

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением  
отдельных предметов №51» города Кирова

Рассмотрена и принята на педагогическом  
совете школы 30 августа 2018 г.  
Протокол №1

Утверждаю.  
Директор МБОУ СОШ с УИОП  
№51 г.Кирова  
И.О.Шулакова  
Приказ № 42-1 ОД от 31.08.2018г

**Основная образовательная программа  
основного общего образования  
на 2018-2019 уч. год**

**(9 классы)**

Киров  
2018 г.

**1. Пояснительная записка.**  
**Основная образовательная программа**  
**основного общего образования ( 9 кл.)**

**Основная образовательная программа основного общего образования (9 классы)** способствует реализации *стратегической цели и задач образовательного процесса, заложенных в Программе развития школы «Открытая школа – новые ресурсы самореализации личности» (2016-2020 г.г.)*, которые конкретизируются в целях и задачах образовательной деятельности школы на 2018-2019 учебный год.

**Цель на 2018-2019 учебный год:**

Повышение качества школьного образования на основе обновления содержания образования в условиях реализации ФГОС.

**Задачи на 2018–2019 учебный год:**

- 1) Обеспечение качественного перехода на новые Федеральные государственные образовательные стандарты обучающихся 8-х классов. Подготовка к переходу на ФГОС обучающихся 9-х классов.
- 2) Совершенствование управления познавательной деятельностью обучающихся на основе изучения и развития учебно-познавательной мотивации как системообразующего внутреннего ресурса учебного успеха.
- 3) Обеспечение психолого-педагогического сопровождения индивидуальной образовательной траектории школьников
- 4) Обеспечение социализации личности школьников на основе совершенствования системы духовно-нравственного и интеллектуального развития ребенка как будущего гражданина России во взаимодействии с семьей и социумом.
- 5) Развитие профессионализма педагогов через:
  - а) разработку и реализацию индивидуальной Программы профессионального роста учителя
  - б) участие в научно-практическом исследовании по использованию технологии ИСУД в образовательной практике
  - в) использование ИКТ и образовательных Интернет ресурсов для организации творческой, проектной, исследовательской деятельности обучающихся
  - г) эффективное использование критериального оценивания как инструмента управления качеством образовательных результатов,
  - д) презентацию опыта работы педагогов на муниципальном, региональном, российском, международном уровнях.
  - б) развитие материально-технической и информационно-технологической базы в условиях открытой образовательной среды.

**Основное общее образование (5-9 классы)**

(срок освоения 5 лет) (основное общее образование,  
Углубленное изучение предмета «Русский язык»  
5-9 классы, предмета «Математика» 5-9 классы , предмета  
«Английский язык» 5-9 классы  
(дополнительное образование, предпрофильная  
подготовка)

