**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Ростовской области**

**Отдел образования Администрации Октябрьского района**

**МБОУ СОШ № 3**

| РАССМОТРЕНА | СОГЛАСОВАНА | УТВЕРЖДЕНА |
|---|---|---|
| Руководитель ШМО классных руководителей | Зам. директора по ВР | Директор |
| _____ | _____ | _____ |
| Омельченко С.А. Протокол №1 от «29» августа 2025 г. | Бурлакова Т.Н. . от «29» августа 2025 г. | Цуриков А.Д. Приказ №74 от «01» сентября 2025 г. |

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

(ID 8916149)

**Здоровое питание**

для обучающихся 7-8 классов

**х. Киреевка 2025**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ"

Задачей современной школы является создание активной образовательной среды, в которой будет организована подготовка ученика к самостоятельной жизни, формирование у него культуры здоровья, воспитание потребности вести здоровый образ жизни, обеспечение необходимыми знаниями и формирование соответствующих навыков.

Данная программа предусматривает получение учениками знаний и навыков, необходимых для создания семейных отношений и воспитания детей, формирование потребности в здоровом образе жизни, навыков гигиены и профилактики заболеваний, ухода за больными, рационального питания и других способов самосовершенствования.

Программа направлена на нивелирование следующих школьных факторов риска: школьные страхи, большие учебные нагрузки и трудности в усвоении школьной программы, интенсификация учебного процесса. Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье обучающихся в дальнейшем.

Нормативно-правовой и документальной базой программы по формированию культуры здоровья обучающихся являются:

Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012г № 273-ФЗ)

Постановление губернатора Ростовской области от 28 апреля 2017г «О введении с 1 сентября «Основ здорового питания»

СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 01.01.2011) раздел 2.9.;

Федеральный закон от 20.03.1999 №52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»,

Постановление Правительства Российской Федерации от 23.03.2001 №224 «О проведении эксперимента по совершенствованию структуры и содержания общего образования» в части сохранения и укрепления здоровья школьников.

### ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ"

**Цель Программы** - формирование у обучающихся культуры питания как

составляющей здорового образа жизни и создание необходимых условий, способствующих
укреплению их здоровья.

**Задачи:**

Реализация Программы предполагает решение следующих образовательных и
воспитательных задач:

- формирование и развитие представлений у обучающихся о здоровье как одной из
важнейших человеческих ценностей;
- формирование готовности обучающихся заботиться и укреплять собственное
здоровье;
- формирование у обучающихся знаний о правилах рационального питания, их роли в
сохранении и укреплении здоровья;
- профилактика поведенческих рисков здоровья, связанных с нерациональным
питанием обучающихся;
- освоение обучающимися практических навыков по приготовлению кулинарных блюд;
- информирование обучающихся о национальных традициях, связанных с питанием,
расширение знаний об истории питания;
- формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям
других народов;
- развитие творческих способностей и кругозора у обучающихся; предоставление
обучающимся возможности для эффективной самостоятельной работы;
- укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

## МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ" В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

Программа рассчитана на 34 часа

## ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ"

В рамках курса предусмотрены такие формы работы, как беседы, дискуссии, практикумы, экскурсии, встречи, деловые и ролевые игры, групповая работа, интервью.

## СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ"

7 КЛАСС

Программа курса по формированию здорового питания обучающихся 7 классов состоит из 5 тематических разделов.

**Раздел 1. Введение. Здоровье человека и факторы, его определяющие.**

Введение. Строение тела человека - общий обзор. Системы органов. Работа систем органов. Викторина «Знаю ли я себя?» Что такое здоровье? Состояние здоровья современного человека. Факторы, влияющие на состояние здоровья школьников. Пищевые продукты и питательные вещества. Полезные и вредные продукты. Пирамида здорового питания. Режим питания. Составление меню выходного дня.

**Раздел 2. Алиментарно-зависимые заболевания.**

Алиментарно-зависимые заболевания и факторы их вызывающие. Нарушение питания и факторы риска развития хронических неинфекционных заболеваний. Меры профилактики алиментарно-зависимых заболеваний. БАДы.

