

Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования «Новокинерский Дом детского творчества»  
Арского муниципального района Республики Татарстан

Принята на заседании  
педагогического совета

Протокол № от «31» 08 2024 г.



«Утверждаю»  
Директор МБУ ДО «НДДТ»  
Г.М.Камалиева  
«09» 2024 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА**

**Физкультурно-спортивной направленности «Юный волейболист»**

Возраст обучающихся: с 8 по 15 лет

Срок реализации: 1 год (144 часа)

Автор-составитель: Файзрахманов Радик Ринатович  
педагог дополнительного образования

с.Новый Кинер, 2024

## Информационная карта образовательной программы

1	Образовательная организация	МБУ ДО «Новокинерский Дом детского творчества»
2	Полное название программы	«Юный волейболист»
3	Направленность программы	Физкультурно-спортивное
4	Сведение о разработчиках	Автор-составитель педагог дополнительного образования Файзрахманов Радик Ринатович
5	Сведения о программе	
5.1.	Срок реализации	1 год
5.2.	Возраст обучающихся	8-15 лет
5.3.	Характеристика программы - тип программы - вид программы - принцип проектирования программы - форма организации содержания и учебного процесса	Модифицированный  Общеразвивающая  Модульная
5.4.	Цель программы	приобщение обучающихся к физическим упражнениям и овладеть основами Волейбола
6	Форма и методы образовательной деятельности	Равномерный, повторный, переменный, интервальный, контрольный и соревновательные методы. Формы занятий: индивидуальный, групповой, фронтальный, круговой, поточный
7	Форма мониторинга результативности	Зачет, тестирование, сдача нормативов, соревнование.
8	Результативность реализации программы	Приобретение основных навыков игры волейбол совершенствование физических, двигательных качеств и повышение возможности функциональных систем организма; воспитание необходимых моральных и волевых качеств; обеспечение необходимых уровней специальной психической подготовленности, приобретение теоретических знаний и практический опыт, необходимые для успешной тренировочной и соревновательной деятельности
9	Дата утверждения и последней корректировки	01.09.2024

## Пояснительная записка

Данная дополнительная общеобразовательная программа физкультурно-спортивной направленности.

При разработке дополнительных общеобразовательных программ основными нормативными документами являются:

1. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 01.09.2023 г.)

2. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»

3. Федеральный закон от 13 июля 2020 г. №189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 28.12.2022 г.)

4. Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 3.09.2019 №467

5. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р

6. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. №629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (вступил в силу с 1 марта 2023 г. и действует по 28 февраля 2029 г.)

7. Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 №1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»

8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 5 августа 2020 года № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (с изменениями на 26 июля 2022 года)

9. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.01.2022 №ДГ-245/06 «Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»

10. Письмо Министерства просвещения РФ от 7 мая 2020 г. №ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ

воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий»

11. Письмо Минпросвещения России от 29.09.2023 №АБ-3935/06 «Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны»

12. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (СанПиН 2.4.4.3172-14 утратили силу)

13. Письмо Министерства образования и науки Республики Татарстан №2749/23 от 07.03.2023 г. «О направлении методических рекомендаций по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных программ (в том числе адаптированных) в новой редакции»

14. Устав МБУ ДО «Новокинерский Дом детского творчества» Арского муниципального района Республики Татарстан.

**Актуальность** – игра в волейбол одна из захватывающих, увлекательных, интересных и популярных игр на сегодняшний день. Технические приёмы, тактические действия включают в себе большие возможности для расширения и развития физических способностей, а также помогает в нравственном воспитании детей и подростков. В процессе изучения у обучающихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, приобщение к здоровому образу жизни, приобретает привычка к самостоятельным занятием спортом. Волейбол командная игра которая, дисциплинирует, воспитывает чувство коллективизма, волю, целеустремленность. Игра в волейбол развивает не только физические качества ребенка но, и развивает мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, повышает чувство и способность к быстрым чередованием напряжений и расслаблений мышц. Небольшой объем статических усилий и нагрузок в игре благотворно влияет на рост юных спортсменов. Укрепляет костную, сердечно-сосудистую, дыхательную и другие системы растущего организма.

Весь учебный материал программы распределен в соответствии с возрастным принципом комплектования групп кружка и рассчитана на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков. Ребенок на занятиях волейболом развивает умение владеть своим телом, умение координировать свои движения, а также пластику тела и динамичность.

### **Отличительные особенности программы**

Каждый урок должен иметь ясную целевую направленность, конкретные и четкие педагогические задачи, которые определяют его содержание, выбор методов средств обучения и воспитания, способов организации учащихся.

