

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа № 7  
имени Героя Советского Союза Ф.И. Ткачева  
города Жигулевска городского округа Жигулевск Самарской области

Утверждено  
Директор школы  
\_\_\_\_\_  
Крюкова Л.В.  
Приказ от «1» сентября 2021 г.  
№ 170-ОД

Проверено  
Зам. директора школы по УВР  
\_\_\_\_\_  
Абрамова В.Н.  
«31» августа 2021 г.

Рассмотрено на  
заседании ШМО  
\_\_\_\_\_  
Матузова О.В.  
«30» августа 2021 г.  
Протокол № 1

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
ПО СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМУ НАПРАВЛЕНИЮ

**Спортивная секция «БАСКЕТБОЛ»**

(ФГОС)

10-11 класс

Составлено учителем: Пашковой Стеллой Гевосовной

Квалификационная категория: высшая

Стаж педагогической работы: 20 лет

## Пояснительная записка

### Рабочая программа разработана на основе:

- Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р;
- Приказа Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 №413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (в редакции от 29.06.2017).
- Письма Департамента общего образования Минобрнауки России от 12.05.2011 № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования».
- Письма Минобрнауки Самарской области от 17.02.2016 № МО-16-09-01/173-ту «Об организации занятий внеурочной деятельности в общеобразовательных организациях Самарской области, осуществляющих деятельность по основным общеобразовательным программам».
- Основной образовательной программы среднего общего образования ГБОУ СОШ № 7.
- Авторской программы «Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол». Авторы: Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. М.: Просвещение.

**Цель данной программы** является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, развитие физических качеств, овладение техническими и тактическими навыками игры в волейбол, содействовать развитию чувства товарищества и взаимопомощи.

### Задачи:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию занимающихся;
- популяризация волейбола как вида спорта и активного отдыха;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям волейболом;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- обучение технике и тактике игры в волейбол;
- формирование у учащихся необходимых теоретических знаний;
- воспитание моральных и волевых качеств.

### Место в учебном плане

Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному направлению «Баскетбол» предназначена для учащихся 10–11 классов.

В соответствии с учебным планом программа секции «Баскетбол» рассчитана на 68 часов на 2 года обучения (по 1 часу в неделю).

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке.

Программа внеурочной деятельности «Баскетбол» соответствует возрастным особенностям учащихся, способствует формированию личной культуры здоровья учащихся.

### Планируемые результаты.

Результаты освоения программного материала оцениваются по трём базовым уровням и представлены соответственно личностными, метапредметными и предметными результатами.

### **Личностные результаты:**

- Испытывать чувство гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; уважительно относиться к культуре других народов;
- Освоить мотивы спортивной тренировки и личностный смысл занятий в спортивной секции,
- Проявлять этические чувства, доброжелательную и эмоционально-нравственную отзывчивость, понимание и сопереживание чувствам других людей;
- Сотрудничать со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- Организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования;
- Соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;

### **Метапредметные результаты** включают освоенные школьниками УУД (познавательные, регулятивные, коммуникативные):

- Понятиями «Техника игры», «Тактика игры», знать правила игры, владеть основными техническими приемами, применять полученные знания в игре.
- Планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.
- Определять общую цель и пути её достижения.
- Распределять функции и роли в совместной деятельности и осуществлять взаимный контроль.
- Конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества.
- Выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.
- Характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса.
- Излагать факты истории развития баскетбола.
- Играть в баскетбол, стритбол с соблюдением основных правил.
- Демонстрировать жесты баскетбольного судьи.

### **Предметные результаты**

- Планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;
- Использовать подвижные игры с элементами баскетбола как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
- Измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;
- Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- Выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- Излагать факты истории развития баскетбола, характеризовать его роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;

- Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснить ошибки и способы их устранения;
- Бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам поведения;
- Взаимодействовать со сверстниками по правилам поведения подвижных игр и соревнований;
- В доступной форме объяснять правила(технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- Применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

**По окончании обучения учащиеся должны:**

**Уметь:**

- Уметь играть по правилам;
- Освоить технику верхней прямой подачи мяча;
- Освоить технику нападающего удара;
- Овладеть навыками судейства;
- Уметь управлять своими эмоциями;

**Знать:**

- Знать методы тестирования при занятиях волейбола;
- Знать основные понятия и термины в теории и методике волейбола;
- Научиться работать в коллективе, починать свои действия интересам коллектива в достижении общей цели;
- Овладеть техникой блокировки в защите;
- Овладеть техникой обучения индивидуальными тактическими действиями в защите и нападении.

## **Содержание программы**

### **Основы знаний**

Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу. Терминология в баскетболе. Техника выполнения игровых приемов. Тактические действия в баскетболе. Правила соревнований по баскетболу. Жесты судей.

