


Рассмотрено
на заседании МО
Протокол № 1
«28» августа 2025 г.

Согласовано на
педагогическом совете №11
«28» августа 2025 г.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №12
г. Пензы имени В.В.Тарасова
Е.С.Куликова
Приказ №248.1 - ОД
«01» сентября 2025 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
" ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА "
спортивно-оздоровительной направленности
(5- 7 классы)**

Учебник автор В. И. Лях, М.Я. Виленский: «Физическая культура 5-7 классы»
(М.: Просвещение, 2012 год);
Учебное пособие по внеурочной деятельности «Лёгкая атлетика» авторы:
В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий М.: Просвещение, 2013 г.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Лёгкая атлетика» для обучающихся 5-9 классов разработана на основе комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы: В. И. Лях, А. А. Зданевич) и на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 1897 от «17» декабря 2010 г.
2. Закона Российской Федерации «Об образовании» (29.12.12г. № 273-ФЗ)
3. Пособия по внеурочной деятельности учащихся «Лёгкая атлетика» авторы: В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий М.: Просвещение, 2013 г

Легкая атлетика имеет большое прикладное значение, ведь с ее помощью развиваются основные физические качества - выносливость, сила, скорость, гибкость, что широко применяются в повседневной жизни, в частности - в трудовой деятельности. Во время занятий легкой атлетикой приобретаются навыки координации движений, быстрого и экономичного передвижения и рационального выполнения сложных физических упражнений. Все кто занимаются легкой атлетикой, приобретают специальные знания относительно техники исполнения физических упражнений, основных функций человеческого организма, организации тренировочных занятий, режима личной гигиены, питания, работы и отдыха. Кроме этого, легкая атлетика имеет воспитательное значение, способствуя популяризации здорового образа жизни. Правильная организация и методика проведения занятий и соревнований положительно влияют на формирование личности человека, развитие ее моральных качеств (воли, целенаправленности, выдержки) и умственных способностей (самооценки собственных возможностей и тому подобное).

Легкоатлетические упражнения требуют от детей развития физических качеств, специфических антропометрических особенностей, высокой психической устойчивости, умения качественно реализовывать эти потенциальные способности в конкретных и разнохарактерных видах спортивных упражнений.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

Личностные результаты:

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

Предметные результаты:

- формирование знаний о легкой атлетике и его роли в укреплении здоровья;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития

Данная программа делает акцент на формирование у учащихся активистской культуры здоровья и предполагает:

потребность в систематических занятиях спортом, регулярном участии в спортивных соревнованиях, стремление показывать как можно более высокие результаты на соревнованиях;

умение использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях;

спортивный образ (стиль) жизни, предусматривающий активные занятия спортом и регулярное участие в спортивных соревнованиях;

стремление индивида вовлечь в занятия легкой атлетикой свое ближайшее окружение (семью, друзей, коллег и т.д.).

В результате изучения раздела «Лёгкая атлетика» курса «Физическая культура» на занятиях и во внеурочной деятельности учащиеся должны

Характеризовать

- значение лёгкой атлетики в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- прикладное значение легкоатлетических упражнений;
- правила безопасного поведения во время занятий лёгкой атлетикой;
- названия разучиваемых легкоатлетических упражнений;
- технику выполнения легкоатлетических упражнений, предусмотренных учебной программой;
- типичные ошибки при выполнении легкоатлетических упражнений;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований в беге на короткие и средние дистанции, прыжках в длину и в высоту с разбега, метании малого мяча (гранаты) на дальность;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами лёгкой атлетики.

Уметь

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях лёгкой атлетикой;
- технически правильно выполнять предусмотренные учебной программой легкоатлетические и контрольные упражнения (двигательные тесты);
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях лёгкой атлетикой;
- выполнять обязанности судьи по бегу, прыжкам, метаниям.