На каждом уроке решается комплекс взаимосвязанных развивающих, образовательных оздоровительных и воспитательных задач. На уроках основное внимание уделяется развитию двигательных качеств координационных скоростных способностей и выносливости силы, гибкости и ловкости, а также знакомятся с техникой, тактикой и правилами спортивной игры волейбол. Большое внимание на каждом уроке учитель должен уделить воспитанию учащихся таких нравственных и эстетических качеств, как дисциплинированность, доброжелательность, коллективность, умение само выражаться, а также содействовать развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и т.д.). Каждый кружок – это звено системы уроков, проводимых учителем в определенной последовательности и направленных на освоение учебного материала конкретных тем, которые в свою очередь, должны быть согласованы между собой. Кроме того, должны быть определены объем учебного материала, степень постепенного повышения нагрузок при развитии двигательных способностей с учетом переносимости их учащимися.

**Цель программы** - приобщение обучающихся к физическим упражнениям и овладеть основами Волейбола.

### **Задачи программы:**

- Учить правильно координировать свои движения.
- Развивать самостоятельность
- Воспитывать интерес к совершенствованию своего физического здоровья.
- приобретение крепкого здоровья

**Адресат программы:** программа для детей от 8 до 15 лет

**Объем программы:** 144 часа

**Формы организации образовательного процесса и виды занятий:**  
индивидуальная и групповая

**Срок освоения программы:** для освоения программы понадобится 1 год

**Режим занятий :** два раза в неделю по 2 часа (по 45 мин)

## Учебный план первого года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма организации занятий	Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика		
<b>1</b>	<b>Вводное занятие (2ч.)</b>					
<b>1.1</b>	Вводное занятие. Изучение истории ФК и спорта. Знакомство с знаменитыми спортсменами района, республики.	2	2	-	Лекция	
<b>2</b>	<b>Изучение правил ТБ (2ч.)</b>					
<b>2.1</b>	Изучение правил ТБ. Правила соревнований.	2	2	-	Лекция, практика	зачет
<b>3</b>	<b>ОФП (12ч.)</b>					
<b>3.1</b>	ОФП	12	2	10	Лекция, практика	зачет
<b>4</b>	<b>Упражнения для развитие силы (8ч.)</b>					
<b>4.1</b>	Упражнения для развитие силы	8	2	6	Лекция, практика	зачет
<b>5</b>	<b>Упражнения на быстроту (6ч.)</b>					
<b>5.1</b>	Упражнения на быстроту	6	1	5	Лекция, практика	зачет
<b>6</b>	<b>Упражнения на выносливость (6ч.)</b>					
<b>6.1</b>	Упражнения на выносливость	6	1	5	Лекция, практика	зачет
<b>7</b>	<b>Упражнения на ловкость (6ч.)</b>					
<b>7.1</b>	Упражнения на ловкость	6	1	5	Лекция, практика	
<b>8</b>	<b>Развитие морально-волевых качеств (6ч.)</b>					
<b>8.1</b>	Развитие морально-волевых качеств	6	1	5	Лекция, практика	
<b>9</b>	<b>Упражнения на гибкость. (4ч.)</b>					

<b>9.1</b>	Упражнения на гибкость.	4	1	5	Лекция, практик а	
<b>10</b>	<b>Упражнения для обучения передачи мяча. (2ч.)</b>					
<b>10.1</b>	Упражнения для обучения передачи мяча.	2	-	2	Лекция, практик а	
<b>11</b>	<b>Упражнения для обучения приема мяча. (2ч.)</b>					
<b>11.1</b>	Упражнения для обучения приема мяча.	2	-	2	Лекция, практик а	
<b>12</b>	<b>Упражнения для обучения приема-передачи чередованием. (4ч.)</b>					
<b>12.1</b>	Упражнения для обучения приема-передачи чередованием.	4	1	3	Лекция, практик а	зачет
<b>13</b>	<b>Передачи мяча в движении. (4ч.)</b>					
<b>13.1</b>	Передачи мяча в движении.	4	1	3	Лекция, практик а	зачет
<b>14</b>	<b>Приемы мяча в движении. (4ч.)</b>					
<b>14.1</b>	Приемы мяча в движении.	4	1	3	Лекция, практик а	зачет
<b>15</b>	<b>Специальные упражнения для приема-передачи мяча. (4ч.)</b>					
<b>15.1</b>	Специальные упражнения для приема-передачи мяча.	4	1	3	Лекция, практик а	зачет
<b>16</b>	<b>Приемы и передачи мяча в волейболе. (4ч.)</b>					
<b>16.1</b>	Приемы и передачи мяча в волейболе.	4	1	3	Лекция, практик а	зачет
<b>17</b>	<b>Подачи мяча в волейболе. (4ч.)</b>					
<b>17.1</b>	Подачи мяча в волейболе.	4	1	3	Лекция, практик а	зачет
<b>18</b>	<b>Нападающий удар. (4ч.)</b>					
<b>18.1</b>	Нападающий удар.	4	1	3	Лекция, практик а	зачет
<b>19</b>	<b>Передачи мяча стоя спиной к цели. (4ч.)</b>					
<b>19.1</b>	Передачи мяча стоя спиной к цели.	4	1	3	Лекция, практик	зачет