**«Основное общее образование»**

**(основное общее образование, углубленное изучение отдельных предметов, дополнительное образование)**

Кл	Тип класса	Способ организации ОП	Задачи ОП	Содержание образования	Основные технологии
9 Кл.	Обычные (смешанные) классы  Классы углубленного изучения <i>русского языка</i> 9в <i>Математики</i> 9а; <i>англ. языка</i> 9в	Классно-урочная система обучения в сочетании с групповыми, индивидуальными формами работы в рамках индивидуальных образовательных программ (9 кл.). Учащиеся могут выбирать: - факультативы, - элективные курсы предпрофильной подготовки; - виды и формы внеурочной деятельности: творческой, художественной, спортивной, досуговой и др., - предметы для прохождения ГИА 9-м классе. - профиль обучения в 10-м классе	Приобщение учащихся к духовным ценностям своего Отечества Формирование познавательной культуры учащихся в условиях открытой образовательной среды Формирование нравственного самосознания ученика на основе создания ситуации выбора Формирование нравственной позиции по отношению к другому полу, возрасту, национальности и уровню способностей и одаренности Развитие системы умений по самовоспитанию Развитие коммуникабельности, трудолюбия. Организованности, самодисциплины Развитие творческих исследовательских умений учащихся Развитие ценностно-адаптивных способностей социализации личности Развитие потребности в здоровом образе жизни Формирование готовности учащихся к выбору дальнейшей образовательной стратегии	<i>Основное общее среднее образование</i> - Программы предметов федерального компонента базисного учебного плана - Программы углубленного изучения предметов «Математика» 9 кл., «Русский язык» 9 кл. «Английский язык» 9 кл. - Программы предметов регионального компонента: - Программы предметов школьного компонента: - Программы элективных курсов предпрофильной подготовки учащихся 9-х классов (по выбору учащихся) <i>Дополнительное образование (дополнительные образовательные программы по выбору учащихся)</i>	-Технология развития общеучебных умений и навыков, специальных умений и навыков -Технология уровневого обучения -Технология проблемного обучения -Технология проектного обучения -Технология критического мышления -Технология, основанная на контрольно-оценочной деятельности учащихся -Технология игровой деятельности -Технология диалогового общения -Технология «Портфолио» -«Эмоционально-ценностная технология» - Технология коллективной творческой деятельности -Технология «Создания ситуаций успеха» -Технология педагогической поддержки - Технологии мониторинговых исследований - ИКТ технологии -Технология разработки индивидуальной образовательной программы (ИОП) ученика (9 кл.) - Технология тьюторского сопровождения индивидуальной образовательной программы (ИОП) ученика

## **2. Учебный план** **Основное общее образование (9 классы)**

### **Пояснительная записка**

Учебный план основного общего образования (9 классы) составлен в соответствии с документами:

1. Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Федеральным базисным учебным планом, утвержденным приказом Министерства Образования Российской Федерации от 09.03.04г. № 1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования» (далее ФБУП- 2004);

3. Федеральным компонентом государственных образовательных стандартов общего образования, утвержденным Приказом Министерства образования Российской Федерации от 05 03.2004г. №1089 «Об утверждении федерального компонента государственных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» (для V- XI(XII) классов);

4. Приказ Минобрнауки РФ от 01.02.2012 N 74 "О внесении изменений в федеральный базисный учебный план и примерные учебные планы для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования, утвержденные приказом Министерства образования Российской Федерации от 9 марта 2004 г. N 1312"

5. приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 08.06.2017 №535 «О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендованных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 №253»;

7. постановлением Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010г. №189 «Об утверждении СанПин 2.4.2. 2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (далее СанПин 2.4.2.2821-10);

8. приказом Министерства образования Кировской области от 21.12.2015 г. № 5-979 «О региональном компоненте в структуре федерального базисного учебного плана»

**Учебный план** для 9 классов составлен на основе ФБУП -2004. В ФБУП-2004 устанавливается соотношение между федеральным компонентом, региональным компонентом и компонентом образовательной организации.

**Учебный план состоит из двух частей: инвариантной и вариативной.**

*Инвариантная часть* обеспечивает реализацию федерального компонента государственного образовательного стандарта.

*Федеральный компонент* включает в себя перечень учебных предметов, обеспечивающих единство школьного образования, и создаёт условия для развития учащихся, овладения выпускниками общеобразовательных учреждений необходимым минимумом знаний, умений и навыков.

*Вариативная часть* направлена на реализацию *регионального компонента* и *компонента образовательного учреждения* и обеспечивает вариативность образования (изучение предметов на базовом и углубленном уровне), позволяет более полно реализовать социальный заказ учащихся школы и их родителей на образовательные услуги.

**Региональный компонент включает следующие учебные предметы:**

**Историческое краеведение** – 1 час (9а,б,в,г,д классы)

**Основы безопасности жизнедеятельности** – 1 час (9а,б,в,г,д классы)

**Компонент образовательного учреждения в 9-х классах включает:**

**Русский язык**-1 час (9г класс- углубленное изучение предмета)

**Английский язык** -2 часа (9в класс - углубленное изучение предмета)

**Математика** – 3 часа (9а класс – углубленное изучение предмета)

**Математика** -1 час (9б,в,г,д классы). Учебный предмет «Математика» изучается в количестве 6 недельных часов в классах, т.к. данный предмет является обязательным для проведения итоговой аттестации в 9 классе, а также в связи с запросами учащихся и родителей.

**Я- гражданин России**-0,5 часа (9а,б,в,г, д классы). Учебный предмет изучается в рамках профориентации.

**В 9 классе предпрофильная подготовка осуществляется через элективные курсы:**

1.« Основы словесности » (0,5 час.) 2.« Основы словесности » (0,5 час.) 3.« Основы словесности »(0,5 час.) 4.« Основы словесности » (0,5 час.) 5. «Основы словесности » (0,5 час.) 6.«Текстовые задачи: сложности и пути их решения» (0,5 час.) 7. «Текстовые задачи: сложности и пути их решения» (0,5 час.) 8.«Текстовые задачи: сложности и пути их решения» (0,5 час.) 9.«Права человека» (0,5час.) 10.«Способы решения физических задач» (0,5 час.) 11.«Грамматика английского языка» (0,5 час.) 12. «Способы решения расчетных задач по химии» (0,5 час.)13.«Загадки и тайны генов»(0,5 ч) 14. Информатика (0,5 ч.) 15. География (0,5 ч.)

#### Учебный план в 9-х классах

(9Г,Д - общеобразовательные классы,

9А-с углубленным изучением математики,

9В – с углубленным изучением русского языка,

9Б – с углубленным изучением английского языка).

Учебные предметы	Количество часов в неделю				
	9Б класс (англ)	9В класс (рус)	9А класс (матем)	9Г класс	9Д класс
<b>Федеральный компонент</b>					
Русский язык	2	2	2	2	2
Литература	3	3	3	3	3
Иностранный язык (английский)	3	3	3	3	3
Математика	5	5	5	5	5
Информатика и ИКТ	2	2	2	2	2
История	2	2	2	2	2
Обществознание (включая экономику и право)	1	1	1	1	1
География	2	2	2	2	2
Физика	2	2	2	2	2
Химия	2	2	2	2	2
Биология	2	2	2	2	2
Искусство	1	1	1	1	1
Физическая культура	3	3	3	3	3
<b>ИТОГО:</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>30</b>
<b>Региональный компонент при 6 дневной учебной неделе</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
Историческое краеведение	1	1	1	1	1
Основы безопасности жизнедеятельности	1	1	1	1	1
<b>Компонент образовательного учреждения (6-дневная учебная неделя)</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
- русский язык	-	1	-	-	-
-английский язык	2	-	-	-	-
-математика	1	1	3	1	1
Я- гражданин России	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5
- элективные курсы (по выбору учащихся)	0,5	1,5	0,5	2,5	2,5
<b>Предельно допустимая аудиторная учебная нагрузка при 6-дневной учебной неделе (36ч)</b>	<b>36</b>	<b>36</b>	<b>36</b>	<b>36</b>	<b>36</b>

**3. Список учебников МБОУ СОШ с УИОП №51 г.Кирова  
на 2018 – 2019 учебный год.  
Основное общее образование 9 классы**

### **3. Список учебников, используемых в образовательном процессе.**

**2018-2019 уч. год**

**Основное общее образование**

**(9 классы)**

#### **Русский язык**

9 классы С.Г.Бархударов. «Русский язык», М.: Просвещение. (базовый уровень)

9 классы. (*углубл.*) В.В.Бабайцева «Русский язык» Теория. 5 – 9 класс, М.; Дрофа, (*углубление*)

В.В. Бабайцева, Л.Д. Беднарская «Русский язык. Сборник заданий. 8 – 9 классы» (учебное пособие к учебнику В.В. Бабайцевой) М. Дрофа.

#### **Литература**

9 классы В.Я. Коровина «Литература», ч.1,2, 9кл. М.: Просвещение.

В.И. Сахаров, С.А. Зинин В.А. Чалмаев «Литература», (базовый и профильный уровни) 9 кл. М.:Русское слово.

#### **Английский язык**

9 классы В.П.Кузовлев и др. «Английский язык», 9 кл, М.: Просвещение,

9 классы О.В. Афанасьева, И.В. Михеева «Английский язык», 9 кл. М: Просвещение, - (*углубление*)

#### **Математика**

А.Г.Мордкович, П.В.Семенов «События. Вероятность. Статистическая обработка данных. Дополнительные параграфы к курсу алгебры» 7 – 9кл., :Мнемозина,

9 классы А.Г.Мордкович «Алгебра» ч.1.2, 9кл. М.: Мнемозина,

Ю.Н. Макарычев, Н.Г. Миндюк и др. «Алгебра» 8 кл, М.: Просвещение (*углубление*)

9 классы Л.С. Атанасян и др. «Геометрия» 7 – 9 кл., М.; Просвещение

Л.С. Атанасян и др. «Геометрия» 9кл. Дополнительные главы к учебнику 9 кл., *для класса с углубленным изучением математики*) Вита-Пресс.

#### **Физика**

9 классы А.В.Перышкин, Е.М. Гутник «Физика 9кл., М.: Дрофа,

#### **Химия**

9 классы О.С. Габриелян «Химия» 9 кл., М.: Дрофа

#### **Биология**

9 классы А.А.Каменский, Е.А. Криксунов, В.В. Пасечник «Биология» 9кл., М.: Дрофа

#### **География**

9 классы А.И. Алексеев, С.И. Болысов и др./под ред. А.И.Алексеева/ «География», 9 кл., М.: Просвещение.

#### **История. Обществознание**

9 классы Л.Н. Алексашкина «Всеобщая история. Новейшая история», М.: Мнемозина,

А.А. Данилов, Л.Г. Косулина, М.Ю.Брандт «История России» 9 кл., М.: Просвещение,

9 классы Л.Н. Боголюбов и др. «Обществознание», 9кл. М.: Просвещение.

#### **Искусство**

9 классы Г.П. Сергеева, И.Э. Кашекова, Е.Д. Критская «Искусство», 8 - 9кл., М: Просвещение.

#### **Основы безопасности жизнедеятельности**

9 классы А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников /под ред. А.Т. Смирнова/ «Основы безопасности жизнедеятельности», 9кл., М.: Просвещение.

#### **Информатика и ИКТ**

9 классы И.Г. Семакин и др. «Информатика» 9кл. (базовый уровень) М-БИНОМ. Лаборатория знаний.

#### **Физическая культура**

9 классы В.И. Лях, А.А.\Зданевич «Физическая культура» 8-9кл. М.: Просвещение.

