

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 136
г. Екатеринбург

Принято:
на заседании
Педагогического совета
Протокол № 4 от 06.03.2020г.



Утверждено
Директор МАОУ СОШ №136
Г. Шершнева
Приказ № 73-п от 10.03.2020г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности**

Легкая атлетика

**Возраст обучающихся: 7-12лет
Срок реализации: 1 года**

Автор-составитель:
Ганина Анна Викторовна,
педагог дополнительного образования

Екатеринбург, 2020

Программа секции легкой атлетики общеобразовательных школ рассчитана на школьников в возрасте от 7 до 12 лет. Она предусматривает проведение теоретических и практических учебно-тренировочных занятий, обязательное выполнение контрольных упражнений в учебно-тренировочном процессе и участие в школьных и районных спортивных соревнованиях.

Набор в группы осуществляется не на конкурсной основе, главное – желание ребенка заниматься в кружке. Набор в группу детей более старшего возраста, учитывает увеличение физической нагрузки. В процессе занятий легкой атлетикой совершенствуют умение управлять своими движениями, развивают навыки в быстром и экономном передвижении, преодолении препятствий, физическому развитию детей. Легкая атлетика имеет большое оздоровительное значение. Занятия, как правило, проводятся на свежем воздухе. Легкоатлетические упражнения требуют динамической работы многих мышц, что позволяет легко регулировать нагрузку, улучшает деятельность двигательного аппарата, внутренних органов, центральной нервной системы и организма в целом. Программа обучения направлена на ознакомление с видами легкой атлетики, укрепление здоровья и закаливание организма занимающихся, воспитание интереса к занятиям легкой атлетикой, создание базы разносторонней физической и функциональной подготовленности, на развитие природных качеств личности ребенка, помогает учесть ее возможности в семье и школе, предоставляет ребенку право усвоить тот уровень программного материала, который ему доступен. Основой легкоатлетических упражнений являются естественные и жизненно важные движения человека: ходьба, бег, прыжки, метания.

Актуальность программы: Занятия легкой атлетикой общедоступны благодаря разнообразию ее видов, огромному количеству легко дозируемых упражнений, которыми можно заниматься повсюду и в любое время года.

В программе учебный материал дается в виде основных упражнений, поэтому в соответствии с конкретными условиями и индивидуальными особенностями занимающихся, в программу могут вноситься необходимые изменения, но при этом основные ее принципы и установки должны быть сохранены.

Цель программы: воспитание личности, физически здоровой, способной в кратчайшие сроки добиваться поставленной цели, самореализующейся в условиях современного общества.

Задачи программы:

- укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию школьников;
- обучение жизненно важным двигательным навыком и умением в ходьбе, беге, прыжках и метаниях;
- воспитывать разносторонне физически развитых, волевых, смелых и дисциплинированных юных спортсменов.

В конце учебного года проводятся итоговые соревнования на первенство школы или секции.

Ожидаемые результаты: Занятия, предусмотренные в программе, позволяют вызвать интерес к данному виду спорта с учетом возраста, половых и личностных особенностей учащихся. Они в дальнейшем будут способствовать повышению уровня результатов в беге, прыжках, метании, уровня знаний во время выступления на школьных, районных соревнованиях, умение достигать поставленных целей и задач, воспитании морально-волевых качеств, физической выносливости.

По итогам обучения обучающиеся должны знать и уметь:

- историю развития легкой атлетики.
- продемонстрировать технику бега на короткие и средние дистанции.
- иметь представление о технике бега на длинные дистанции.
- продемонстрировать технику прыжка в длину с места.
- продемонстрировать технику метания мяча на дальность с разбега.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Тема	Кол-во часов	в том числе		Формы контроля
			Теория	Практика	
1	Знания о физкультурно-оздоровительной деятельности	4	4	0	Педагогическое наблюдение
2	История развития легкой атлетики	4	4	0	Беседа
3	Бег на короткие дистанции	26	1	25	Практические занятия
4	Прыжки в длину	17	1	16	Практические занятия
5	Эстафетный бег	21	-	21	Практические занятия
6	Метание мяча, гранаты	20	1	19	Практические занятия
7	Кроссовая подготовка	18	-	18	Практические занятия
8	Подвижные игры, баскетбол, пионербол	30	3	27	Практические занятия
9	ОФП	26,5	-	26,5	Практические занятия
	Итого	166,5	14	152,5	