					а	
<b>20</b>	<b>Финты в волейболе. (4ч.)</b>					
<b>20.1</b>	Финты в волейболе.	4	1	3	Лекция, практик а	зачет
<b>21</b>	<b>Игра в зоне 3. (4ч.)</b>					
<b>21.1</b>	Игра в зоне 3.	4	1	3	Лекция, практик а	зачет
<b>22</b>	<b>Прием мяча отраженного сеткой. (4ч.)</b>					
<b>22.1</b>	Прием мяча отраженного сеткой.	4	1	3	Лекция, практик а	зачет
<b>23</b>	<b>Прием мяча после подачи. (4ч.)</b>					
<b>23.1</b>	Прием мяча после подачи.	4	1	3	Лекция, практик а	зачет
<b>24</b>	<b>Прием мяча после нападающего удара. (4ч.)</b>					
<b>24.1</b>	Прием мяча после нападающего удара.	4	1	3	Лекция, практик а	зачет
<b>25</b>	<b>Блокирование нападающего удара. (4ч.)</b>					
<b>25.1</b>	Блокирование нападающего удара.	4	1	3	Лекция, практик а	зачет
<b>26</b>	<b>Игровые комбинации. (4ч.)</b>					
<b>26.1</b>	Игровые комбинации.	4	1	3	Лекция, практик а	зачет
<b>27</b>	<b>Повторение изученных приемов(14ч.)</b>					
<b>27.1</b>	Повторение изученных приемов	14	2	12	Лекция, практик а	зачет
<b>28</b>	<b>Соревнования учениками из других школ(10ч.)</b>					
<b>28.1</b>	Соревнования учениками из других школ	10	-	10	Лекция, практик а	
<b>29</b>	<b>Встреча с знаменитыми спортсменами (4ч.)</b>					
<b>29.1</b>	Встреча с знаменитыми спортсменами	4	4	-		
	Итого:	144				

## Содержание программы

### Раздел 1...

**Теория.** Возникновение ФК и спорта. Развитие ФК и спорта в нашем районе и в республике. Лучшие спортсмены района и республики и России.

### Раздел 2. Изучение правил ТБ. Правила соревнований.

**Теория.** Основные возрастные особенности ФК и спорта.

### Раздел 3. Общая физическая подготовка (ОФП)

**Теория.** Понятие ОФП. Функции ОФП.

**Практика.** Освоение навыков физической подготовки: бег по прямой, бег приставными шагами, бег с высоко поднятыми коленями, челночный бег, кувырки вперёд и назад, приседания на месте, выпригивания, прыжки вверх, общеразвивающие упражнения и др. Эстафета.

### Раздел 4. Упражнения для развитие силы.

**Практика.** Различные варианты подтягиваний, отжиманий, работа с отягощениями др.

### Раздел 5. Упражнение на быстроту.

**Теория.** Быстрота определение. Составляющие быстроту. Методы развития быстроты.

**Практика.** Упражнения на реакцию на время движения, на частоту выполнения и др.

**Раздел 6.** Упражнения на выносливость. Развитие морально- волевых качеств специальные упражнения с увеличением или уменьшением времени и интенсивности выполнения.

### Раздел 7. Упражнение на ловкость.

**Теория.** Ловкость определение. Виды ловкости. Методы развития ловкости.

**Практика.** Упражнения на простую и сложную реакцию. Игровые упражнения.

### Раздел 8. Развитие морально- волевых качеств.

**Теория.** Основы психологической подготовки спортсмена.

Воспитание упорства, силы воли ,стремления к победе.