### **Передвижения и остановки без мяча**

Стойка игрока. Перемещения в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево. Бег: лицом вперед, приставными шагами в стороны, вперед и назад, спиной вперед. Скоростные рывки из различных исходных положений. Остановки: двумя шагами, прыжком. Прыжки, повороты вперед, назад. Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки)

### **Ловля мяча**

Двумя руками на уровне груди; Двумя руками «высокого» мяча (в прыжке)

### **Передачи мяча**

Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении

Передача мяча одной рукой от плеча; Передача мяча двумя руками сверху

### **Ведение мяча**

Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком (на месте и в движении)

Ведение мяча с изменением скорости передвижения

Ведение мяча с изменением высоты отскока (на месте и в движении)

Ведение мяча в движении с переводом на другую руку

Ведение мяча с изменением направления движения

Ведение мяча с обводкой препятствий

### **Броски мяча**

Бросок мяча двумя руками от груди с места

Бросок мяча одной рукой от плеча с места;      Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения

Бросок в кольцо одной рукой сверху в прыжке

Штрафной бросок

### **Отбор мяча**

Выбивание мяча из рук соперника, выбивание мяча при ведении

Вырывание мяча из рук соперника

Накрывание мяча при броске

Отвлекающие приемы (финты)

Финты без мяча, с мячом

Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом

Сочетание приемов без броска мяча в кольцо, сочетание приемов с броском мяча в кольцо.

### **Тактика игры**

Индивидуальные действия в нападении и защите

Групповые действия в нападении и защите:

- взаимодействие двух игроков;
- взаимодействие двух нападающих против одного защитника(2X1);
- взаимодействие двух нападающих против двух защитников (2X2)
- взаимодействие двух игроков в нападении через «заслон»;
- взаимодействие трех нападающих против двух защитников (3X2);
- взаимодействие в нападении с участием двух игроков («передай мяч и выйди на свободное место»);
- взаимодействие в нападении с участием трех игроков («тройка»);
- взаимодействие в нападении с участием трех игроков («малая восьмерка»)

Двусторонняя учебная игра

Подвижные игры и эстафеты

Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий

Игры, развивающие физические способности

### **Физическая подготовка**

Развитие скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости

Судейская практика. Судейство игры в баскетбол.

## Формы проведения занятий и виды деятельности

Однонаправленные занятия	Посвящены только одному из компонентов подготовки волейболиста: техническому, тактическому или физическому
Комбинированные занятия	Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка
Целостно-игровые занятия	Построены на учебной двусторонней игре в волейбол по упрощённым правилам, с соблюдением основных правил
Контрольные занятия	Приём нормативов у занимающихся, выполнение контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся

### Контроль за результатами освоения программы

На всех этапах подготовки проверка усвоения ими пройденного материала производится на основании выполнения нормативных показателей общей специальной физической подготовки и игровой практики.

### Система отслеживания и оценивания результатов обучения.

Способы проверки образовательной программы:

- повседневное систематическое наблюдение;
- участие в спортивных праздниках, конкурсах;
- участие в товарищеских встречах и соревнованиях.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы:

- спортивные праздники, конкурсы;
- матчевые встречи, товарищеские игры с командами аналогичного возраста;
- соревнования школьного, районного и городского масштабов.

**Оценка знаний и умений учащихся. Обучение является безотметочным. Применяется система оценивания «зачет/незачет».**

### Тематическое планирование 10 класс.

№ п/п	Название разделов и тем учебных занятий, количество часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты обучения
1	Развитие баскетбола в России. Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях.	Техника безопасности. Эстафеты. Развитие меткости и координации. Жонглирование мячом. Стойка и передвижение игрока.	-формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.
2	Общая и специальная физическая подготовка	Взаимодействие трех игроков с передачами и ведением мяча. Ведение мяча в движении шагом, в движении бегом, с изменением	-знать: технику безопасности при игре в баскетбол
3-4	Единая спортивная классификация. Техника передвижения приставными шагами. ОФП		-знать технику выполнения ведения мяча. -уметь осуществлять действие по образцу и

5-6	Совершенствование техники передвижения при нападении. Тактика нападения.	<p>направления и скорости. Ведение мяча с изменением высоты отскока. Правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.</p> <p>Ловля мяча двумя руками от груди, стоя на месте. Двумя руками от груди с шагом вперед. Двумя руками от груди в движении. Передача одной рукой от плеча. Передача одной рукой с шагом вперед. То же после ведения мяча. Передача одной рукой с отскоком от пола. Передача двумя руками с отскоком от пола. Передача одной рукой снизу от пола на месте и в движении. Ловля мяча после полукотскока. Ловля высоко летящего мяча. Ловля катящегося мяча, стоя на месте. Ловля катящегося мяча в движении. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча. Взаимодействие трех игроков - «скрестный выход Индивидуальные действия при нападении с мячом и без мяча.</p>	<p>заданному правилу;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками;</li> <li>- уметь рассказать и показать технику выполнения</li> <li>-знать технику выполнения передач.</li> <li>-уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу</li> <li>-уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу;</li> <li>-знать технику ловли и передачи мяча.</li> <li>-уметь обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе.</li> <li>-уметь переводить конфликтную ситуацию в логический план и разрешать ее как задачу через анализ ее условий.</li> <li>-уметь выполнять броски и ведение мяча;</li> <li>-уметь оказывать помощь и эмоциональную поддержку партнерам в процессе достижения общей цели.</li> <li>-уметь выполнять штрафной бросок.</li> <li>-знать технику выполнения штрафного броска.</li> </ul>
7	Скрытые передачи мяча под рукой, из-за спины.		
8	Индивидуальные действия при нападении. Учебная игра.		
9	Совершенствование техники передвижений. Специальная физическая подготовка. ОФП		
10-11	Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении». Учебная игра.		
12	Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом. Сочетание выполнения различных способов ловли мяча в условиях жесткого сопротивления.	<p>Подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола. Стритбол. Правила игры. Эстафеты с элементами бросков мяча. Броски с места одной от плеча. Игра 3*3. Развитие меткости. Игровые задания с мячом. Броски с места и в прыжке. Различные сочетания способов бросков после передачи. Броски в движении двумя руками снизу, одной от плеча. Игровые задания с элементами бросков. Учебная игра. Броски после передачи со средней дистанции. Совершенствование бросков с близкого расстояния в движении. Закрепление освоенных элементов. Учебная игра. Штрафные броски. Инструкторская и</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу</li> <li>-устанавливать рабочие отношения.</li> <li>-формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников;</li> <li>-знать тактику игры в защите и в нападении.</li> </ul>
13-14	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебная игра.		
15-16	Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения.		
17-18	Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга.		
19-20	Восстановительные мероприятия в спорте. Учебная игра		

21-22	Контрольные испытания. Бросок мяча над головой (полукрюк, крюк). СФП	судейская практика. Накрыванию и отбиванию мяча после освоения бросков; взятие отскока (овладению мячом в борьбе за отскок) на своем щите после бросков и добивания. Повторение и закрепление ведения, передачи мяча. Тактика нападения в «отрыв». Развитие ловкости и координации. Выбивание мяча после ловли, передач и ведения; перехваты мяча после Самоконтроль в процессе занятий спортом ловли, передач и ведения	
23-24	ОФП. Командные действия в нападении.		
25-26	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.		
27-28	. Ведение мяча с поворотом кругом. ОФП		
29-30	Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления.		
31-32	Выбор места и момента для борьбы за отскочивший от щита мяч при блокировке. Учебная игра.		
32-34	Противодействие взаимодействию двух игроков – «заслону в движении». СФП	Закрепления навыков бросков мяча в кольцо в движении. Освоение приемов игры. Закрепления навыков нападения и навыков защиты. Учебные игры с применением разученных элементов.	-сохранять доброжелательное отношение друг к другу -устанавливать рабочие отношения

### Тематическое планирование 11 класс.

№ п/п	Название разделов и тем учебных занятий, количество часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты обучения
1	Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста.	Техника безопасности. Игровые задания с мячом.	-знать: технику безопасности при игре в баскетбол
2	Ведение мяча со сменой ритма движения	Эстафеты. Развитие меткости и координации.	-знать технику выполнения ведения мяча.
3-4	Ведение мяча с изменением направления движения	Жонглирование мячом. Ведение мяча правой и левой рукой на месте и в движении с изменение высоты отскока мяча и направления движения игрока. Совершенствование ведения мяча. Игры и эстафеты с элементами баскетбола. Развитие координации	-уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками;
5	Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении.	Ловля и передача мяча на месте двумя руками от груди, одной рукой от плеча. Эстафеты с элементами ловили передач. Правило «двойное ведение». Передачи и ловли мяча от пола.	- уметь рассказать и показать технику выполнения.
6	Передачи баскетбольного и набивного мяча на месте.		-знать технику выполнения передач. -уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу;
7-8	Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи		-уметь осуществлять действие по образцу и