**Раздел 3. Физиология питания.**

Строение пищеварительной системы человека. Механизм пищеварения. Обмен веществ в организме человека. Заболевания, связанные с нарушением обмена веществ. Рацион питания школьника.

**Раздел 4. Структура ассортимента и свойства пищевых продуктов**

Традиции питания разных народов. Питание народов России. Диеты. Полезные и вредные продукты. Фастфуд. Кулинарная обработка пищевых продуктов. Приемы и способы кулинарной обработки пищевых продуктов.

**Раздел 5. Санитария и гигиена питания**

Основные функции и правила гигиены питания. Пищевые отравления. Инфекционные заболевания. Паразитарные заболевания. Правила первой помощи при пищевых отравлениях.

8 КЛАСС

Программа курса по формированию здорового питания обучающихся 8 классов состоит из 5 тематических разделов.

**Раздел 1. Введение. Здоровье человека и факторы, его определяющие.**

Введение. Строение тела человека - общий обзор. Системы органов. Работа систем органов. Викторина «Знаю ли я себя?» Что такое здоровье? Состояние здоровья современного человека. Факторы, влияющие на состояние здоровья школьников. Пищевые продукты и питательные

вещества. Полезные и вредные продукты. Пирамида здорового питания. Режим питания. Составление меню выходного дня.

**Раздел 2. Алиментарно-зависимые заболевания.**

Алиментарно-зависимые заболевания и факторы их вызывающие. Нарушение питания и факторы риска развития хронических неинфекционных заболеваний. Меры профилактики алиментарно-зависимых заболеваний. БАДы.

**Раздел 3. Физиология питания.**

Строение пищеварительной системы человека. Механизм пищеварения. Обмен веществ в организме человека. Заболевания, связанные с нарушением обмена веществ. Рацион питания школьника.

**Раздел 4. Структура ассортимента и свойства пищевых продуктов**

Традиции питания разных народов. Питание народов России. Диеты. Полезные и вредные продукты. Фастфуд. Кулинарная обработка пищевых продуктов. Приемы и способы кулинарной обработки пищевых продуктов.

**Раздел 5. Санитария и гигиена питания**

Основные функции и правила гигиены питания. Пищевые отравления. Инфекционные заболевания. Паразитарные заболевания. Правила первой помощи при пищевых отравлениях.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

**Личностными результатами** являются следующие качества:

осознание целостности окружающего мира, освоение основ экологической грамотности, элементарных правил нравственного поведения в мире природы и

людей, норм здоровьесберегающего поведения в природной и социальной среде;

развитие навыков устанавливать и выявлять причинно-следственные связи в окружающем мире;

- получение первоначальных представлений о созидательном и нравственном значениитруда в жизни человека и общества;
- знакомство с миром профессий и важностью правильного выбора профессии.
- осознание роли техники и технологий для прогрессивного развития общества;

формирование целостного представления о техносфере, сущности технологической культуры и культуры труда;

- уяснение социальных и экологических последствий развития технологий

промышленного и сельскохозяйственного производства;

- овладение методами учебно-исследовательской и проектной деятельности, решения творческих задач, моделирования, конструирования и эстетического оформления изделий, обеспечения сохранности продуктов труда.

### МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

**Метапредметными результатами** изучения предмета является формирование универсальных учебных действий (УУД).

- умение самостоятельно определять цели своего обучения;
- умение ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценкудеятельности.
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненныйопыт и информацию, полученную на занятии.

- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместнойработы всех учащихся.
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы наоснове простейших моделей (предметных рисунков, схематических рисунков, схем);
- находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей

(предметных и схематических рисунков).

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и

письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).