Демонстрировать: 5-6 классы

Оценка	Прыжок в длину с места (см)		Бег 30м (сек)		Подтягивание (мальчики)	Поднимание туловища из положения, лежа на спине за 30сек. (девочки)	Бег 1000м (мин. сек.)	
	мальчики	девочки	мальчики	девочки			мальчики	девочки
Высокий	190	170	4.9	5.0	9	20	4.35	5.10
Средний	170	150	5.4	5.6	6	17	5.08	6.20
Низкий	150	130	6.0	6.3	2	11	6.30	7.05

7 класс

Оценка	Прыжок в длину с места (см)		Бег 30м (сек)		Подтягивание (мальчики)	Поднимание туловища из положения, лежа на спине за 30сек. (девочки)	Бег 1000м (мин. сек.)	
	мальчики	девочки					мальчики	девочки
Высокий	208	185	4.7	4.9	7-8	22	4.05	4.55
Средний	190	170	5.4	5.5	5-6	19	5.00	5.30
Низкий	170	143	5.8	6.1	3	12	6.00	6.45

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

В соответствии с учебным планом на занятия внеурочной деятельностью «Лёгкая атлетика» в 4, 5-7-х классах отводится по 2 часа в неделю (68 часов в год).

Теоретическая подготовка включает вопросы истории и современного состояния лёгкой атлетики, правил соревнований по лёгкой атлетике, техники безопасности, а также вопросы, связанные с гигиеническими требованиями.

Физическая подготовка дифференцирована на упражнения общей и специальной подготовки. Техническая подготовка включает специальные беговые и прыжковые упражнения, упражнения на тренажёрах и пр.

5 класс

Теоретическая подготовка

1. Развитие лёгкой атлетики в России и за рубежом.
2. Техника безопасности на занятиях по лёгкой атлетике.
3. Физическая подготовка легкоатлета.
4. Техническая подготовка легкоатлета.
5. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий лёгкой атлетикой.

Техническая подготовка

1. Обучение спринтерскому бегу (техника низкого старта, бег по дистанции, финиширование).
2. Обучение технике бега стайера (техника высокого старта, бег по дистанции, бег по виражу, финиширование).
3. Обучение технике метания малого мяча (с места).
4. Обучение технике прыжка в длину (с места)
5. Обучение технике эстафетного бега (передача эстафетной палочки: на месте. Передача эстафетной палочки двумя способами: по сигналу, без сигнала.

Общая физическая подготовка легкоатлета

Определение понятий «скорость», «сила», «выносливость», «гибкость». Формы их проявления в соответствии со спецификой вида легкой атлетики.

Развитие силы (ОФП на все группы мышц). С предметами, без предметов.

Развитие силовой выносливости. Круговая тренировка

Контрольные упражнения для определения уровня силовых способностей (тесты).

Игровая тренировка. Старты (из разных положений). Подвижные игры («Невод», «Вызов номера», «Салки», «Лапта» и др.)

Развитие общей выносливости. Кросс. Подготовка.

Развитие гибкости. О.Р.У. (активные, пассивные, статические, с предметами).

Контрольные упражнения для определения уровня развития гибкости.

Специальная физическая подготовка легкоатлета

Скоростно-силовая подготовка. Прыжковая тренировка в зале. Прыжковая тренировка в гору.

Развитие скорости. Отрезочная работа на короткие дистанции (стадион, зал).

Тренировка на отдельные компоненты скоростных способностей.

На быстроту реакции, на частоту движений, на улучшение стартовой скорости

Развитие специальной выносливости.

6-7 класс

Теоретическая подготовка

1. История развитие лёгкой атлетики в России и за рубежом.

2. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена.

3. Физическая подготовка легкоатлета.

4. Техническая подготовка легкоатлета.

5. Техника безопасности на занятиях, спортивный инвентарь и оборудование для занятий лёгкой атлетикой.

6. Психологическая подготовка легкоатлета.