Содержание учебного плана

1. Знания о физкультурно-оздоровительной деятельности

Легкая атлетика как одна из форм активного отдыха, основы организации и проведения занятий по укреплению здоровья. Здоровый образ жизни человека, роль и значение занятий физической культурой в его формировании. Активный отдых и формы его организации средствами физической культуры.

Общие представления об оздоровительном беге. Требования к безопасности и профилактике травматизма. Организационные основы занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью. Правила подбора физических упражнений и физических нагрузок.

2. История развития легкой атлетики

3. Бег на короткие дистанции:

Инструктаж по ТБ. ОФП.

Практика

1. Обучение технике спринтерского бега: высокий старт, стартовый разгон.
2. Обучение технике спринтерского бега: - изучение техники высокого старта - выполнение стартовых положений.
3. Обучение технике спринтерского бега: - совершенствование техники высокого старта - поворотные выходы со старта без сигнала и по сигналу.
4. Обучение технике спринтерского бега: - изучение техники низкого старта (варианты низкого старта). - установление стартовых колодок - выполнение стартовых команд.
5. Обучение технике спринтерского бега: - совершенствование техники низкого старта (варианты низкого старта); - установление стартовых колодок.
6. Обучение технике спринтерского бега:
 - выполнение стартовых команд
 - повторные старты без сигнала и по сигналу
 - изучение техники перехода от стартового разгона к бегу по дистанции.

Обучение технике спринтерского бега:

- изучение техники бега по повороту
 - изучение техники низкого старта на повороте
 - изучение техники финиширования
 - совершенствование в технике бега Спортивная игра в баскетбол.
- Высокий старт с последующим ускорением 10-15 м. Бег 60 м. ОРУ.
Контрольное занятие: бег 60 м.

4. Прыжки в длину

Инструктаж по ТБ.

Изучение техники прыжка в длину способом «согнув ноги»

- ознакомление с техникой
- изучение отталкивания
- изучение сочетания разбега с отталкиванием.

Изучение техники прыжка в длину способом «согнув ноги»

- изучение техники полетной фазы;
- изучение группировки и приземления.

Совершенствование техники прыжка в длину способом «согнув ноги» с разбега. - изучение прыжка в целом;

- совершенствование техники Метание мяча на результат.

Контрольное занятие по прыжкам в длину. Бег в медленном темпе.

5. Эстафетный бег

Инструктаж по ТБ. ОРУ. Обучение технике эстафетного бега.

ОРУ. Встречная эстафета.

ОРУ. Совершенствование техники эстафетного бега.

Контрольное занятие: эстафета 4 по 100.

6. Метание мяча, гранаты

Совершенствование техники метания мяча, гранаты на дальность.

Метание набивных мячей 1 кг.

Бег в медленном темпе

7. Кроссовая подготовка

Инструктаж по ТБ. Кроссовая подготовка. Бег на средние дистанции 300-500 м.

Кроссовая подготовка. Бег на средние дистанции 400-500 м.

СПОФП. Бег 30, 60 м.

Бег на средние учебные дистанции.

СПОФП. Составление и выполнение комплексов упражнений специальной физической подготовки. Бег в медленном темпе(2-2,5мин)

Контрольный урок: бег 60 м.

Кросс в сочетании с ходьбой до 800-1000 м.

Контрольный урок: кросс в равномерном темпе 1000 м.

СПОФП. Составление и проведение самостоятельных занятий по совершенствованию индивидуальной техники двигательных действий.

Стартовый разгон. Челночный бег 3 * 10м и 6 * 10 м. Встречная эстафета.

ОРУ. Ходьба и бег в течение 7-8 мин.

Соревнования по бегу на длинные дистанции.

8. Подвижные игры, баскетбол, пионербол

Спортивная игра в пионербол.

Подвижные игры. Спортивная игра в баскетбол.

9. Общая физическая подготовка.

Понятие о строе и командах; строевые упражнения на месте и в движении; строевой и походный шаг; переход на бег и с бега на шаг; ходьба в переменном темпе и с различными движениями рук; бег с изменениями направления; общеразвивающие упражнения на месте и в движении, в положении стоя, лежа и сидя, без предметов и с предметами. Упражнения на развитие гибкости и подвижности в суставах, на формирование правильной осанки, развитие выносливости, ловкости, на расслабление мышц рук, ног, туловища.

Материально–техническое обеспечение

Эстафетные палочки-8 шт.
Гимнастические маты-10 шт. –
Гимнастическая стенка-12 шт.
Гимнастические палки-10шт.
Канат-1шт.
Скамейки-2шт.
Скакалки - 12 шт.
Малые мячи для метания по 150 гр-6 шт.
Перекладина-1шт.
Мячи набивные - 7 шт.
Мячи баскетбольные-10шт.
Щиты с кольцами и с сетками-2 комплекта
Волейбольные мячи-10шт.
Волейбольная сетка-1шт.

Литература

1. Видякин В.М «Спортивные праздники и мероприятия в школе. Спортивные и подвижные игры» - Издательство «Учитель», 2007 год.
2. Гордияш Е. Л., Жигульская И. В., Ильина Г.А, Рыбьякова О.В. «Физическое воспитание в школе» - Издательство «Учитель», 2017 год.
3. Каинов А.Н «Организация работы спортивных секций в школе»- Волгоград: «Учитель»,2015г.
4. Киселев П.А, Киселева С.Б.» Тестовые вопросы и задания по физической культуре»-М:»Глобус»,2010г.
5. Киселев П.А. Киселева С.Б» Настольная книга учителя физической культуры: подготовка школьников к олимпиадам» - М: »Глобус»,2009
6. Ковалько В. И., «Здоровье сберегающие образовательные технологии: школьник и компьютер» - М: «Вако», 2017 год.
7. Ковалько В.И. «Поурочные разработки по физкультуре,5-9 классы» - М:»ВАКО»,2009г.
8. Лях В.И., Зданевич А.А. «Программы для общеобразовательных учреждений «Комплексная программа 1-11 классы» -М: «Просвещение», 2008 год.
9. Под редакцией Колодницкий Г.А. Внеурочная деятельность учащихся: Легкая атлетика» М: »Просвещение»,2011г.
- 10.Тарнопольская Р.И., Мишин Б.И Учебник1,2,3,4 »Физическая культура»- М: Просвещение,2011,2012,2014ггг.
- 11.Тарнопольская Р.И., Мишин Б.И. Программа Физическая культура»- М: Просвещение,2012г.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	месяц	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	1 неделя сентября	Комбинированное занятие	1,5	Высокий и низкий старт стартовый разгон.	Стадион	Педагогическое наблюдения
2	1 неделя сентября	Комбинированное занятие	1,5	Прыжки в длину согнув ноги.	Стадион	Педагогическое наблюдения
3	1 неделя сентября	Комбинированное занятие	1,5	Развитие быстроты.	Стадион	Педагогическое наблюдения
4	2 неделя сентября	Практика	1,5	Высокий и низкий старт стартовый разгон. Прыжки в длину согнув ноги.	Стадион	Самоконтроль
5	2 неделя сентября	практика	1,5	Развитие быстроты.	Стадион	Самоконтроль
6	2 неделя сентября	практика	1,5	Прыжки в длину согнув ноги.	Стадион	Самоконтроль
7	3 неделя сентября	Практика	1,5	Бег 60-100м с н/старта. Прыжки в длину согнув ноги.	Стадион	Педагогическое наблюдение
8	3 неделя сентября	Практика	1,5	Скоростно- силовые качества	Стадион	Педагогическое наблюдение
9	3 неделя сентября	практика	1,5	Бег в равномерном темпе.	Стадион	Педагогическое наблюдение
10	4 неделя сентября	Комбинированное занятие	1,5	1Бег 60-100м с н/старта.	Стадион	Педагогическое наблюдение
11	4 неделя сентября	Комбинированное занятие	1,5	Развитие быстроты.	Стадион	Педагогическое наблюдение
12	4 неделя сентября	Комбинированное занятие	1,5	Прыжки в длину согнув ноги.	Стадион	Педагогическое наблюдение
13	1 неделя октября	Практика	1,5	Бег на средние дистанции 300-500м	Стадион	Взаимоконтроль
14	1 неделя октября	Практика	1,5	Метание м/м в цель.	Стадион	Педагогическое наблюдение
15	1 неделя октября	Практика	1,5	Скоростно- силовые качества	Стадион	Взаимоконтроль

16	2 неделя октября	Практика	1,5	Бег на длинные дистанции	Стадион	Педагогическое наблюдение
17	2неделя октября	Практика	1.5	Бег на средние дистанции 300-500м	Стадион	Педагогическое наблюдение
18	2 неделя октября	Практика	1,5	Метание м/м в цель.	Стадион	Педагогическое наблюдение
19	3 неделя октября	Практика	1,5	Скоростно- силовые качества	Стадион	Педагогическое наблюдение
20	3 неделя октября	Практика	1,5	Метание м/м в цель. Скоростно- силовые качества.	Стадион	Педагогическое наблюдение
21	3 неделя октября	Практика	1,5	Бег 1000-1500м. развитие Силовые качества.	Стадион	Педагогическое наблюдение
22	4 неделя октября	Практика	1,5	Бег 2000м.	Стадион	Самоконтроль
23	4 неделя октября	Практика	1,5	Метание м/м в цель, гранаты	Стадион	Педагогическое наблюдение
24	4 неделя октября	Практика	1,5	Бег 60-100м с н/старта.	Стадион	Педагогическое наблюдение
25	5 неделя октября	Практика	1,5	Развитие координации	Стадион	Педагогическое наблюдение
26	5 неделя октября	Практика	1,5	Метание м/м в цель, гранаты	Стадион	Педагогическое наблюдение
37	5 неделя октября	Практика	1,5	Бег 1000-1500м. развитие Силовые качества.	Стадион	Педагогическое наблюдение
28	1 неделя ноября	Комбинированное занятие	1,5	Бег 60-100м с н/старта.	Стадион	Педагогическое наблюдение
29	1неделя ноября	Комбинированное занятие	1,5	Прыжки в длину согнув ноги.	Стадион	Педагогическое наблюдение
30	1 неделя ноября	Комбинированное занятие	1,5	Развитие координации.	Стадион	Педагогическое наблюдение
31	2 неделя ноября	Практика	1,5	Бег 60-100м с н/старта.	Спортзал	Беседа
32	2 неделя ноября	Практика	1,5	Прыжки в длину согнув ноги.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
33	2 неделя ноября	Практика	1,5	Развитие координации	Спортзал	Педагогическое наблюдение

