна основываться на общечеловеческих ценностях физической культуры и строиться в соответствии с ценностями и нормами тех или иных национальных культур, специфическими особенностями, присущими спортивным и здоровьесберегающим традициям Вологодской области, не противоречащим общечеловеческим ценностям.

Необходимо, чтобы физкультурно-спортивная деятельность помогала растущему человеку ориентироваться в тех изменениях, которые постоянно происходят в нем самом, в сфере спорта, культуры здоровья, в окружающем его мире.

Принцип коллективности. Предполагает, что спорт и оздоровление, осуществляясь в детско-взрослых коллективах различного типа, дают юному человеку опыт жизни в обществе, опыт взаимодействия с окружающими. Могут создавать условия для позитивно направленного самопознания, самоопределения в здоровом образе жизни, спортивной самореализации.

Принцип диалогичности предполагает, что духовно-ценностная ориентация детей и их развитие осуществляются в процессе такого взаимодействия

педагога и обучающихся в физкультурно-спортивной деятельности, содержанием которого являются обмен ценностями здорового образа жизни и гуманистического понимания телесности, спорта.

Диалогичность воспитания не предполагает равенства между педагогом и школьником. Это обусловлено возрастными различиями, неодинаковостью жизненного опыта, асимметричностью социальных ролей. Но диалогичность требует не столько равенства, сколько искренности и взаимного понимания, признания и принятия.

Принцип патриотической направленности предусматривает обеспечение субъективной значимости для школьников идентификации себя с Россией, народами России, российской культурой. Реализация принципа патриотической направленности в программе предполагает использование эмоционально окрашенных представлений.

Принцип проектности предполагает последовательную ориентацию всей деятельности педагога на подготовку и «выведение» школьника в самостоятельное проектное действие, развертываемое в логике замысел-реализация-рефлексия.

В логике данного принципа в программе предусматриваются физкультурно-спортивные и духовно-нравственные социальные проекты. Социальные проекты преобразовывают общности и общество, вносят позитивные изменения в окружающую социальную среду за счет реализации социальных инициатив.

Принцип поддержки самоопределения воспитанника. Самоопределение в физкультурно-спортивной деятельности - процесс формирования человеком осмысленного и ответственного отношения к собственной телесности. Приобретение школьниками опыта самоопределения происходит в совместной со сверстниками и взрослыми практике спортивных состязаний, в ходе открытой друг для друга практики «Заботы о себе», реализации совместных проектов.

Программа дополнительного образования «ШСК «Триумф» нацелена в первую очередь на духовно-нравственное развитие и воспитание школьника, а уже потом - на развитие специальных предметных компетенций физкультурно-

спортивного характера.

Программа дополнительного образования «ШСК «Триумф» носит модульный характер, реализуется в течение 1 года.

Формы аттестации

Основная форма аттестации - наблюдение педагога

- тестирование по правилам проведения и организации спортивных соревнований;
- составление положения о проведении и организации соревнований;
- непосредственное участие в соревнованиях.

7. Условия реализации программы Материально-техническое обеспечение

Для успешной реализации данной программы необходимо иметь:

- площадка для проведения занятий по легкой атлетике;
- волейбольная площадка;
- раздевалка;
- эспандер резиновый - 10 шт.;
- мячи набивные разного веса (1,2,3кг.) - по 4 шт.;
- мячи баскетбольные - 5шт.;
- мячи волейбольные - 11 шт.;
- скакалки - 20шт.;
- секундомер - 2шт.;
- рулетка - 1 шт.;
- аптечка - 1 шт.

8. Методическое обеспечение Список литературы

1. Развитие физических качеств и функциональных возможностей средствами волейбола./ учебное пособие Е.Ю.Коротаева. - М.; Проспект, 2018
2. Книжников А.Н. Волейбол. История развития, методика организации,

- проведения судейства соревнований / А.Н. Книжников, Н.Н. Книжников. -
Нижевартовск. 1999.
3. Настольная книга учителя физической культуры/ Под ред. Л. Б. Кофмана.-
М., 1998.
 4. А.А. Гужаловский «Этапность развития физических(двигательных)
качеств».- М.: 1979.
 5. Г.П. Сальникова «Физическое развитие детей». - М.: Просвещение, 1968.