

**Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Центр внешкольной работы»  
Лаишевского муниципального района  
Республики Татарстан**

Принято на заседании педагогического совета  
Протокол от «02» 09 2020 г. № 1



**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
по физической культуре  
«Паралимпиец»  
Возраст обучающихся: 7-18 лет  
Срок реализации: 3 года**

**Автор-составитель:  
Каюмов Рамиль Якупович,  
педагог дополнительного образования**

г. Лаишево, 2020.

## Оглавление

<b>1. Пояснительная записка .....</b>	<b>3</b>
<b>2. Учебные планы.....</b>	<b>5</b>
<b>3. Содержание учебных планов (по годам обучения).....</b>	<b>6</b>
<b>4. Методическое, дидактическое и материально-техническое обеспечение реализации программы.....</b>	<b>11</b>
<b>5. Список рекомендуемой литературы.....</b>	<b>11</b>
<b>6. Приложение - Календарный учебный график .....</b>	<b>12</b>

## 1. Пояснительная записка

Программа разработана согласно следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29 декабря 2012 года N 273-ФЗ;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации №196 от 9.11.2018 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14;
- Положение о разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах реализуемых в МБУ ДО «Центр внешкольной работы» Лаишевского муниципального района Республики Татарстан.

**Направленность программы** – программа физкультурно-спортивной направленности.

### **Актуальность программы.**

Хорошая физическая подготовленность, определяемая уровнем развития основных физических качеств, является основой высокой работоспособности во всех видах учебной, трудовой и спортивной деятельности. У младших школьников основным видом деятельности становится умственный труд, требующий постоянной концентрации внимания, удержания тела в длительном сидячем положении за столом, необходимых в связи с этим волевых усилий. Это требует достаточно высокого развития силы и выносливости соответствующих групп мышц. Высокий уровень развития КС – основная база для овладения новыми видами двигательных действий, успешного приспособления к трудовым действиям и бытовым операциям. В условиях научно-технической революции значимость различных КС постоянно возрастает. Процесс освоения любых двигательных действий идет значительно успешнее, если занимающийся имеет крепкие, выносливые и быстрые мышцы, гибкое тело, высокоразвитые способности управлять собой, своим телом, своими движениями. Наконец, высокий уровень развития физических способностей - важный компонент состояния здоровья. Из этого, далеко не полного перечня, видно, насколько важно заботиться учителю о постоянном повышении уровня физической подготовленности.

Своеобразие данной программы заключается в том, что она составлена на основе знаний о физическом развитии и подготовленности психофизических и интеллектуальных возможностей детей с нарушением зрения.

### **Цель программы:**

Углубление знаний расширение и закрепление арсенала двигательных умений и навыков в конкретных видах спорта, достигнуть более высокого уровня развития двигательных способностей, нравственных качеств, приобщить к регулярным тренировкам.

### **Задачи:**

1. Укрепление здоровья, физического развития и повышения работоспособности учащихся с ОВЗ;
2. Развитие и совершенствование двигательных умений и навыков;
3. Приобретение знаний в области гигиены, теоретических сведений по физкультуре;
4. Развитие навыков ориентировки на слух;
5. Развитие чувства ритма и темпа, координации движений;
6. Формирование навыков правильной осанки;
7. Усвоение учащимися речевого материала, используемого учителем на уроках физкультуры.

Процесс овладения знаниями, умениями и навыками неразрывно связан с развитием умственных способностей ребенка. Поэтому задача развития этих возможностей считается одной из важных и носит коррекционную направленность.

**Форма и режим занятий:** секции, спортивные соревнования.

### **Ожидаемые результаты.**

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами (познавательные, регулятивные, коммуникативные УУД) являются:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой.

**Формы подведения итогов:** участие в соревнованиях, турнирах.

## 2. Учебные планы 1 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2	-	
2	История развития паралимпийского спорта	2	2	-	устный опрос
3	Гигиена спортсмена и закаливание	2	2	-	устный опрос
4	Места занятий, их оборудование и подготовка	2	1	1	устный опрос
5	Техника безопасности во время занятий	2	2	инструктаж	устный опрос
6	Легкая атлетика	52	2	50	ТМ, сдача нормативов, соревнования.
7	Голбол	40	2	38	ТМ, соревнования
8	Мини-футбол (В1)	40	2	38	ТМ, соревнования
9	Итоговое занятие	2			беседа, подведение итогов
	<b>Всего часов</b>	<b>144</b>	<b>16</b>	<b>128</b>	

## 2 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2	-	
2	История развития паралимпийского спорта	2	2	-	устный опрос
3	Гигиена спортсмена и закаливание	2	2	-	устный опрос
4	Места занятий, их оборудование и подготовка	2	1	1	устный опрос
5	Техника безопасности во время занятий	2	2	инструктаж	устный опрос
6	Легкая атлетика	40	2	38	ТМ, сдача нормативов, соревнования.
7	Голбол	46	2	44	ТМ,

					соревнования
8	Мини-футбол (В1)	46	2	44	ТМ, соревнования
9	Итоговое занятие	2			беседа, подведение итогов
	<b>Всего часов</b>	<b>144</b>	<b>16</b>	<b>128</b>	

### 3 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2	-	
2	История развития паралимпийского спорта	2	2	-	устный опрос
3	Гигиена спортсмена и закаливание	2	2	-	устный опрос
4	Места занятий, их оборудование и подготовка	2	1	1	устный опрос
5	Техника безопасности во время занятий	2	2	инструктаж	устный опрос
6	Легкая атлетика	44	2	42	ТМ, сдача нормативов, соревнования.
7	Голбол	44	2	42	ТМ, соревнования
8	Мини-футбол (В1)	44	2	42	ТМ, соревнования
9	Итоговое занятие	2			Беседа, подведение итогов
	<b>Всего часов</b>	<b>144</b>	<b>16</b>	<b>128</b>	

### 3.Содержание учебного плана

#### 1 год обучения

Основное содержание программы составляют игры, бег, прыжки, метания, различные упражнения, спортивные игры, эстафеты, оказывающие разностороннее воздействие на развитие детей.

Важное место в системе физического воспитания детей занимают действия с мячом. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений. В

играх с мячом развиваются быстрота, прыгучесть, сила, так как ученику часто приходится в игровой ситуации передавать мяч своему партнеру или бросать его в цель, расположенную на зрительном расстоянии и т.д. В играх и действиях с мячом совершенствуются навыки большинства основных движений: ходьбы, бега, прыжков.

Упражнения и игры с мячом благоприятно влияют на физическое развитие и работоспособность ребенка, развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кисти. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки.

Обучение действиям с мячом способствует совершенствованию двигательной реакции детей, точности воспроизведения движений во время и в пространстве.

В играх с мячом коллективного характера создаются благоприятные условия для воспитания положительных нравственно – волевых черт ребенка. Такие игры приучают детей преодолевать эгоистические побуждения, воспитывают выдержку, способствуют развитию самостоятельности. В игре дети всегда имеют возможность испытать свои силы и убедиться в успешности действия. Игры с мячом являются средством, гармонически развивающим детей, дающим значительный образовательный, оздоровительный и воспитательный эффект. При подборе упражнений для развития двигательных качеств необходимо ограничиваться программным материалом для данного класса.

На занятиях необходимо осуществлять дифференцированный и индивидуальный подход к учащимся. Для этого надо знать физическое развитие и физическую подготовленность учеников, их функциональные возможности, результаты педагогических наблюдений. Учитывая психологические возможности младших классов, занятия следует строить на фоне положительных эмоций учащихся. При проведении занятий необходимо строго соблюдать нормы санитарно - гигиеничного состояния мест занятий, придерживаться правил безопасности занятий по физической культуре и спорту в коррекционной школе.

### **Раздел «Легкая атлетика» (52 часов).**

Специальные беговые, метательные, прыжковые упражнения. Бег 30 м., 60м., 100 м.

### **Раздел «Спортивные игры ГОЛБОЛ, МИНИ-ФУТБОЛ» (80 часа).**

Ведение мяча правой и левой рукой, обегая ориентиры; ведение мяча правой и левой рукой по кругу и по дуге; ведение мяча в высокой и низкой стойке в движении по прямой. Передача мяча двумя руками от груди; передача мяча одной рукой от плеча; бросок от груди двумя руками с места; бросок одной рукой с места; бросок одной рукой после ведения; бросок одной рукой после ловли мяча; бросок после подбора мяча; штрафной бросок. Верхняя прямая подача; нижняя прямая подача; подача в прыжке; верхняя боковая подача. Броски мяча левой, правой рукой по прямой, короткой и длинной диагонали.

Ведение мяча змейкой, восьмеркой, по кругу и дуге; ведение, обегая ориентиры левой и правой ногой; ведение мяча удары по мячу (по неподвижному и катящемуся внутренней стороной стопы, внешней частью подъема); ведение мяча правой и левой ногой поочередно внутренней и внешней частью подъема стопы; ведение мяча носком; удары правой и левой ногой по воротам без зрительного контроля.

## 2 год обучения

Основное содержание программы составляют игры, бег, прыжки, метания, различные упражнения, спортивные игры, эстафеты, оказывающие разностороннее воздействие на развитие детей.

Важное место в системе физического воспитания детей занимают действия с мячом. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений. В играх с мячом развиваются быстрота, прыгучесть, сила, так как ученику часто приходится в игровой ситуации передавать мяч своему партнеру или бросать его в цель, расположенную на зрительном расстоянии и т.д. В играх и действиях с мячом совершенствуются навыки большинства основных движений: ходьбы, бега, прыжков.

Упражнения и игры с мячом благоприятно влияют на физическое развитие и работоспособность ребенка, развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кисти. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки.

Обучение действиям с мячом способствует совершенствованию двигательной реакции детей, точности воспроизведения движений во время и в пространстве.

В играх с мячом коллективного характера создаются благоприятные условия для воспитания положительных нравственно – волевых черт ребенка. Такие игры приучают детей преодолевать эгоистические побуждения, воспитывают выдержку, способствуют развитию самостоятельности. В игре дети всегда имеют возможность испытать свои силы и убедиться в успешности действия. Игры с мячом являются средством, гармонически развивающим детей, дающим значительный образовательный, оздоровительный и воспитательный эффект. При подборе упражнений для развития двигательных качеств необходимо ограничиваться программным материалом для данного класса.

На занятиях необходимо осуществлять дифференцированный и индивидуальный подход к учащимся. Для этого надо знать физическое развитие и физическую подготовленность учеников, их функциональные возможности, результаты педагогических наблюдений. Учитывая психологические возможности младших классов, занятия следует строить на фоне положительных эмоций учащихся. При проведении занятий необходимо строго соблюдать нормы санитарно - гигиеничного состояния мест занятий, придерживаться правил безопасности занятий по физической культуре и спорту в коррекционной школе.



### **Раздел «Легкая атлетика» (40 часов).**

Специальные беговые, метательные, прыжковые упражнения. Бег 30 м., 60м., 100 м.

### **Раздел «Спортивные игры ГОЛБОЛ, МИНИ-ФУТБОЛ» (92 часа).**

Ведение мяча правой и левой рукой, обегая ориентиры; ведение мяча правой и левой рукой по кругу и по дуге; ведение мяча в высокой и низкой стойке в движении по прямой. Передача мяча двумя руками от груди; передача мяча одной рукой от плеча; бросок от груди двумя руками с места; бросок одной рукой с места; бросок одной рукой после ведения; бросок одной рукой после ловли мяча; бросок после подбора мяча; штрафной бросок. Верхняя прямая подача; нижняя прямая подача; подача в прыжке; верхняя боковая подача. Броски мяча левой, правой рукой по прямой, короткой и длинной диагонали. Ведение мяча змейкой, восьмеркой, по кругу и дуге; ведение, обегая ориентиры левой и правой ногой; ведение мяча удары по мячу (по неподвижному и катящемуся внутренней стороной стопы, внешней частью подъема); ведение мяча правой и левой ногой поочередно внутренней и внешней частью подъема стопы; ведение мяча носком; удары правой и левой ногой по воротам без зрительного контроля.

## **3 год обучения**

Основное содержание программы составляют игры, бег, прыжки, метания, различные упражнения, спортивные игры, эстафеты, оказывающие разностороннее воздействие на развитие детей.

Важное место в системе физического воспитания детей занимают действия с мячом. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений. В играх с мячом развиваются быстрота, прыгучесть, сила, так как ученику часто приходится в игровой ситуации передавать мяч своему партнеру или бросать его в цель, расположенную на зрительном расстоянии и т.д. В играх и действиях с мячом совершенствуются навыки большинства основных движений: ходьбы, бега, прыжков.

Упражнения и игры с мячом благоприятно влияют на физическое развитие и работоспособность ребенка, развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кисти. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки.

Обучение действиям с мячом способствует совершенствованию двигательной реакции детей, точности воспроизведения движений во время и в пространстве.

В играх с мячом коллективного характера создаются благоприятные условия для воспитания положительных нравственно – волевых черт ребенка. Такие

игры приучают детей преодолевать эгоистические побуждения, воспитывают выдержку, способствуют развитию самостоятельности. В игре дети всегда имеют возможность испытать свои силы и убедиться в успешности действия. Игры с мячом являются средством, гармонически развивающим детей, дающим значительный образовательный, оздоровительный и воспитательный эффект. При подборе упражнений для развития двигательных качеств необходимо ограничиваться программным материалом для данного класса.

На занятиях необходимо осуществлять дифференцированный и индивидуальный подход к учащимся. Для этого надо знать физическое развитие и физическую подготовленность учеников, их функциональные возможности, результаты педагогических наблюдений. Учитывая психологические возможности младших классов, занятия следует строить на фоне положительных эмоций учащихся. При проведении занятий необходимо строго соблюдать нормы санитарно - гигиеничного состояния мест занятий, придерживаться правил безопасности занятий по физической культуре и спорту в коррекционной школе.

#### **Раздел «Легкая атлетика» (44 часов).**

Специальные беговые, метательные, прыжковые упражнения. Бег 30 м., 60м., 100 м.

#### **Раздел «Спортивные игры ГОЛБОЛ, МИНИ-ФУТБОЛ» (88 часа).**

Ведение мяча правой и левой рукой, обегая ориентиры; ведение мяча правой и левой рукой по кругу и по дуге; ведение мяча в высокой и низкой стойке в движении по прямой. Передача мяча двумя руками от груди; передача мяча одной рукой от плеча; бросок от груди двумя руками с места; бросок одной рукой с места; бросок одной рукой после ведения; бросок одной рукой после ловли мяча; бросок после подбора мяча; штрафной бросок. Верхняя прямая подача; нижняя прямая подача; подача в прыжке; верхняя боковая подача. Броски мяча левой, правой рукой по прямой, короткой и длинной диагонали. Ведение мяча змейкой, восьмеркой, по кругу и дуге; ведение, обегая ориентиры левой и правой ногой; ведение мяча удары по мячу (по неподвижному и катящемуся внутренней стороной стопы, внешней частью подъема); ведение мяча правой и левой ногой поочередно внутренней и внешней частью подъема стопы; ведение мяча носком; удары правой и левой ногой по воротам без зрительного контроля.

### **4.Методическое, дидактическое и материально-техническое обеспечение реализации программы**

- Принципы, методы, формы, технологии обучения, воспитания и развития обучающихся.
- Педагогический контроль.

Важным звеном управления подготовкой юных спортсменов является система

педагогического контроля, благодаря которой можно оценить эффективность избранной направленности тренировочного процесса, того или иного принятого решения. С помощью педагогического контроля определяются сильные и слабые стороны в подготовке юных спортсменов. Он используется для оценки эффективности средств и методов тренировки.

Один из главных вопросов в управлении тренировочным процессом – правильный выбор контрольных упражнений (тестов). Учебная программа предусматривает следующие контрольные упражнения (бег на 30, 60, 100, 1000 м, челночный бег 3x10м, прыжок в длину с места, подтягивания, наклоны туловища, сидя на полу, метание набивного мяча на дальность). Все они наиболее полно характеризуют развитие основных физических качеств.

Контрольное тестирование должно проводиться в процессе тренировки на протяжении 1-2 недель за 1-1,5 недели до соревнований.

Дидактические материалы

- Материально-техническое оснащение

Занятия, как правило, должны проводиться на свежем воздухе. Для этого в школе имеются спортивные площадки, яма для прыжков в длину с разбега, мячи для метания, гранаты, мячи для инвалидов по зрению (звонящие), беговые дорожки, спортивный городок. Так же имеется методический материал с описанием основных легкоатлетических упражнений для занятий голболом и мини-футболом (спорт слепых), наглядное пособие в виде картинок, журналов и видеоматериалов.

## **5.Список рекомендуемой литературы**

1. Н. Г. Озолин «Молодому коллеге». Москва. «Физкультура и спорт» 1998 г, Москва. «Физкультура и спорт»
2. Г. И. Погадаев «Настольная книга учителя физической культуры» 2000г. Москва. «Физкультура и спорт»

**Календарный учебный график  
на 2021-2022 учебный год  
1 год обучения**

№ п/п	Название темы	Кол-во часов	Дата проведения занятия	Форма занятия	Форма контроля
1	Вводное занятие	2	03.09	теория	
2	История развития паралимпийского спорта.	2	08.09	теория	устный опрос
3	Гигиена спортсмена и закаливание	2	10.09	теория, практика	устный опрос
4	Места занятий, их оборудование и подготовка	2	15.09	теория	устный опрос
5	Техника безопасности во время занятий	2	17.09	инструктаж	
<b>Легкая атлетика (52 ч.)</b>					
6	Беговые упражнения на месте и в движении, бег на 60 м	2	22.09	практика	сдача нормативов
7	Беговые упражнения на месте и в движении, бег на 60 м	2	24.09	практика	сдача нормативов
8	Прыжки в длину с места	2	29.09	практика	сдача нормативов
9	Прыжки в длину с разбега	2	01.10	практика	сдача нормативов
10	Бег на 100 метров	2	06.10	практика	
11	Бег на 100 метров	2	08.10	практика	сдача нормативов
12	Бег на 200 метров	2	13.10	практика	
13	Бег на 200 метров	2	15.10	практика	сдача нормативов
14	Метание гранаты с трех шагов с разбега	2	20.10	практика	сдача нормативов
15	Метание мяча 150 гр с 2-3 шагов с разбега	2	22.10	практика	
16	Метание мяча 150 гр с 2-3 шагов с разбега	2	27.10	практика	сдача нормативов
17	Бег на 800 метров	2	29.10	практика	сдача нормативов
18	Челночный бег 3x10	2	03.11	практика	
19	Челночный бег 3x10	2	05.11	практика	сдача нормативов
20	Бег, кросс 1000 метров	2	10.11	практика	сдача нормативов
21	Подвижные игры	2	12.11	практика	
22	Бег, кросс 1500 метров	2	17.11	практика	сдача нормативов
23	Подвижные игры	2	19.11	практика	
24	Подвижные игры	2	24.11	практика	
25	Прыжки в высоту с места	2	26.11	практика	сдача нормативов

26	Подвижные игры	2	01.12	практика	
27	Прыжки в высоту с места	2	03.12	практика	
28	Прыжки в высоту с места	2	08.12	практика	сдача нормативов
29	Подвижные игры	2	10.12	практика	
30	Прыжки в высоту с разбега	2	15.12	практика	
31	Прыжки в высоту с разбега	2	17.12	практика	сдача нормативов
<b>Голбол (40 ч.)</b>					
32	Место и значение игры голбол в системе физической культуры для детей с ОВЗ	2	22.12	теория	устный опрос
33	Броски мяча по прямой	2	24.12	практика	зачет
34	Броски мяча по короткой диагонали	2	29.12	практика	зачет
35	Броски мяча по прямой	2	12.01	практика	зачет
36	Броски мяча по короткой диагонали	2	14.01	практика	зачет
37	Броски мяча по длинной диагонали	2	19.01	практика	зачет
38	Учебно-тренировочная игра с заданиями	2	21.01	практика	
39	Броски мяча по длинной диагонали	2	26.01	практика	зачет
40	Учебно-тренировочная игра с заданиями	2	28.01	практика	
41	Учебно-тренировочная игра с заданиями	2	02.02	практика	
42	Пробитие штрафного броска	2	04.02	практика	зачет
43	Учебно-тренировочная игра с заданиями	2	09.02	практика	
44	Пробитие штрафного броска	2	11.02	практика	зачет
45	Учебно-тренировочная игра с заданиями	2	16.02	практика	
46	Пробитие штрафного броска	2	18.02	практика	зачет
47	Учебно-тренировочная игра с заданиями	2	23.02	практика	
48	Броски мяча по мишени	2	25.02	практика	зачет
49	Учебно-тренировочная игра	2	02.03	практика	
50	Броски мяча по мишени	2	04.03	практика	зачет
51	Учебно-тренировочная игра	2	09.03	практика	
<b>Мини-футбол (В1) (42 ч.)</b>					
52	Место и значение игры мини-футбол (В1) в системе физической культуры для детей с ОВЗ	2	11.03	теория	устный опрос
53	Ведение мяча по прямой	2	16.03	практика	зачет
54	Ведение мяча по диагонали	2	18.03	практика	зачет
55	Учебная игра с заданиями	2	23.03	практика	
56	Подача мяча с углового	2	01.04	практика	зачет
57	Учебная игра с заданиями	2	06.04	практика	
58	Ведение мяча правой и левой ногой поочередно внутренней и внешней частью подъема стопы	2	08.04	практика	зачет

59	Учебная игра с заданиями	2	13.04	практика	
60	Ведение мяча правой и левой ногой поочередно внутренней и внешней частью подъема стопы	2	15.04	практика	зачет
61	Учебная игра с заданиями	2	20.04	практика	
62	Штрафной удар с 8 метров	2	22.04	практика	зачет
63	Учебная игра с заданиями	2	27.04	практика	
64	Штрафной удар с 8 метров	2	29.04	практика	зачет
65	Учебная игра с заданиями	2	04.05	практика	
66	Штрафной удар с 6 метров	2	06.05	практика	зачет
67	Учебная игра с заданиями	2	11.05	практика	
68	Штрафной удар с 6 метров	2	13.05	практика	зачет
69	Учебная игра с заданиями	2	18.05	практика	
70	Учебно-тренировочная игра	2	20.05	практика	
71	Учебно-тренировочная игра	2	25.05	практика	
72	Итоговое занятие	2	27.05	беседа	
	<b>Итого часов</b>	<b>144</b>			