7. Соревновательная деятельность легкоатлета.

Техническая подготовка

1. *Обучение спринтерскому бегу* (техника низкого старта, бег по дистанции, финиширование).

2. *Обучение технике бега стайера* (техника высокого старта, бег по дистанции, бег по виражу, финиширование).

3. *Обучение технике метания малого мяча* (с разбега, с места).

4. *Обучение технике прыжка в длину* (с места, с разбега).

5. *Обучение технике эстафетного бега* (передача эстафетной палочки: на месте, в движении, в «зоне передач»). Передача эстафетной палочки двумя способами: по сигналу, без сигнала).

Общая физическая подготовка легкоатлета

Определение понятий «скорость», «сила», «выносливость», «гибкость». Формы их проявления в соответствии со спецификой вида легкой атлетики.

Развитие силы (ОФП на все группы мышц). С предметами, без предметов, на тренажерах

Развитие силовой выносливости. Круговая тренировка

Контрольные упражнения для определения уровня силовых способностей (тесты).

Игровая тренировка. Старты (из разных положений). Баскетбол. Футбол

Развитие общей выносливости. Кросс. Подготовка.

Развитие гибкости. О.Р.У. (активные, пассивные, статические, с предметами).

Контрольные упражнения для определения уровня развития гибкости.

Специальная физическая подготовка легкоатлета

Скоростно-силовая подготовка. Прыжковая тренировка в зале. Прыжковая тренировка в гору.

Развитие скорости. Отрезочная работа на короткие дистанции (стадион, зал).

Отрезочная работа в гору.

Тренировка на отдельные компоненты скоростных способностей.

На быстроту реакции, на частоту движений, на улучшение стартовой скорости

Развитие специальной выносливости.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№п/п	Раздел программы	Класс		
		5	6	7
1.	Основы знаний о лёгкой атлетике	в процессе занятий		
2.	Способы самостоятельной деятельности	в процессе самостоятельных занятий		
3.	Физическое совершенствование			
3.1	Комплексы общеразвивающих, специальных и имитационных упражнений	18	18	18
3.2	Комплексы упражнений на развитие физических качеств	11	12	12
3.3	Подвижные игры с элементами бега, прыжков и метаний/спортивные игры	12	10	9
3.4	Специальные и имитационные упражнения; упражнения для изучения техники бега, прыжков и метания.	18	18	18
3.5	Прикладные виды легкой атлетики (кросс).	4	4	5
3.6	Тестовые упражнения по физической подготовленности	2	2	2
3.7	Участие в соревновательной деятельности.	3	4	4
	Итого:	68	68	68

Материально-техническое обеспечение

Для отражения количественных показателей в требованиях используется следующая система обозначений:

Д — демонстрационный экземпляр (1 экз., кроме специально оговоренных случаев);

К — комплект (из расчета на каждого учащегося исходя из реальной наполняемости класса);

Г — комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих несколько учащихся.

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Необходимое количество	Примечание
		Основная школа	
УЧЕБНО-ПРАКТИЧЕСКОЕ ОБОРУДОВАНИЕ			
1	Гимнастика		
	Маты гимнастические	Г	
	Мяч набивной (1 кг, 2кг, 3 кг)	Г	
	Мяч малый (теннисный)	Г	
	Скакалка гимнастическая	К	
	Мяч малый (мягкий)		
2	Спортивные игры		
	Мячи баскетбольные	Г	
	Сетка для переноса и хранения мячей	Д	
	Жилетки игровые	Г	
	Сетка волейбольная	Д	
	Мячи волейбольные	Г	

Сетка для переноски и хранения баскетбольных мячей	Д	
Жилетки игровые для футбола	Г	
Ворота для мини-футбола	Д	
Сетка для ворот мини-футбола	Д	
Мячи футбольные	Г	
Номера нагрудные	Г	
Компрессор для накачивания мячей	Д	
СПОРТИВНЫЕ ЗАЛЫ		
Большой спортивный зал для игр		С раздевалками для мальчиков и девочек
Малый гимнастический зал		
Тренажерный зал		
Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования		
ПРИШКОЛЬНЫЙ СТАДИОН (ПЛОЩАДКА)		
Легкоатлетическая дорожка	Д,Г	
Сектор для прыжков в длину	Д,К	
Игровое поле для футбола	Д,К,Г	
Игровое поле для мини - футбола	Д,К,Г	
Площадка игровая баскетбольная	Д,К,Г	
Площадка игровая волейбольная	Д,К,Г	
Гимнастический городок	Д,К	
Полоса препятствий	Д,К,Г	

Литература

- Брюнему Э., Харнес Э., Хофф Я. И др. Бегай, прыгай, метай: Школа легкой атлетики для детей. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 79 с.
- Бальсевич, В.К. Выявление и развитие спортивного таланта Текст. // Современные достижения спортивной науки: тез. междунар. конф. — СПб.: Изд-во С.-Петербур. гос. акад. физ. культуры, 1994.— С
- Виноградов П.А., Душанин А.П., Жолдак В.И. Основы физической культуры и здорового образа жизни. Москва., 1996.
- Волков, В.М., Филин, В.П. Спортивный отбор Текст. М.: Физкультура и спорт, 1983 — 176 с.
- Гужаловский А.А. Этапность развития физических (двигательных) качеств и проблема оптимизации физической подготовки детей школьного возраста: Дис.... докт.пед.наук. М., 1979.
- Гужаловский А.А. Проблема "критических" периодов онтогенеза и ее значение для теории и практики физического воспитания// Очерки по теории физической культуры. М.: ФиС, 1984. с.211-223.
- Детская легкая атлетика. Программа международной ассоциации легкоатлетических федераций. – М.: Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2002. – 80 с: ил. Практическое руководство для организаторов занятий.
- Легкая атлетика. Правила соревнований 2006-2007 [Текст]. - М.: Олимпия- PRESS, 2006.
- Попов, В.Б. Система специальных упражнений в подготовке легкоатлетов [Текст]. - М.: Терра-Спорт, 200

Календарно-тематическое планирование
Карасик Н.А.
5 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
1	Теоретические сведения. Инструктаж по ТБ. Бег, ходьба. Подвижные игры	2	3.09
2	Освоение навыков бега. Развитие общей выносливости. Игра «Невод»	2	10
3	Комплексное развитие психомоторных способностей. Тестирование	2	17
4	Освоение техники спецбеговых упражнений, подвижные игры «Вызов номеров»	2	24
5	Развитие быстроты движения и скорости бега.	2	1.10
6	Развитие гибкости, совершенствование навыков легкоатлетической разминки. Игра «Лапта»	2	8
7	Овладение техникой прыжка в длину с места. Развитие скоростно-силовых способностей.	2	15
8	Развитие общей выносливости. Овладение элементами игры в баскетбол.	2	22
9	Освоение навыков метания с места. Развитие скоростно-силовых способностей. Игра «Салки»	2	5.11
10	Совершенствование навыков бега. Развитие скоростных и координационных способностей.	2	12
11	Тестирование уровня физической и технической подготовки.	2	19
12	Совер-ние техники спецбеговых упражнений, бега на различных скоростях. Игра «Перестрелка»	2	26
13	Овладение техникой длительного бега. Развитие общей выносливости.	2	3.12
14	Скоростно-силовая подготовка. Развитие координационных способностей.	2	10
15	Освоение техники передачи эстафетной палочки. Подвижные игры.	2	17
16	Развитие быстроты, ловкости. Спортивные игры «Баскетбол»	2	24
17	Комплексное развитие психомоторных способностей в эстафетах и играх.	2	14.01
18	Овладение техникой спринтерского бега. Развитие скоростных способностей.	2	21
19	Техника выбегания с высокого и низкого старта. Игра «Невод»	2	28
20	Сведения о правилах соревнований. Соревнования по л/атлетике.	2	4.02
21	Бег на короткие дистанции.	2	11
22	Спортивные и подвижные игры. Силовая подготовка.	2	18
23	Совер-ние техники бега на различных скоростях. Развитие кондиционных способностей.	2	25
24	Развитие общей выносливости. Освоение техники выполнения упражнений с барьерами.	2	4.03
25	Закрепление и совершенствование навыков в прыжках. Подвижные игры.	2	11
26	Развитие скоростно-силовых способностей. Освоение техники прыжка в длину с разбега.	2	18
27	Комплексное развитие психомоторных способностей. Задания на внимание, ловкость, коорди-ию	2	1.04
28	Освоение техники преодоления барьера. Развитие координации движений.	2	8
29	Развитие «взрывной» силы. Овладение техникой метания набивных мячей.	2	15
30	Развитие быстроты и ловкости в эстафетах, играх. Прыжки в длину с короткого разбега.	2	22
31	Прыжки в длину с короткого разбега с подкидного мостика. Спортивные и подвижные игры.	2	29
32	Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. Тестирование.	2	6.05
33	Совершенные техники выбегания с высокого старта. Развитие скоростно-силовых способностей.	2	13
34	Овладение техникой работы рук в спринтерском беге. Подвижные игры «вызов номеров»	2	20
	Итого	68	