	при несчастных случаях. ОФП. Бросок мяча в движении с одного шага.	Передачи мяча по кругу, в парах, тройках. Выполнение передач в движении в тройках.	заданному правилу;
9-10	Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита.	Сочетание приемов ведения, ловли и передачи	-уметь обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе.
11	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.	Правила игры в стритбол. Передачи и ловля мяча разными способами. Развитие ловкости.	-уметь переводить конфликтную ситуацию в логический план и разрешать ее как задачу через анализ ее условий.
12	Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов.	Подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола. Передача мяча в движении крестным шагом и приставным с сопротивлением. Повторение и закрепление элементов баскетбола. Игровые задания с мячом. Личная защита. Зонная защита 2-1-2, 1-3-1, 2-3, 3-2. Позиционное нападение. Тактика нападения в «отрыв». Развитие ловкости и координации. Закрепления навыков нападения и навыков защиты. Выбивание мяча после освоения ловли, передач и ведения; перехваты мяча после ловли, передач и ведения. Защитные действия при опеке игрока без мяча. Защитные действия при опеке игрока с мячом. Перехват мяча. Борьба за мяч после отскока от щита.	- обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе. -уметь оказывать помощь и эмоциональную поддержку партнерам в процессе достижения общей цели.
13-14	Общая характеристика спортивной тренировки. ОФП. Совершенствование техники передачи мяча.	Быстрый прорыв. Командные действия в защите. Командные действия в нападении. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями. Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения.	-формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого,
15	Сочетание способов передвижения с выполнением различных технических приемов в усложненных условиях. Учебная игра.	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину. Постановка заслонов.	-уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу
16-18	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Действия одного защитника против двух нападающих. СФП	Индивидуальные действия в защите против дриблинга. Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.	-устанавливать рабочие отношения. -знать тактику игры в нападении и защите
19	Средства и методы спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения.	Индивидуальные действия в защите против заслонов. Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий. Формы организации занятий в спортивной тренировке. Развитие меткости.	-уметь выполнять личную защиту игрока -знать правила игры в баскетбол и стритбол -уметь выполнять броски и ведение мяча;
20	Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	Игровые задания с мячом. Броски с места и в	- обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе. -уметь оказывать помощь и эмоциональную поддержку партнерам в процессе достижения общей цели.
21-22	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.		-формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого,
23	Система зонной защиты 2 – 3, 2 – 1 - 2. Учебная игра.		-уметь выполнять штрафной бросок.
25-26	ОФП. Совершенствование техники броска мяча. Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых,		-знать технику выполнения штрафного броска. -уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу
			-устанавливать рабочие отношения. -сохранять доброжелательное отношение друг к другу -устанавливать рабочие отношения

	командных).	прыжке. Броски с места одной от плеча. Броски в движении после ведения. Игра 3*3. Игровые задания с элементами бросков. Броски после передачи со средней дистанции. Закрепление освоенных элементов. Штрафные броски. Повторение и закрепление элементов баскетбола. Игровые задания с мячом. Броски и передачи. Развитие ловкости и координации. Закрепления навыков бросков мяча в кольцо в движении. Броски мяча в корзину с трех секундной зоны после передачи мяча. Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции. Штрафной бросок. Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями. Броски мяча в корзину с дальней дистанции. Инструкторская и судейская практика. Закрепления навыков бросков мяча в кольцо в движении. Освоение приемов игры. Закрепления навыков нападения и навыков защиты. Учебные игры с применением разученных элементов.
26	Сочетание личной и зонной системы защиты в процессе игры.	
27	Применение изученных взаимодействий в системе быстрого прорыва. Учебная игра.	
28	Техническая подготовка юного спортсмена. ОФП. Учебная игра.	
29	Чередование изученных технических приемов в различных сочетаниях.	
30	Бросок мяча изученными способами после выполнения других технических приемов. Учебная игра.	
31	Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра. Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	
32	Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Техника овладения мячом.	
33-34	Противодействия взаимодействию трех игроков – «сдвоенному заслону». СФП. Учебная игра	

### МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.

Для реализации образовательной программы используются: спортивный зал, мячи баскетбольные, футбольные, волейбольные форма баскетбольная, стенка гимнастическая, скамейка гимнастическая, стойки, скакалки.

#### Список литературы

1. Комплексная программа Физического воспитания учащихся 1-11 классов В.И Лях
2. «Баскетбол: теория и методика обучения :учебное пособие/Д.И. Нестеровский, М., ИЦ «Академия,2007»
3. «Баскетбол. Поурочная учебная программа для детско-юношеских спортивных школ Ю.Д. Железняк, И.А. Водяникова, В.Б. Гаптов, Москва,1984
4. «Физическая культура» Л.Е. Любомирский, Г.Б.Мейксон, В.И.Лях-М.:Просвещение,2001
5. Настольная книга учителя физической культуры» Г.И. Погадаев ФиС,2000