- слушать и понимать речь других.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ
7 КЛАСС

**Предметными результатами** изучения являются следующие умения:

- осознание целостности окружающего мира, освоение основ экологической грамотности, элементарных правил нравственного поведения в мире природы и

людей, норм здоровьесберегающего поведения в природной и социальной среде;

развитие навыков устанавливать и выявлять причинно-следственные связи в окружающем мире;

- получение первоначальных представлений о созидательном и нравственном значении труда в жизни человека и общества;
- знакомство с миром профессий и важностью правильного выбора профессии.
- осознание роли техники и технологий для прогрессивного развития общества;

формирование целостного представления о техносфере, сущности технологической культуры и культуры труда;

- уяснение социальных и экологических последствий развития технологий

промышленного и сельскохозяйственного производства;

- овладение методами учебно-исследовательской и проектной деятельности, решения творческих задач, моделирования, конструирования и эстетического оформления изделий, обеспечения сохранности продуктов труда.

8 КЛАСС

**Предметными результатами** изучения являются следующие умения:

- осознание целостности окружающего мира, освоение основ экологической грамотности, элементарных правил нравственного поведения в мире природы и

людей, норм здоровьесберегающего поведения в природной и социальной среде;

развитие навыков устанавливать и выявлять причинно-следственные связи в окружающем мире;

- получение первоначальных представлений о созидательном и нравственном значении труда в жизни человека и общества;
- знакомство с миром профессий и важностью правильного выбора профессии.
- осознание роли техники и технологий для прогрессивного развития общества;

формирование целостного представления о техносфере, сущности технологической культуры и культуры труда;

- уяснение социальных и экологических последствий развития технологий

промышленного и сельскохозяйственного производства;

- овладение методами учебно-исследовательской и проектной деятельности, решения творческих задач, моделирования, конструирования и эстетического оформления изделий, обеспечения сохранности продуктов труда.

## 7 КЛАСС

| № п/п | Наименование разделов и тем программы | Количество часов | Основное содержание | Основные виды деятельности | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
|---|---|---|---|---|---|
| **Модуль 1** | | | | | |
| **Раздел 1. Введение. Здоровье человека и основы правильного питания.** | | | | | |
| 1.1 | Введение. Здоровье человека и основы правильного питания. | 1 | | | |
| 1.2 | Здоровый образ жизни: его составляющие. | 1 | | | |
| 1.3 | Что такое здоровье. Оценка состояния собственного здоровья. | 1 | | | |
| 1.4 | Факторы, влияющие на состояние здоровья школьников. | 1 | | | |
| 1.5 | Пищевые продукты и питательные вещества. Полезные и вредные продукты. | 1 | | | |
| 1.6 | Лекарства на тарелке. | 1 | | | |
| 1.7 | Пирамида здорового питания. Режим питания. | 1 | | | |
| 1.8 | Соблюдаю ли я режим? | 1 | | | |
| **Итого** | | 8 | | | |
| **Раздел 2. Алиментарно-зависимые заболевания.** | | | | | |
| 2.1 | Алиментарно-зависимые заболевания. | 1 | | | |
| 2.2 | Особенности образа жизни и питания современных школьников. | 1 | | | |
| 2.3 | Чем опасен избыточный вес? | 1 | | | |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 2.4 | Заболевания, связанные с неправильным питанием. | 1 | | | |
| 2.5 | Пищевые добавки: учимся читать этикетки. | 1 | | | |
| **Итого** | | 5 | | | |
| **Раздел 3. Физиология питания.** | | | | | |
| 3.1 | Физиология питания. | 1 | | | |
| 3.2 | Что такое питание? | 1 | | | |
| 3.3 | Питательные вещества и их значение. | 1 | | | |
| 3.4 | Витамины | 1 | | | |
| 3.5 | Разнообразное питание – основа здоровья | 1 | | | |
| 3.6 | Пищевая ценность продуктов | 1 | | | |
| 3.7 | Энергетические затраты организма и правильное питание | 1 | | | |
| **Итого** | | 7 | | | |
| **Раздел 4.** **Структура ассортимента и свойства пищевых продуктов ** | | | | | |
| 4.1 | Структура ассортимента и свойства пищевых продуктов | 1 | | | |
| 4.2 | Что мы едим? | 1 | | | |
| 4.3 | Традиции питания в России. | 1 | | | |
| 4.4 | Взгляд в прошлое: история основных продуктов питания (зерновые, капуста, морковь, томаты, свекла, огурцы и др.) – проект. | 1 | | | |
| 4.5 | Опасные деликатесы. | 1 | | | |
| 4.6 | Любимые десерты: история шоколада. | 1 | | | |
| 4.7 | Диеты – польза и вред. | 1 | | | |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 4.8 | Сыроедение | 1 | | | |
| 4.9 | Его величество Бутерброд или чем вреден фастфуд. | 1 | | | |
| 4.10 | Вода – основа жизни. | 1 | | | |
| 4.11 | Дары природы или что можно найти в лесу. | 1 | | | |
| 4.12 | Что такое аллергия? | 1 | | | |
| **Итого** | | 12 | | | |
| **Раздел 5. Санитария и гигиена питания** | | | | | |
| 5.1 | Ядовитые грибы и растения. | 1 | | | |
| 5.2 | Правила первой помощи при пищевых отравлениях. | 1 | | | |
| **Итого** | | 2 | | | |
| **ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ** | | 34 | | | |