**Практика.** Упражнения с использованием максимальных соревновательных нагрузок, игры с элементами единоборства и др.

### Раздел 9. Упражнения на гибкость.

**Теория.** Гибкость определение. Виды гибкости. Методы развития гибкости.

**Практика.** Упражнения стоя, сидя, в наклоне, шпагаты и др.

### Раздел 10. Упражнения для обучения передачи мяча.

**Практика.** Спец упражнения .

### Раздел 11. Упражнения для обучения приема мяча.

**Практика.** Спец упражнения.

### Раздел 12. Упражнения для обучения приема передачи чередованием.

**Практика.** Спец упражнения.

### Раздел 13-15. Технический правильное выполнение упражнения.

### Разделы 16-26. Основы тактики.

**Практика.** Правильное выполнение тактических решений.

### Раздел 27. Повторение изученных приемов.

**Теория.** Разбор ошибок.

**Практика.** Совершенствование техники выполнения движений.

### Раздел 28. Соревнования учениками из других школ.

**Практика.** Повышение уровня физической подготовки .

### Раздел 29. Встреча с знаменитыми спортсменами.

**Теория.** Беседа гостей с юными спортсменами, советы.

**Планируемые результаты** –Знать правила соревнований, освоить технику выполнения движений и тактические основы ведения соревновательной борьбы.

**Организационнопедагогические условия** –маты, мячи ,перекладина 1 шт.

**Формы аттестации / контроля** - промежуточная аттестация, аттестация по завершении освоения программы и формы оценки результативности.

**Оценочные материалы** - участие вконкурсах, чемпионатах, соревнованиях.

### **Список литературы, используемой педагогом.**

1. Под редакцией З.И.Кузнецовой Развитие двигательных качеств.
2. Под редакцией П.А.Курцева Медико-санитарная подготовка учащихся.
3. Сокращенный перевод с немецкого Л.Микулиной Волейбол.

## Календарно-учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема Занятия	Место проведения	Форма контроля
<b>I Вводное занятие. (2 ч.)</b>								
1				теория	2	Вводное занятие. Изучение истории ФК и спорта. Знакомство с знаменитыми спортсменами района, республики.	спортзал	зачет
<b>II Изучение правил ТБ. (2 ч.)</b>								
2				теория	2	Изучение правил ТБ. Правила соревнований	спортзал	зачет
<b>III ОФП (12 ч.)</b>								
3				Практика, теория	2	ОФП	спортзал	зачет
4				практика	2	ОФП	спортзал	зачет
5				практика	2	ОФП	спортзал	зачет
6				практика	2	ОФП	спортзал	зачет
7				практика	2	ОФП	спортзал	зачет
8				практика	2	ОФП	спортзал	зачет
<b>IV Упражнения для развития силы. (8ч.)</b>								
9				Практика, теория	2	Упражнения для развития силы	спортзал	зачет
10				Практика, теория	2	Упражнения для развития силы	спортзал	зачет
11				практика	2	Упражнения для развития силы	спортзал	зачет
12				практика	2	Упражнения для развития силы	спортзал	зачет
<b>V Упражнения на быстроту (6ч.)</b>								
13				Практика, теория	2	Упражнения на быстроту	спортзал	зачет
14				практика	2	Упражнения на быстроту	спортзал	зачет
15				практика	2	Упражнения на	спортзал	зачет

						быстроту		
<b>VI</b>	Упражнения на выносливость (6ч.)							
16				Практика, теория	2	Упражнения на выносливость	спортзал	зачет
17				практика	2	Упражнения на выносливость	спортзал	зачет
18				практика	2	Упражнения на выносливость	спортзал	зачет
<b>VII</b>	Упражнения на ловкость (6ч.)							
19				Практика, теория	2	Упражнения на ловкость	спортзал	
20				практика	2	Упражнения на ловкость	спортзал	
21				практика	2	Упражнения на ловкость	спортзал	
<b>VIII</b>	Развитие морально-волевых качеств (6ч.)							
22				Практика, теория	2	Развитие морально- волевых качеств	спортзал	
23				практика	2	Развитие морально- волевых качеств	спортзал	
24				практика	2	Развитие морально- волевых качеств	спортзал	
<b>IX</b>	Упражнения на гибкость. (4ч.)							
25				Практика, теория	2	Упражнения на гибкость.	спортзал	
26				практика	2	Упражнения на гибкость.	спортзал	
<b>X</b>	Упражнения для обучения передачи мяча. (2ч.)							
27				практика	2	Упражнения для обучения передачи мяча.	спортзал	
<b>XI</b>	Упражнения для обучения приема мяча. (2ч.)							
28				практика	2	Упражнения для обучения приема мяча.	спортзал	