**4. Перечень рабочих программ учебных курсов, предметов, модулей.  
2018-2019 уч. год (9 классы)**

<b>№</b>	<b>Название рабочей программы</b>	<b>Автор</b>
<b>Русский язык, литература</b>		
1.	Рабочая программа по русскому языку в 9а классе	Раева Е.А.
2.	Рабочая программа по русскому языку в 9б классе	Дильман Е.В.
3.	Рабочая программа по русскому языку в 9в классе	Иконникова Е.В.
4.	Рабочая программа по русскому языку в 9г классе	Петрова Г.В.
5.	Рабочая программа по русскому языку в 9д классе	Ситчихина Е.В.
6.	Рабочая программа по литературе в 9а классе	Раева Е.А.
7.	Рабочая программа по литературе в 9б классе	Дильман Е.В.
8.	Рабочая программа по литературе в 9в классе	Иконникова Е.В.
9.	Рабочая программа по литературе в 9г классе	Петрова Г.В.
10.	Рабочая программа по литературе в 9д классе	Ситчихина Е.В.
<b>Математика</b>		
11.	Рабочая программа по математике в 9г классе	Рябкова М.В.
12.	Рабочая программа по математике в 9а классе	Рябкова М.В.
12.	Рабочая программа по математике в 9б,в классах	Кузикова М.В.
13.	Рабочая программа по математике в 9д классе	Журавлева Е.И.
<b>Информатика и ИКТ</b>		
14.	Рабочая программа по информатике и ИКТ в 9а,б,в,г,д классах	Селезнева Г.В.
15.	Рабочая программа по информатике и ИКТ в 9а,б,в,г,д классах	Суворова А.А.
<b>История</b>		
16.	Рабочая программа по истории в 9а,б,г,д классах	Неустроева Ю.А.
17.	Рабочая программа по истории в 9в классе	Лаптева М.Г.
<b>Обществознание</b>		
18.	Рабочая программа по обществознанию в 9а,б,г,д классах	Неустроева Ю.А.
19.	Рабочая программа по обществознанию в 9в классе	Лаптева М.Г.
<b>Историческое краеведение</b>		
20.	Рабочая программа по историческому краеведению в 9а,б,г,д классах	Неустроева Ю.А.
21.	Рабочая программа по историческому краеведению в 9в классе	Лаптева М.Г.
<b>География</b>		
22.	Рабочая программа по географии в 9а,б,в,г,д классах	Белоглазова Н.А.
<b>Биология</b>		
23.	Рабочая программа по биологии в 9а,в,д классах	Запольских А.А.
24.	Рабочая программа по биологии в 9 б,г классах	Черных М.В.
<b>Химия</b>		
25.	Рабочая программа по химии в 9а,б,в,г,д классах	Демидов В.А.
<b>Физика</b>		
26.	Рабочая программа по физике в 9а,в классах	Шибанова Г.В.
27.	Рабочая программа по физике в 9б классе	Тебенькова Е.В.
28.	Рабочая программа по физике в 9г,д классах	Макурин А.А.
<b>Искусство</b>		
29.	Рабочая программа по искусству в 9а,б,в,г,д классах	Соковнина Т.Л.
<b>Основы безопасности жизнедеятельности</b>		
30.	Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности в 9а,б,в,г,д классах	Зорина О.Е.
<b>Физическая культура</b>		
31.	Рабочая программа по физической культуре в 9а,б,в,г,д классах	Наговицына Е.В.
<b>Иностранный язык (английский)</b>		
32.	Рабочая программа по английскому языку в 9а,в,г,д классах	Тиунова Т.В.

	Рабочая программа по английскому языку в 9б классе	Тиунова Т.В.
33.	Рабочая программа по английскому языку в 9а,в классах	Орлова Т.С.
34.	Рабочая программа по английскому языку в 9г,д классах	Вайсбанд М.Г.
35.	Рабочая программа по английскому языку в 9б классе	Шматкова Е.И.
	<b>Элективные курсы</b>	
36.	Рабочая программа по элективному курсу «Основы словесности» в 9а классе	Раева Е.А.
37.	Рабочая программа по элективному курсу «Основы словесности» в 9б классе	Дильман Е.В.
38.	Рабочая программа по элективному курсу «Основы словесности» в 9в классе	Иконникова Е.В.
39.	Рабочая программа по элективному курсу «Основы словесности» в 9г классе	Петрова Г.В.
40.	Рабочая программа по элективному курсу «Основы словесности» в 9д классе	Ситчихина Е.В.
41.	Рабочая программа по элективному курсу «Текстовые задачи: сложности и пути их решения» в 9б классе	Кузикова М.В.
42.	Рабочая программа по элективному курсу «Текстовые задачи: сложности и пути их решения» в 9г классе	Рябкова М.В.
43.	Рабочая программа по элективному курсу «Текстовые задачи: сложности и пути их решения» в 9д классе	Журавлева Е.И.
44.	Рабочая программа по элективному курсу «Права человека» в 9б классе	Неустроева Ю.А.
45.	Рабочая программа по элективному курсу «Способы решения физических задач» в 9д классе	Шибанова Г.В.
46.	Рабочая программа по элективному курсу «Грамматика английского языка» в 9б классе	Тиунова Т.В.
47.	Рабочая программа по элективному курсу «Способы решения расчетных задач по химии» в 9б классе	Демидов В.А.
48.	Рабочая программа по элективному курсу «Загадки и тайны генов» в 9д классе	Запольских А.А.
49.	Рабочая программа по элективному курсу «Информатика» в 9д классе	Селезнева Г.В.
50.	Рабочая программа по элективному курсу «География» в 9г классе	Белоглазова Н.А.