## 8 КЛАСС

| № п/п | Наименование разделов и тем программы | Количество часов | Основное содержание | Основные виды деятельности | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
|---|---|---|---|---|---|
| **Раздел 1.** ** Введение. Основы правильного питания** | | | | | |
| 1.1 | Состояние здоровья современного человека. | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 1.2 | Режим дня. | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 1.3 | Наука о питании-древняя и современная. | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 1.4 | Пирамида здорового питания | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 1.5 | Факторы, влияющие на здоровье детей. | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 1.6 | Факторы, влияющие на здоровье школьников. | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 1.7 | Особенности обменных процессов | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 1.8 | Гигиена питания-круглый стол. | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| **Итого** | | 8 | | | |
| **Раздел 2. Физиология питания.** | | | | | |
| 2.1 | Механизм пищеварения. | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 2.2 | Расход энергии. Режим питания. | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **Итого** | | 2 | | | |
| **Раздел 3. Ассортимент питания.** | | | | | |
| 3.1 | Основные блюда и их значение. | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 3.2 | Три кита питания. | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 3.3 | Витаминная азбука. | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 3.4 | Овощи и фрукты- полезные продукты. | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 3.5 | Аналитический проект-каникулы дело серьезное. | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 3.6 | Составление индивидуального меню. | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 3.7 | Пищевые риски, продукты опасные для здоровья. | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 3.8 | Проект "Дни национальной кухни". | 2 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 3.9 | Создание кулинарной книги "Рецепты моей бабушки." | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 3.10 | Продукты питания в разных культурах. | 2 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 3.11 | Ядовитые грибы и растения. | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 3.12 | Непереносимость отдельных продуктов. | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 3.13 | Полезные напитки. | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **Итого** | | 15 | | | |
| **Раздел 4. Санитария и гигиена питания.** | | | | | |
| 4.1 | Хронические заболевания. | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 4.2 | Проект "Все сезоны года". | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 4.3 | Конкурс презентаций домашнего меню. | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 4.4 | Правила поведения в гостях. | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 4.5 | Встречаем гостей. | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 4.6 | Особенности и правила личной гигиены. | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 4.7 | Пищевые отравления. | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 4.8 | Надежные помощники-гигиена и спорт. | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| 4.9 | Правильное питание-это здоровье и красота. | 1 | | | https://www.prav-pit.ru/digital-school |
| **Итого** | | 9 | | | |
| **ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ** | | 34 | | | |