34	3 неделя ноября	Практика	1,5	Кроссовый бег 10-15-20 Метание м/м, гранаты в цель и на дальность.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
35	3 неделя ноября	Практика	1,5	Развитие Скоростно-силовых качеств	Спортзал	Педагогическое наблюдение
36	3 неделя ноября	Практика	1,5	Метание м/м, гранаты в цель и на дальность.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
37	4 неделя ноября	Практика	1,5	Прыжки в высоту.	Спортзал	Самоконтроль
38	4 неделя ноября	Практика	1,5	Развитие координации	Спортзал	Педагогическое наблюдение
39	4 неделя ноября	практика	1,5	Скоростно- силовые качества	Спортзал	Педагогическое наблюдение
40	1 неделя декабря	Практика	1,5	Прыжки в высоту.	Спортзал	Рефлексия
41	1 неделя декабря	Практика	1,5	Скоростно-силовые качества	Спортзал	Педагогическое наблюдение
42	1 неделя декабря	Практика	1,5	Развитие координации	Спортзал	Педагогическое наблюдение
43	2 неделя декабря	Практика	1,5	1эстафетный бег	Спортзал	Педагогическое наблюдение
44	2 неделя декабря	Практика	1,5	Прыжки в высоту	Спортзал	Педагогическое наблюдение
45	2 неделя декабря	Практика	1,5	Развитие быстроты	Спортзал	Педагогическое наблюдение
46	3 неделя декабря	Практика	1,5	эстафетный бег	Спортзал	Самоконтроль
47	3 неделя декабря	Практика	1,5	Развитие быстроты.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
48	3 неделя декабря	Практика	1,5	3Прыжки в высоту.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
	4 неделя декабря	Практика	1,5	1Кроссовый бег 15-20-25.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
50	4 неделя декабря	Практика	1,5	Метание м/м, гранаты в цель и на дальность	Спортзал	Педагогическое наблюдение
51	4 неделя декабря	Практика	1,5	Скоростно- силовые качества	Спортзал	Педагогическое наблюдение
52	1 неделя января	Комбинированное занятие	1,5	1 Кроссовый бег 20-25-30.	Спортзал	Взаимоконтроль
53	1 неделя января	Комбинированное занятие	1,5	Метание м/м, гранаты в цель и на дальность.	Спортзал	Педагогическое наблюдение

54	1 неделя января	Комбинированное занятие	1,5	Скоростно- силовые качества	Спортзал	Педагогическое наблюдение
55	2 неделя января	Практика	1,5	Н/старт стартовый разгон Прыжки в длину согнув ноги.	Спортзал	Беседа
56	2 неделя января	Практика	1,5	Прыжки в длину согнув ноги.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
57	2 неделя января	Практика	1,5	Развитие быстроты, координации.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
58	3 неделя января	Практика	1,5	Н/старт стартовый разгон	Спортзал	Беседа
59	3 неделя января	Практика	1,5	Прыжки в длину согнув ноги	Спортзал	Педагогическое наблюдение
60	3 неделя января	Практика	1,5	Развитие быстроты, координации	Спортзал	Педагогическое наблюдение
61	1 неделя февраля	Практика	1,5	Кроссовый бег 20-25-30.	Спортзал	Взаимоконтроль
62	1 неделя февраля	Практика	1,5	Скоростно- силовые качества	Спортзал	Педагогическое наблюдение
63	1 неделя февраля	Практика	1,5	Развитие быстроты, координации	Спортзал	Педагогическое наблюдение
64	2неделя февраля	Практика	1,5	Эстафетный бег.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
65	2 неделя февраля	Практика	1,5	Прыжки в высоту.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
66	2 неделя февраля	Практика	1,5	Развитие выносливости	Спортзал	Педагогическое наблюдение
67	3 неделя февраля	Практика	1,5	Развитие быстроты, координации	Спортзал	Педагогическое наблюдение
68	3 неделя февраля	Практика	1,5	Скоростно- силовые качества	Спортзал	Педагогическое наблюдение
69	3 неделя февраля	Практика	1,5	Кроссовый бег 20-25-30.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
70	4 неделя февраля	Практика	1,5	Развитие выносливости	Спортзал	Педагогическое наблюдение
71	4 неделя февраля	Практика	1,5	Развитие быстроты, координации	Спортзал	Педагогическое наблюдение
72	4 неделя февраля	практика	1,5	Скоростно- силовые качества	Спортзал	Педагогическое наблюдение
73	1неделя марта	Практика	1,5	Эстафетный бег. Прыжки в высоту.	Спортзал	Педагогическое наблюдение

74	1 неделя марта	Практика	1,5	Развитие быстроты, координации.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
75	1 неделя марта	Практика	1,5	Прыжки в высоту	Спортзал	Педагогическое наблюдение
76	2 неделя марта	Практика	1,5	1 Н/старт стартовый разгон	Спортзал	Педагогическое наблюдение
77	2 неделя марта	Практика	1,5	Бег 60-100м	Спортзал	Педагогическое наблюдение
78	2 неделя марта	Практика	1,5	Развитие быстроты, координации.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
79	3 неделя марта	Практика	1,5	Бег 60-100м.	Спортзал	Самоконтроль
80	3 неделя марта	Практика	1,5	Прыжки в длину согнув ноги.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
81	3 неделя марта	Практика	1,5	Развитие быстроты, координации	Спортзал	Педагогическое наблюдение
82	4 неделя марта	Практика	1,5	Бег на средние дистанции 300-500-600м.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
83	4 неделя марта	практика	1,5	Бег на средние дистанции 300-500-600м.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
84	4 неделя марта	Практика	1,5	Общефизическая подготовка	Спортзал	Педагогическое наблюдение
85	1 неделя апреля	практика	1,5	Бег 60-100м	Спортзал	Педагогическое наблюдение
86	1 неделя апреля	Практика	1,5	Бег на длинные дистанции 1000-2000м.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
87	1 неделя апреля	Практика	1,5	Барьерный бег	Спортзал	Педагогическое наблюдение
88	2 неделя апреля	Практика	1,5	Прыжки в длину согнув ноги.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
89	2 неделя апреля	Практика	1,5	Бег на длинные дистанции 1000-2000м.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
90	2 неделя апреля	Практика	1,5	Развитие гибкости	Спортзал	Педагогическое наблюдение
91	3 неделя апреля	Практика	1,5	Развитие силовой выносливости	Спортзал	Педагогическое наблюдение
92	3 неделя апреля	Практика	1,5	Развитие выносливости, равномерный бег	Спортзал	Педагогическое наблюдение
93	3 неделя апреля	Практика	1,5	Эстафетный бег	Спортзал	Педагогическое наблюдение
94	4 неделя апреля	Практика	1,5	Метание м/м, гранаты на дальность.	спортзал	Педагогическое наблюдение

95	4 неделя апреля	Практика	1,5	Развитие силы	Спортзал	Педагогическое наблюдение
96	4 неделя апреля	Практика	1,5	Подвижные игры на развитие координационных способностей	Спортзал	Педагогическое наблюдение
97	5 неделя апреля	Практика	1,5	Развитие выносливости, равномерный бег	Спортзал	Педагогическое наблюдение
98	5 неделя апреля	Практика	1,5	Развитие координации и внимания	Спортзал	Педагогическое наблюдение
99	5 неделя апреля	Практика	1,5	Бег на средние дистанции 400-500-800м.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
100	1 неделя мая	Практика	1,5	1Эстафетный бег.	Стадион	Педагогический контроль
101	1 неделя мая	Практика	1,5	Метание м/м, гранаты на дальность.	Стадион	Педагогический контроль
102	1 неделя мая	Практика	1,5	Развитие скоростных качеств	Спортзал	Педагогический контроль
103	2 неделя мая	Практика	1,5	Бег 60-100м.	Стадион	Педагогический контроль
104	2 неделя мая	Практика	1,5	Прыжки в длину согнув ноги	Стадион	Педагогический контроль
105	2 неделя мая	Практика	1,5	Развитие выносливости	Стадион	Педагогический контроль
106	3неделя мая	Практика	1,5	Эстафетный бег.	Стадион	Педагогический контроль
107	3неделя мая	Практика	1,5	Метание м/м, гранаты на дальность, в цел	Стадион	Педагогический контроль
108	3неделя мая	Практика	1,5	1Бег 2000-3000м	Стадион	Педагогический контроль
109	4 неделя мая	Практика	1,5	Бег на средние дистанции 400-500-800м. Метание м/м, гранаты на дальность, в цель.	Стадион	Педагогический контроль
110	4 неделя мая	Практика	1,5	Бег 2000-3000м. Развитие координации.	Стадион	Рефлексия
111	4 неделя мая	Практика	1,5	Бег 60-100м. Прыжки в длину согнув ноги	Стадион	Педагогический контроль
Итого			166,5			

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575828

Владелец Шершнева Лариса Геннадьевна

Действителен с 21.06.2021 по 21.06.2022