**5.Выбор учащимися дополнительных образовательных программ, обеспечивающих духовно-нравственное развитие, воспитание, социализацию и качество подготовки учащихся основной школы:**

**9 класс** – выбор программ профильного обучения с 10-го класса (русский язык, литература, английский язык, физика, информатика и ИКТ, история, обществознание), углубленного изучения предметов(математика);

-программы элективных курсов предпрофильной подготовки учащихся 9-х классов (по выбору учащихся): программы элективных курсов 1.« Основы словесности » (0,5 час.) 2.« Основы словесности » (0,5 час.) 3.« Основы словесности »(0,5 час.) 4.« Основы словесности » (0,5 час.) 5. «Основы словесности » (0,5 час.)6.«Текстовые задачи: сложности и пути их решения» (0,5 час.) 7. «Текстовые задачи: сложности и пути их решения» (0,5 час.) 8.«Текстовые задачи: сложности и пути их решения» (0,5 час.) 9.«Права человека» (0,5час.) 10.«Способы решения физических задач» (0,5 час.) 11.«Грамматика английского языка» (0,5 час.) 12. «Способы решения расчетных задач по химии» (0,5 час.) 13.«Загадки и тайны генов»(0,5 ч) 14. Информатика (0,5 ч.) 15. География (0,5 ч.).

- дополнительные образовательные программы (по выбору учащихся:

-кружков, клубов: «Эврика», «Кому за 12», «Team», «Эко», спортивный клуб «Старт» (школа);

«Музей боевой славы «Память»», «Клуб «Фемида» (Дворец творчества детей и молодежи-Мемориал);

«Клуб разговорного английского языка» (лингвистический центр «Relod»),

«Кинолекторий «Мы - вятские» (ДЮЦ гражданского, патриотического и духовно-нравственного воспитания города Кирова)

«Азбука здоровья» (КОГБУЗ «Здоровье»)

-*выбор индивидуальной образовательной программы* на основе «Бланка для выбора содержания индивидуальной образовательной программы учащегося 9-го класса МБОУ СОШ с УИОП №51 г.Кирова на 2018-2019 уч. год».

## **6. Образ выпускника основной школы МБОУ СОШ с УИОП №51 г.Кирова**

### **Нравственный потенциал**

Восприятие и понимание ценностей «родина», «малая родина», «человек», «личность», «индивидуальность», «труд», «общение», «коллектив», «доверие», «выбор». Знание и соблюдение традиций школы.

Осознание возможностей, достоинств и недостатков собственного «Я», овладение приёмами и методами самообразования и самовоспитания, ориентация на социально ценные формы и способы самореализации и самоутверждения. Готовность постоять за свою честь и честь коллектива, отвечать за свои поступки и действия.

Активность и способность проявлять сильные стороны своей личности в жизнедеятельности класса и школы, умение планировать, готовить, проводить и анализировать коллективное творческое дело, беседу, игру и т.п.

Сформированность нравственной позиции по отношению к другому полу, возрасту, национальности и уровню способностей и одаренности.

### **Познавательный потенциал**

Сформированность индивидуального стиля учебной деятельности, устойчивых учебных интересов и склонностей, умение развивать и управлять познавательными процессами личности, способность адекватно действовать в ситуации выбора на уроке.

### **Коммуникативный потенциал**

Усвоение основ коммуникативной культуры личности: умение высказывать и отстаивать свою точку зрения; овладение навыками неконфликтного общения; способность строить и вести общение в различных ситуациях с людьми, отличающимися друг от друга по возрасту, ценностным ориентациям и другим признакам.

### **Эстетический потенциал**

Способность видеть и понимать гармонию и красоту, знание выдающихся деятелей и произведений литературы и искусства, апробация своих возможностей в музыке, литературе, изобразительном искусстве.

### **Физический потенциал**

Развитие основных физических качеств: быстроты, ловкости, гибкости, силы и выносливости; знание и соблюдение режима занятий физическими упражнениями; овладение умениями и навыками сохранения своего здоровья и здоровья окружающих; отрицательное отношение к вредным привычкам; способность разработать и реализовать собственную программу физического совершенствования.