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**7 КЛАСС**

| № п/п | Тема урока | Количество часов | Электронные цифровые образовательные ресурсы |
|---|---|---|---|
| | | Всего | |
| 1 | Введение. Здоровье человека и основы правильного питания. | 1 | |
| 2 | Здоровый образ жизни: его составляющие. | 1 | |
| 3 | Что такое здоровье. Оценка состояния собственного здоровья. | 1 | |
| 4 | Факторы, влияющие на состояние здоровья школьников. | 1 | |
| 5 | Пищевые продукты и питательные вещества. Полезные и вредные продукты. | 1 | |
| 6 | Лекарства на тарелке. | 1 | |
| 7 | Пирамида здорового питания. Режим питания. | 1 | |
| 8 | Соблюдаю ли я режим? | 1 | |
| 9 | Алиментарно-зависимые заболевания. | 1 | |
| 10 | Особенности образа жизни и питания современных школьников. | 1 | |
| 11 | Чем опасен избыточный вес? | 1 | |
| 12 | Заболевания, связанные с неправильным питанием. | 1 | |
| 13 | Пищевые добавки: учимся читать | 1 | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | этикетки. | | |
| 14 | Физиология питания. | 1 | |
| 15 | Что такое питание? | 1 | |
| 16 | Питательные вещества и их значение. | 1 | |
| 17 | Витамины | 1 | |
| 18 | Разнообразное питание – основа здоровья | 1 | |
| 19 | Пищевая ценность продуктов | 1 | |
| 20 | Энергетические затраты организма и правильное питание | 1 | |
| 21 | Структура ассортимента и свойства пищевых продуктов | 1 | |
| 22 | Что мы едим? | 1 | |
| 23 | Традиции питания в России. | 1 | |
| 24 | Взгляд в прошлое: история основных продуктов питания (зерновые, капуста, морковь, томаты, свекла, огурцы и др.) – проект. | 1 | |
| 25 | Опасные деликатесы. | 1 | |
| 26 | Любимые десерты: история шоколада. | 1 | |
| 27 | Диеты – польза и вред. | 1 | |
| 28 | Сыроедение | 1 | |
| 29 | Его величество Бутерброд или чем вреден фастфуд. | 1 | |
| 30 | Вода – основа жизни. | 1 | |
| 31 | Дары природы или что можно найти в лесу. | 1 | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 32 | Что такое аллергия? | 1 | |
| 33 | Ядовитые грибы и растения. | 1 | |
| 34 | Правила первой помощи при пищевых отравлениях. | 1 | |
| **ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ** | | 34 | |

## 8 КЛАСС

| № п/п | Тема урока | Количество часов | Электронные цифровые образовательные ресурсы |
|---|---|---|---|
| | | Всего | |
| 1 | Введение. Основы здорового питания. | 2 | |
| 2 | Состояние здоровья. | 1 | |
| 3 | Режим дня. | 1 | |
| 4 | Наука о питании-древняя и современная. | 1 | |
| 5 | Пирамида здорового питания. | 1 | |
| 6 | Факторы, влияющие на здоровье человека. | 1 | |
| 7 | Факторы, влияющие на здоровье школьников. | 1 | |
| 8 | Особенности обменных процессов | 1 | |
| 9 | Гигиена питания-круглый стол. | 1 | |
| 10 | Физиология питания. | 1 | |
| 11 | Механизм пищеварения. | 1 | |
| 12 | Расход энергии. | 1 | |
| 13 | Структура ассортимента продуктов. | 2 | |
| 14 | Основные блюда и их значение | 1 | |
| 15 | Три кита питания. | 1 | |
| 16 | Витаминная азбука | 1 | |
| 17 | Овощи и фрукты-полезные продукты. | 1 | |
| 18 | Аналитический проект "Каникулы- дело серьезное". | 1 | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 19 | Составление индивидуального меню. | 1 | |
| 20 | Пищевые риски. | 1 | |
| 21 | Проект. "Дни национальной кухни". | 1 | |
| 22 | Создание кулинарной книги "Рецепты моей бабушки". | 1 | |
| 23 | Продукты питания в разных культурах. | 1 | |
| 24 | Ядовитые грибы и растения. | 1 | |
| 25 | Непереносимость отдельных продуктов. | 1 | |
| 26 | Полезные напитки. | 1 | |
| 27 | Санитария и гигиена питания. | 1 | |
| 28 | Хронические заболевания. | 1 | |
| 29 | Проект "Все сезоны года". | 2 | |
| 30 | Конкурс презентаций домашнего меню. | 2 | |
| **ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ** | | 34 | |