Календарно-тематическое планирование

Карасик Н.А.

6 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
1	Теоретические сведения. Инструктаж по ТБ. Бег, ходьба. Подвижные игры	2	6.09
2	Освоение навыков бега. Развитие общей выносливости. Игра «Невод»	2	13
3	Комплексное развитие психомоторных способностей. Тестирование.	2	20
4	Освоение техники спецбеговых упражнений, подвижные игры «Вызов номеров»	2	27
5	Развитие быстроты движения и скорости бега.	2	4.10
6	Развитие гибкости, совершенствование навыков легкоатлетической разминки. Игра «Лапта»	2	11
7	Овладение техникой прыжка в длину с места. Развитие скоростно-силовых способностей.	2	18
8	Развитие общей выносливости. Овладение элементами игры в баскетбол.	2	25
9	Освоение навыков метания с места. Развитие скоростно-силовых способностей. Игра «Салки»	2	8.11
10	Совершенствование навыков бега. Развитие скоростных и координационных способностей.	2	15
11	Тестирование уровня физической и технической подготовки.	2	22
12	Совер-ние техники спецбеговых упражнений, бега на различных скоростях. Игра «Перестрелка»	2	29
13	Овладение техникой длительного бега. Развитие общей выносливости.	2	6.12
14	Скоростно-силовая подготовка. Развитие координационных способностей.	2	13
15	Освоение техники передачи эстафетной палочки. Подвижные игры.	2	20
16	Развитие быстроты, ловкости. Спортивные игры «Баскетбол»	2	27
17	Комплексное развитие психомоторных способностей в эстафетах и играх.	2	10.01
18	Овладение техникой спринтерского бега. Развитие скоростных способностей.	2	17
19	Техника выбегания с высокого и низкого старта. Игра «Невод»	2	24
20	Сведения о правилах соревнований. Соревнования по л/атлетике.	2	31
21	Бег на короткие дистанции.	2	7.02
22	Спортивные и подвижные игры. Силовая подготовка.	2	14
23	Совер-ние техники бега на различных скоростях. Развитие кондиционных способностей.	2	21
24	Развитие общей выносливости. Освоение техники выполнения упражнений с барьерами.	2	28
25	Закрепление и совершенствование навыков в прыжках. Подвижные игры.	2	7.03
26	Развитие скоростно-силовых способностей. Освоение техники прыжка в длину с разбега.	2	14
27	Комплексное развитие психомоторных способностей. Задания на внимание, ловкость, коорди-ию	2	21
28	Освоение техники преодоления барьера. Развитие координации движений.	2	4.04
29	Развитие «взрывной» силы. Овладение техникой метания набивных мячей.	2	11
30	Развитие быстроты и ловкости в эстафетах, играх. Прыжки в длину с короткого разбега.	2	18
31	Прыжки в длину с короткого разбега с подкидного мостика. Спортивные и подвижные игры.	2	25
32	Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. Тестирование.	2	16.05
33	Совершенные техники выбегания с высокого старта. Развитие скоростно-силовых способностей.	2	23
34	Овладение техникой работы рук в спринтерском беге. Подвижные игры «вызов номеров»	2	30
	Итого	68	

Календарно-тематическое планирование

Карасик Н.А.

7 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
1	Теоретические сведения. Инструктаж по ТБ. Бег, ходьба. Подвижные игры	2	7.09
2	Освоение навыков бега. Развитие общей выносливости. Игра «Невод»	2	14
3	Комплексное развитие психомоторных способностей. Тестирование.	2	21
4	Освоение техники спецбеговых упражнений, подвижные игры «Вызов номеров»	2	28
5	Развитие быстроты движения и скорости бега.	2	5.10
6	Развитие гибкости, совершенствование навыков легкоатлетической разминки. Игра «Лапта»	2	12
7	Овладение техникой прыжка в длину с места. Развитие скоростно-силовых способностей.	2	19
8	Развитие общей выносливости. Овладение элементами игры в баскетбол.	2	26
9	Освоение навыков метания с места. Развитие скоростно-силовых способностей. Игра «Салки»	2	9.11
10	Совершенствование навыков бега. Развитие скоростных и координационных способностей.	2	16
11	Тестирование уровня физической и технической подготовки.	2	23
12	Совер-ние техники спецбеговых упражнений, бега на различных скоростях. Игра «Перестрелка»	2	30
13	Овладение техникой длительного бега. Развитие общей выносливости.	2	7.12
14	Скоростно-силовая подготовка. Развитие координационных способностей.	2	14
15	Освоение техники передачи эстафетной палочки. Подвижные игры.	2	21
16	Развитие быстроты, ловкости. Спортивные игры «Баскетбол»	2	28
17	Комплексное развитие психомоторных способностей в эстафетах и играх.	2	11.01
18	Овладение техникой спринтерского бега. Развитие скоростных способностей.	2	18
19	Техника выбегания с высокого и низкого старта. Игра «Невод»	2	25
20	Сведения о правилах соревнований. Соревнования.	2	1.02
21	Бег на короткие дистанции.	2	8
22	Спортивные и подвижные игры. Силовая подготовка.	2	15
23	Совер-ние техники бега на различных скоростях. Развитие кондиционных способностей.	2	22
24	Развитие общей выносливости. Освоение техники выполнения упражнений с барьерами.	2	1.03
25	Закрепление и совершенствование навыков в прыжках. Подвижные игры.	2	15
26	Развитие скоростно-силовых способностей. Освоение техники прыжка в длину с разбега.	2	22
27	Комплексное развитие психомоторных способностей. Задания на внимание, ловкость, коорди-ию	2	5.04
28	Освоение техники преодоления барьера. Развитие координации движений.	2	12
29	Развитие «взрывной» силы. Овладение техникой метания набивных мячей.	2	19
30	Развитие быстроты и ловкости в эстафетах, играх. Прыжки в длину с короткого разбега.	2	26
31	Прыжки в длину с короткого разбега с подкидного мостика. Спортивные и подвижные игры.	2	3.05
32	Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. Тестирование.	2	10
33	Сведения о правилах соревнований. Соревнования.	2	17
34	Овладение техники работы рук в спринтерском беге. Подвижные игры «вызов номеров»	2	24
	Итого	68	