<b>XII</b>	Упражнения для обучения приема-передачи чередованием. (4ч.)							
29				Практика, теория	2	Упражнения для обучения приема-передачи чередованием.	спортзал	зачет
30				практика	2	Упражнения для обучения приема-передачи чередованием.	спортзал	зачет
<b>XIII</b>	Передчи мяча в движении. (4ч.)							
31				Практика, теория	2	Передчи мяча в движении.	спортзал	зачет
32				практика	2	Передчи мяча в движении.	спортзал	зачет
<b>XIV</b>	Приемы мяча в движении. (4ч.)							
33				Практика, теория	2	Приемы мяча в движении.	спортзал	зачет
34				практика	2	Приемы мяча в движении.	спортзал	зачет
<b>XV</b>	Специальные упражнения для приема-передачи мяча. (4ч.)							
35				Практика, теория	2	Специальные упражнения для приема-передачи мяча.	спортзал	зачет
36				практика	2	Специальные упражнения для приема-передачи мяча.	спортзал	зачет
<b>XVI</b>	Приемы и передачи мяча в волейболе. (4ч.)							
37				Практика, теория	2	Приемы и передачи мяча в волейболе.	спортзал	зачет
38				практика	2	Приемы и передачи мяча в волейболе.	спортзал	зачет
<b>XVII</b>	Подачи мяча в волейболе. (4ч.)							
39				Практика, теория	2	Подачи мяча в волейболе.	спортзал	зачет
40				практика	2	Подачи мяча в	спортзал	зачет

						волейболе.		
<b>XVII</b>	<b>Нападающий удар. (4ч.)</b>							
<b>I</b>				Практика, теория	2	Нападающий удар.	спортзал	зачет
41				практика	2	Нападающий удар.	спортзал	зачет
42								
<b>XIX</b>	<b>Передачи мяча стоя спиной к цели. (4ч.)</b>							
43				Практика, теория	2	Передачи мяча стоя спиной к цели.	спортзал	зачет
44				практика	2	Передачи мяча стоя спиной к цели.	спортзал	зачет
<b>XX</b>	<b>Финты в волейболе. (4ч.)</b>							
45				Практика, теория	2	Финты в волейболе	спортзал	зачет
46				практика	2	Финты в волейболе	спортзал	зачет
<b>XXI</b>	<b>Игра в зоне 3. (4ч.)</b>							
47				Практика, теория	2	Игра в зоне 3.	спортзал	зачет
48				практика	2	Игра в зоне 3.	спортзал	зачет
<b>XXII</b>	<b>Прием мяча отраженного сеткой. (4ч.)</b>							
49				Практика, теория	2	Прием мяча отраженного сеткой.	спортзал	зачет
50				практика	2	Прием мяча отраженного сеткой.	спортзал	зачет
<b>XXIII</b>	<b>Прием мяча после подачи. (4ч.)</b>							
51				Практика, теория	2	Прием мяча после подачи.	спортзал	зачет
52				практика	2	Прием мяча после подачи.	спортзал	зачет
<b>XXIV</b>	<b>Прием мяча после нападающего удара. (4ч.)</b>							
53				Практика, теория	2	Прием мяча после нападающего удара.	спортзал	зачет
54				практика	2	Прием мяча после нападающего удара.	спортзал	зачет
<b>XXV</b>	<b>Блокирование нападающего удара. (4ч.)</b>							

55				Практика, теория	2	Блокирование нападающего удара.	спортзал	зачет
56				практика	2	Блокирование нападающего удара.	спортзал	зачет
XXVI	Игровые комбинации. (4ч.)							
57				Практика, теория	2	Игровые комбинации.	спортзал	зачет
58				практика	2	Игровые комбинации.	спортзал	зачет
XXVI I	Повторение изученных приемов(14ч.)							
59				практика	2	Повторение изученных приемов	спортзал	зачет
60				практика	2	Повторение изученных приемов	спортзал	зачет
61				практика	2	Повторение изученных приемов	спортзал	зачет
62				практика	2	Повторение изученных приемов	спортзал	зачет
63				практика	2	Повторение изученных приемов	спортзал	зачет
64				практика	2	Повторение изученных приемов	спортзал	зачет
65				практика	2	Повторение изученных приемов	спортзал	зачет
XXVI II	Соревнования учениками из других школ(10ч.)							
66				практика	2	Соревнования учениками из других школ	спортзал	
67				практика	2	Соревнования учениками из других школ	спортзал	
68				практика	2	Соревнования учениками из других школ	спортзал	
69				практика	2	Соревнования учениками из других	спортзал	

						школ		
70				практика	2	Соревнования учениками из других школ	спортзал	
XXIX	Встреча с знаменитыми спортсменами (4ч.)							
71				Практика, теория	2	Встреча с знаменитыми спортсменами	спортзал	
72				Практика, теория	2	Встреча с знаменитыми спортсменами	спортзал	
			Итого:	144				