

ПОЧУ
ИЖЕВСКИЙ ТЕХНИКУМ ЭКОНОМИКИ, УПРАВЛЕНИЯ И ПРАВА
УДМУРТПОТРЕБСОЮЗА

Приложение 3
ОПОП по специальности
09.02.07 Информационные системы
и программирование

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебной дисциплины

ОГСЭ 05 Физическая культура

наименование дисциплины

по специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе:

1. Федерального государственного образовательного стандарта (далее - ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) 09.02.07 Информационные системы и программирование, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 09 декабря 2016 г. № 1547.
2. Примерной основной образовательной программы, разработанной Федеральным учебно-методическим объединением в системе среднего профессионального образования по укрупненной группе профессий, специальностей 09.00.00 Информатика и вычислительная техника 09.02.07 Информационные системы и программирование.

Организация – разработчик:

Профессиональное образовательное частное учреждение «Ижевский техникум экономики, управления и права Удмуртпотребсоюза»

Разработчик:

Чухланцева Г.Р. - преподаватель ПОЧУ «Ижевский техникум экономики, управления и права Удмуртпотребсоюза»

рассмотрено
Цикловой комиссией _____

Протокол № _____
от «___» _____ 20__ г.
Председатель ЦК _____ / _____ /

СОДЕРЖАНИЕ

стр.

1	ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ.05 Физическая культура

1.1. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Учебная дисциплина «Физическая культура» является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование.

Учебная дисциплина «Физическая культура» обеспечивает формирование общих компетенций по видам деятельности ФГОС 09.02.07 Информационные системы и программирование.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

1.2.1 Перечень общих компетенций

Код	Наименование общих компетенций
ОК 4	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде
ОК 6	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения
ОК 8	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

1.2.2. Личностные результаты, формируемые на дисциплине

Код	Наименование личностного результата
ЛР 9	Сознающий ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных наклонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде.

1.2.3. В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Иметь практический опыт	
Уметь	<ul style="list-style-type: none">– Организация работы команды– Определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования– Взаимодействие с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности– Использование физкультурно-оздоровительной деятельности для укрепления здоровья– Использование физкультурно-оздоровительной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей– Применение рациональных приемов двигательных функций в профессиональной деятельности– Соблюдать нормы экологической безопасности. Использование средств профилактики перенапряжения характерными для данной профессии
Знать	<ul style="list-style-type: none">– Значимость коллективных решений– Сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; значимость профессиональной деятельности по специальности– Пути решения ситуационных заданий– Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека– Основы здорового образа жизни– Правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности.– Условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии Средства профилактики перенапряжения.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	168
Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем	166
из них в форме практической подготовки	10
в том числе: практические занятия	164
теоретическое обучение	2
Самостоятельная работа обучающегося	2
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	2

2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Физическая культура»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах Объем часов, в том числе в форме практической подготовки	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
Курс 2		68	
Тема 1. Легкая атлетика	Содержание учебного материала	2	ОК 04, ОК 06, ОК 08 ЛР 9
	1. Значение психофизической подготовки и социально-экономическая обусловленность необходимости подготовки человека к профессиональной деятельности. Средства, методы и методики формирования профессионально значимых двигательных умений и навыков. Правила техники безопасности на занятиях физической культурой.		
	Практические занятия	8	
	1. Бег на короткие дистанции. 2. Бег на средние дистанции. 3. Бег на длинные дистанции. 4. Прыжок в длину с места, с разбега.	2 2 2 2	
Тема 2. Профессионально-прикладная физическая подготовка	Содержание учебного материала	6/2	ОК 04, ОК 06, ОК 08 ЛР 9
	Практические занятия		
	5. Разучивание профессионально значимых двигательных действий. Комплекс силовых упражнений.	2	
	6. Изучение комплекса упражнений на гибкость. 7. Изучение комплекса упражнений на развитие координации движений.	2 2	
Тема 3. Спортивные игры	Содержание учебного материала	28/4	ОК 04, ОК 06, ОК 08 ЛР 9
	Практические занятия		
	8. Волейбол. Обучение правилам и Т.Б. игры.	2	
	9. Техника приема и передачи сверху двумя.	2	
	10. Техника приема и передачи снизу двумя.	2	
	11. Техника нижней подачи мяча.	2	
	12. Двусторонняя игра.	2	
	13. Баскетбол. Обучение правилам и технике безопасности игры.	2	
	14. Техника ведения мяча.	2	
	15. Техника приема, передачи мяча.	2	
16. Техника штрафных бросков.	2		
17. Двусторонняя игра.	2		
18. Настольный теннис. Обучение правилам и технике безопасности игры.	2		
19. Техника передвижения; стойка; хват ракетки.	2		

	20. Техника отражения простых подач. 21. Игра 1:1.	2 2	
Тема 4. Виды спорта	Содержание учебного материала	12/2	ОК 04, ОК 06, ОК 08 ЛР 9
	Практические занятия		
	22. Бадминтон. Обучение правилам и Т.Б. игры. Учебная игра.	2	
	23. Хват ракетки, перемещения. Поддача.	2	
	24. Учебная игра.	2	
	25. Шашки. Обучение правилам и Т.Б. игры.	2	
	26. Простые ходы, «многоходовки». Тактика игры.	2	
	27. Учебная игра.	2	
Тема 5. Силовая подготовка	Содержание учебного материала	12	ОК 04, ОК 06, ОК 08 ЛР 9
	Практические занятия		
	28. Обучение развитию общей и силовой выносливости.	2	
	29. Обучение комплексному развитию физических качеств посредством круговой тренировки.	2	
	30. Круговая тренировка.	2	
	31. Круговая тренировка.	2	
	32. Подготовка к сдаче контрольных нормативов.	2	
	33. Прием контрольных нормативов (Таблица прилагается)	2	
Курс 3		60	
Тема 1. Легкая атлетика	Содержание учебного материала	4	ОК 04, ОК 06, ОК 08 ЛР 9
	Практические занятия		
	34. Обучение эстафетному бегу. 35. Совершенствование техники прыжка в длину с места.	2 2	
Тема 2. Профессионально-прикладная физическая подготовка	Содержание учебного материала	6	ОК 04, ОК 06, ОК 08 ЛР 9
	Практические занятия		
	36. Закрепление профессионально значимых двигательных действий. Комплекс силовых упражнений.	2	
	37. Комплекс упражнений на гибкость.	2	
	38. Комплекс упражнений на развитие координации движений.	2	
Тема 3. Спортивные игры	Содержание учебного материала	30	ОК 04, ОК 06, ОК 08 ЛР 9
	Практические занятия		
	39. Волейбол. Техника приема и передачи сверху, снизу двумя.	2	
	40. Техника нападающего удара. Блокирование.	2	
	41. Комбинированная игра в защите.	2	
	42. Комбинированная игра в нападении.	2	
	43. Двусторонняя игра.	2	
	44. Двусторонняя игра.	2	
	45. Баскетбол. Техника броска в движении.	2	
	46. Тактика индивидуальных действий игроков в нападении.	2	
	47. Тактика индивидуальных действий игроков в защите.	2	

	48. Двусторонняя игра. 49. Двусторонняя игра. 50. Настольный теннис. Техника наката справа, слева по прямой. 51. Техника наката справа, слева по диагонали. 52. Игра 1:1. 53. Игра 1:1.	2 2 2 2 2 2	
Тема 4. Виды спорта	Содержание учебного материала	10	ОК 04, ОК 06, ОК 08 ЛР 9
	Практические занятия		
	54. Шашки. Тактика игры.	2	
	55. Учебная игра.	2	
	56. Шахматы. Задачи.	2	
	57. Учебная игра.	2	
	58. Бадминтон. Учебная игра.	2	
Тема 5. Силовая подготовка	Содержание учебного материала	10	ОК 04, ОК 06, ОК 08 ЛР 9
	Практические занятия		
	59. Формирование профессионально значимых физических качеств.	2	
	60. Круговая тренировка.	2	
	61. Круговая тренировка.	2	
	62. Подготовка к сдаче контрольных нормативов.	2	
	63. Прием контрольных нормативов (Таблица прилагается)	2	
Курс 4		40	
Тема 1. Легкая атлетика	Содержание учебного материала	4	ОК 04, ОК 06, ОК 08 ЛР 9
	Практические занятия		
	64. Обучение тройному прыжку с места. 65. Кросс.	2 2	
Тема 2. Профессионально-прикладная физическая подготовка	Содержание учебного материала	6	ОК 04, ОК 06, ОК 08 ЛР 9
	Практические занятия		
	66. Совершенствование профессионально значимых двигательных действий. Комплекс упражнений на гибкость.	2	
	67. Специальные упражнения для развития основных мышечных групп.	2	
	68. Комплекс упражнений с предметами и без.	2	
Тема 3. Спортивные игры	Содержание учебного материала	16	ОК 04, ОК 06, ОК 08 ЛР 9
	Практические занятия		
	69. Волейбол. Техника нападающего удара. Блокирование.	2	
	70. Комбинированная игра в защите, в нападении.	2	
	71. Баскетбол. Тактика индивидуальных действий игроков в нападении и защите.	2	
	72. Двусторонняя игра.	2	
	73. Двусторонняя игра.	2	
	74. Настольный теннис. Обучение правилам и Т.Б. игры 2:2.	2	
	75. Игра 2:2.	2	

	76. Игра 2:2.	2	
Тема 4. Виды спорта	Содержание учебного материала	6/2	ОК 04, ОК 06, ОК 08 ЛР 9
	Практические занятия		
	77. Шашки. Учебная игра.	2	
	78. Шахматы. Учебная игра.	2	
	79. Дартс. Учебная игра.	2	
Тема 5. Силовая подготовка	Содержание учебного материала	4	ОК 04, ОК 06, ОК 08 ЛР 9
	Практические занятия		
	80. Развитие общей и силовой выносливости.	2	
	81. Круговая тренировка.	2	
	Самостоятельная работа: Подготовка к дифференцированному зачету	2	
Итоговая аттестация	82. Дифференцированный зачет	2	
Всего:		168/10	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Материально-техническое обеспечение реализации программы

Все помещения, объекты физической культуры и спорта, места для занятий физической подготовкой, которые необходимы для реализации учебной дисциплины «Физическая культура», оснащены соответствующим оборудованием и инвентарем в зависимости от изучаемых разделов программы и видов спорта. Все объекты, которые используются при проведении занятий по физической культуре, отвечают действующим санитарным и противопожарным нормам.

Зал аэробики

Теннисный зал

Стадион

Спортивный зал

Оборудование и инвентарь спортивных залов и площадок:

- Комплекты для игры в дартс
- Баскетбольные кольца
- Секундомеры
- Рулетка
- Шахматы
- Шашки
- Табло для ведения счета
- Видеоплеер
- Мячи для большого тенниса
- Бита для игры в лапту
- Набивной мяч
- Фитоболы
- Ворота футбольные
- Указатель «Старт-Финиш»
- Нагрудные номера
- Эстафетные палочки
- Флажки
- Канат для перетягивания
- Весы напольные
- Динамометр
- Прибор для измерения давления
- Обучающие диски с видеоуроком
- Обучающие плакаты
- Мячи волейбольные
- Мячи баскетбольные
- Мячи футбольные
- