

**Бюджетное общеобразовательное учреждение города Омска
«Средняя общеобразовательная школа №110»**

<p align="center">«Рассмотрено на МО» Председатель МО _____/М.В.Чупыра/ Протокол №1 от 28 августа 2020 года</p>	<p align="center">«Согласовано» Заместитель директора БОУ г. Омска «СОШ №110» _____/С.А. Бирюкова/ 31 августа 2020 г.</p>	<p align="center">«Утверждаю» Директор БОУ г. Омска «СОШ №110» _____/А.И. Складнев/ Приказ № ___ от 01 сентября 2020 г.</p>
---	---	---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
на 2020/2021 учебный год**

по курсу внеурочной деятельности **Баскетбол**
направление спортивно-оздоровительное

класс 11

учитель **Чупыра Маргарита Викторовна**, категория **соответствие**

Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «Баскетбол» построена и реализуется в соответствии с требованиями: Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (ФГОС ООО); Основной образовательной программы основного общего образования (ООП ООО) БОУ г. Омска «СОШ «110»; Примерной программы по предмету «Физическая культура» и на основе авторской программы под редакцией:

1. В.И. Лях «Физическая культура». Рабочие программы 10-11 классы.,-М.: Просвещение,2015г.
2. Комплексная программа Физического воспитания 1 – 11 классы. В.И. Лях, А.А. Зданевич. «Просвещение» - 2012г
3. Внеурочная деятельность учащихся «Баскетбол» В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий ; М.: Просвещение, 2013 г

Учебник

1.Физическая культура 10-11 классы/ учебник для общеобразоват. организаций/ под ред. В.И. Лях. 2-е изд. – М.: «Просвещение» - 2016г.

Класс:11 класс

Количество часов по учебному плану 68 Всего 68. В неделю: 2

Цель программы внеурочной деятельности по баскетболу состоит в том. Чтобы на основе интересов и склонностей учащихся углубить знания о баскетболе, расширить и закрепить арсенал двигательных умений и навыков в баскетболе, достигнуть более высокого уровня развития двигательных способностей, нравственных качеств, приобщить их к регулярным тренировкам

I. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты – готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- метапредметные результаты – освоенные учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты – освоенный учащимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» является формирование следующих умений:

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор* при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- *определять и формулировать* цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- *проговаривать* последовательность действий;
- уметь *высказывать* своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь *работать* по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками *давать* эмоциональную *оценку* деятельности команды на занятии. Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всей команды; Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. *Слушать* и *понимать* речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

В результате освоения программного материала обучающиеся должны: *знать*

правила безопасного поведения во время занятий баскетболом;

- названия разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упрощённое содержание правил соревнований по баскетболу;
- жесты судьи;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола;

уметь

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях баскетболом;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях;
- играть в баскетбол с соблюдением упрощённых правил;

демонстрировать:

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики	Девочки
Скоростные	Бег 60 м с высокою старта с опорой на руку.	9,2	10,2
Силовые	Прыжок в длину с места, см Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой, кол-во раз	180 25	165 18
К выносливости	Кроссовый бег 2 км	8 мин 50 с	10 мин 20 с
К координации	Последовательное выполнение 5 кувырков, с Бросок малого мяча в стандартную мишень,	10,0 12,0	14,0 10,0

1. Физическая культура и спорт в России.

Теоретические занятия:

История возникновения и развития физической культуры. Физическая культура и олимпийское движение в России. Правовые основы физической культуры и спорта.

2. Сведения о строении и функциях человека

Теоретические занятия:

Особенности полового созревания юношей 15-17 лет.

Работа сердечно-сосудистой системы подростка. Понятие о телосложении человека.

3. Гигиена. Врачебный контроль и самоконтроль.

Теоретические занятия: Гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями. Способы подсчета пульса. Способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.

4. Основы методики обучения и тренировки.

Теоретические занятия: Совершенствование техники передвижений: способы перемещения в сочетании с другими приемами игры: передвижение с изменением направления движения нападающего и защитника; сочетание рывков с финтами; передвижение парами в нападении и защите.

5. Правила соревнований, их организация и проведение

Теоретические занятия: Основные линии на площадке. Основные правила игры в баскетбол. Какие бывают нарушения правил. Жесты судей. Проведение внутришкольных соревнований.

6. Общая и специальная физическая подготовка.

Теоретические занятия: Влияние ОФП и СФП на развитие физических качеств.

Практические занятия: Прыжки вверх из упора присев, ноги вперед - в стороны. Прыжки с доставанием подвешенных предметов рукой, головой. Упражнения с набивными мячами массой 2 – 3 кг. Выполнение рывков. Прыжки через скакалку на одной и двух ногах с двойным вращением. Вращение мяча вокруг туловища. Жонглирование двумя мячами: поочередное подбрасывание над собой. Ведение на месте и в движении двух мячей попеременно. Подбрасывание мяча над собой, принять упор лежа. Передачи двух мячей одновременно в стену: ловля после отскока от пола. Ловля без отскока от пола.

7. Основы техники и тактики игры.

Теоретические занятия: Описание технических приемов в передачах мяча, ведении и бросках по кольцу. Описание тактических приемов, взаимодействий.

Практические занятия: Передача мяча одной рукой снизу. Передача мяча одной рукой сбоку. Приемы обыгрывания защитника: вышагивание, скрестный шаг, поворот, перевод мяча перед собой. Бросок одной и двумя руками в прыжке. Броски мяча после двух шагов и в прыжке с близкого расстояния и среднего. Броски мяча в корзину со средних и дальних дистанций одной и двумя руками от головы. Штрафной бросок одной и двумя руками от головы. Вырывание и выбивание. Перехват. Накрывание. Командное нападение. Взаимодействие с заслоном. Индивидуальные, групповые и командные действия в защите.

8. Контрольные игры и соревнования.

9. Контрольные испытания

Практические занятия: Броски по кольцу с расстояния 1 м. Броски со средних и дальних дистанций. Броски по кольцу после ведения. Передачи мяча в парах. Передачи мяча в движении. Обводка стоек. Передача и ловля мяча от стены за 30 сек. Штрафной бросок.

10. Экскурсии. Посещение соревнований.

Практические занятия: Товарищеские встречи команд других школ. Первенство школы по баскетболу. Городская Спартакиада по баскетболу.

В результате изучения раздела «Баскетбол» в спортивной секции ученик должен:

Знать:

Историю возникновения и развития физической культуры. Физическая культура и олимпийское движение в России. Работу сердечно-сосудистой системы подростка. Понятие о телосложении человека.

Основные линии на площадке. Основные правила игры в баскетбол. Какие бывают нарушения правил. Жесты судей. Проведение внутришкольных соревнований. Гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями. Способы подсчета пульса. Способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.

Уметь:

Выполнять передачу мяча одной рукой снизу. Передачу мяча одной рукой сбоку. Выполнять приемы обыгрывания защитника: вышагивание, скрестный шаг, поворот, перевод мяча перед собой. Броски одной и двумя руками в прыжке. Броски мяча после двух шагов и в прыжке с близкого расстояния и среднего. Броски мяча в корзину со средних и дальних дистанций одной и двумя руками от головы. Штрафной бросок одной и двумя руками от головы. Вырывание и выбивание. Перехват. Накрывание.

Применять в игре командное нападение. Взаимодействовать с заслоном, а так же применять индивидуальные, групповые и командные действия в защите.

Аппарат контроля

Проверка умений и навыков проходит на каждой тренировке путем выполнения изученных элементов каждым ребенком. При необходимости проводится индивидуальная отработка элементов.

II. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Программа построена на основании современных научных представлений о физиологическом и психологическом развитии ребёнка этого возраста, раскрывает особенности соматического, психологического и социального здоровья.

Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке учащихся.

Таблица 1. Формы проведения занятий и виды деятельности

Однонаправленные занятия	Посвящены только одному из компонентов подготовки баскетболиста: техническому, тактическому или физическому
Комбинированные занятия	Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка
Целостно-игровые занятия	Построены на учебной двусторонней игре в волейбол по упрощённым правилам, с соблюдением основных правил
Контрольные занятия	Приём нормативов у занимающихся, выполнение контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся

Подобная реализация программы внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Баскетбол» соответствует возрастным особенностям учащихся, способствует формированию личной культуры здоровья учащихся через организацию здоровьесберегающих практик.

Программа разработана на основе следующих принципов:

1. Обучения
2. Спортивной-тренировки
3. Наглядности
4. Сознательности и активности
5. Систематичности
6. Доступности
7. Прочности

Формы проведения занятий

подвижные игры, игры с элементами баскетбол, соревнование, эстафеты, игровые упражнения, однонаправленные занятия, комбинированные занятия, работа в парах, группах, индивидуальная работа, контрольные занятия (разбор ошибок). Итоговые занятия планируется проводить в форме соревнований.

Методы: словесные (рассказ учителя. инструктаж, беседа. обсуждение), наглядные, метод расчлененного упражнения, метод целостного упражнения, метод строго-регламентированного упражнения, метод частично-регламентированного упражнения, повторный метод, метод активизации, игровой, соревновательный, круговой

1. ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ ИГРЫ В НАПАДЕНИИ. Стойка в нападении (описание приема, возможные ошибки, упражнения для обучения, советы от мастера), хватка мяча, ловля мяча. передача мяча, ведение мяча, бросок мяча, обманные движения

2. ТАКТИКА НАПАДЕНИЯ. Индивидуальные действия в нападении, заслон, комбинация "треугольник", комбинация "малая восьмерка", позиционное нападение. быстрый прорыв

3. ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ ИГРЫ В ЗАЩИТЕ. Стойка защитника, приставной шага, работа рук, вырывание мяча, выбивание мяча, выбивание мяча при ведении, перехват мяча при передаче, блокировка мяча при броске, мастерство игры под шитом.

4. ТАКТИКА ЗАЩИТЫ. Защита против игрока без мяча, защита против игрока с мячом, командная тактика защиты, защита прессингом, игра 1x1 без мяча. Мяч находится на средней линии поля. Нападающий располагается на лицевой линии лицом к мячу, защитник его опекает очень плотно, По сигналу тренера нападающий начинает движение к мячу, стараясь обыграть защитника финтами. Задача защитника — не дать нападающему подобрать мяч, постоянно встречая его корпусом. После овладения мячом нападающий атакует противоположное кольцо, преодолевая активное сопротивление защитника, игра 1x1 с одним пасующим. Нападающий располагается в поле, лицом кольцу, на расстоянии 5-7 м. Защитник плотно его опекает. Задача нападающего, обыграть защитника финтами и открыться для получения мяча в трехсекундную зону, получить мяч и забить его из-под кольца. Смена мест в тройке — после каждого попадания

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ДЛЯ ВСЕХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУППЫ ЭТАПОВ ПОДГОТОВКИ. Общеподготовительные упражнения. Строевые упражнения. Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для ног. Упражнения для шеи и туловища. Упражнения для всех групп мышц. Могут выполняться с короткой и длинной скакалкой, гантелями, набивными мячами, мешочками с песком, резиновыми амортизаторами, палками, со штангой (для юношей). Упражнения для развития силы. Упражнения с преодолением собственного веса. Упражнения со штангой: толчки, выпрыгивания, приседания. Упражнения с набивными мячами. Упражнения на тренажерах типа «геркулес». Упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития гибкости. Упражнения с помощью партнера (пассивные наклоны, отведения ног, рук до предела, мост, шпагат). Упражнения с гимнастической палкой или сложенной вчетверо скакалкой: наклоны и повороты туловища с различными положениями предметов (вверх, вперед, вниз, за голову, на спину); перешагивание и перепрыгивание, «выкруты» и круги. Упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке. Упражнения для развития ловкости. Упражнения в равновесии на гимнастической скамейке, бревне. Полоса препятствий: с перелезанием, пролезанием, перепрыгиванием, кувырками, с различными перемещениями, переноской нескольких предметов одновременно (четыре баскетбольных мячей), ловлей и метанием мячей. Игра в мини-футбол, теннис большой, волейбол, бадминтон. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Прыжки в высоту через препятствия, планку, в длину с места, многократные прыжки с ноги на ногу, на двух ногах. Перепрыгивание предметов скамеек, мячей, барьеров. Прыжки в глубину. Бег и прыжки по лестнице вверх и вниз. Бег по мелководью, по снегу, по песку, с отягощением с предельной интенсивностью. Игры с отягощениями. Эстафеты, комбинированные с бегом, прыжками, метанием. Упражнения для развития общей выносливости. Бег равномерный и переменный на 500, 800, 1000м. Кросс на дистанцию для девочек от 1500 до 3000м, для мальчиков от 2500 до 5000м. Дозированный бег по пересеченной местности от 3 минут до 1 часа (для разных возрастных групп). Плавание с учетом и без учета времени. Ходьба на лыжах с подъемами и спусками с гор, прохождение дистанции от 3 до 10 км на время. Марш-бросок. Туристические походы. Подвижные игры. «День и ночь», «Салки без мяча», «Караси и шуки», «Волк во рву», «Третий лишний», «Удочка», «Круговая лапта», «Гонка мячей», «Невод», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Мяч среднему», «Охотники и утки», «Перестрелка». «Перетягивание через черту», «Вызывай смену», «Ловцы», «Мяч ловцу», «Борьба за мяч», «Перетягивание каната». Комбинированные эстафеты, «Эстафета баскетболистов», «Эстафета футболистов», «Эстафета с бегом», «Эстафета с прыжками», «Встречная эстафета с мячом».

СПЕЦИАЛЬНО-ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ. Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести. Бег с остановками и с резким изменением направления. Челночный бег на 5,8,10м (с пробеганием за одну попытку 25-35 м). Челночный бег, отрезки пробегаются лицом, спиной вперед, правым, левым боком, приставными шагами. То же, с набивными мячами в руках (массой от 3 до 6 кг), с поясом-отягощением или куртке с весом (с 14 лет). Бег с изменением скорости и способа передвижения в зависимости от зрительного сигнала. Бег за летящим мячом с заданием поймать его. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх (одиночные, сериями). Прыжки на одной ноге на месте и в движении без подтягивания и с подтягиванием бедра толчковой ноги. Прыжки в стороны (одиночные, сериями) на месте через «канавку», продвигаясь вперед, назад, с доставанием подвешенных предметов на разной высоте. Упражнения с набивными мячами (2-5 кг.), передачи различными способами одной и двумя руками с места и в прыжке (20-50 раз). Ходьба в полуприседе с набивными мячами (50-100 м). Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, круговые движения кистями с малыми гантелями и без гантелей. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой, левой рукой. Передвижение в упоре на руках по кругу (вправо, влево), носки ног на месте. Передвижение на руках в упоре лежа, ноги за голеностопные суставы удерживает партнер. Из упора лежа «подпрыгнуть», одновременно толкаясь руками и ногами, сделать хлопок руками. Упражнение для кистей рук с гантелями, булавами, кистевыми эспандерами, теннисными мячами (сжимание и разжимание). Имитация броска с амортизатором (резиновым бинтом), гантелями. Поднимание и опускание, отведение и приведение рук с гантелями в положении лежа на спине, на скамейке. Метание мячей разного веса и объема на точность, дальность, быстроту броска по сигналу. Удары по летящему мячу (волейбольному, баскетбольному) в прыжке, с места, с разбега в стену, через волейбольную сетку, через веревочку на точность попадания в цель. Броски мяча из различных исходных положений на дальность и меткость (сидя, лежа на спине, лежа на животе). Броски мяча в прыжке с подкидного мостика, на точность попадания в мишени на полу, на стене, в ворота, в движущуюся мишень. Упражнения для развития игровой ловкости. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге, после поворота, кувырков, падения. Ловля мяча после кувырка и бросок с попаданием в цель. Метание теннисного и баскетбольного мяча во внезапно появившуюся цель. Броски мяча в стену (батут) с последующей ловлей. Ловля мяча от стены (батута) после поворота, приседа, прыжка, смены положения - сидя на полу. Прыжки вперед и вверх с подкидного мостика, и выполнением различных действий с мячом и без мяча в фазе полета сохраняя вертикальное положение тела. Ведение мяча с ударами о скамейку; ведение с ударами в пол, передвигаясь по скамейке; ведение мяча, передвигаясь через препятствия, ведение с перепрыгиванием препятствий (скамейки). Ведение одновременно двух мячей правой и левой рукой. Ведение двух мячей одновременно со сменой рук. Ведение мяча с одновременным выбиванием мяча у партнера. Бег с различной частотой шагов, ритмичный бег по разметкам с точной постановкой ступни (наступая на линию, ставя стопу точно у линии). Эстафеты с прыжками, ловлей, передачей и бросками мяча. Перемещения партнеров в парах лицом друг к другу, сохраняя расстояние между ними 2-3 метра. Упражнения для развития специальной выносливости. Многократные повторения упражнений в беге, прыжках, технико- тактических упражнениях с различной интенсивностью и различной продолжительностью работы и отдыха. Игры учебные с удлиненным временем, с заданным темпом перехода от защиты к нападению и обратно. Круговая тренировка (скоростно-силовая, специальная).

III. Тематическое планирование

№ п/п	Тема занятий	Количество часов	
		аудиторных	неаудиторных
1-2	Обучение техники перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте	1	
3-4	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча		1
5-6	Закрепление передач двумя руками над головой		1
7-8	Закрепление техники передач двумя руками в движении		1
9-10	Закрепление техники броска после ведения мяча		1
11-12	Закрепление техники поворотам в движении		1
13-14	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита	1	
15-16	Закрепление техники броскам в движении после ловли мяча. Закрепление техники броскам в прыжке с места	1	
17-18	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке. Закрепление техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча	1	
19-20	Учет по технической подготовке.	1	
21-22	Закрепление техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча	1	
23-24	Закрепление техники ведения и передач в движении.	1	
25-26	Закрепление техники передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу. Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом	1	
27-28	Закрепление техники отвлекающих действий на бросок	1	
29-30	Закрепление техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание	1	
31-32	Закрепление техники выбивания мяча после ведения	1	
33-34	Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника	1	
35-36	Закрепление выбивания мяча при ведении. Закрепление передач одной рукой с поворотом	1	
37-38	Прием нормативов по технической подготовке. Соревнования по баскетболу.	1	
39-40	Закрепление передач в движении в парах. Закрепление передач в тройках в движении	1	
41-42	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	1	
43-44	Закрепление техники передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска	1	
45-46	Закрепление техники передач в движении, нападение через центрального игрока	1	
47-48	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки	1	
49-50	Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой». Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника	1	
51-52	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника Закрепление техники и тактики в игре, бросков	1	

53-54	Прием нормативов по технической подготовке	1	
55-56	Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры	1	
57-58	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника	1	
59-60	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрового игрока	1	
61-62	Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрового игрока		1
63-64	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита. Закрепление техники добивания мяча в корзину		1
65-66	Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие		1
67-68	Прием нормативов по технической и специальной подготовки.		1
итого			68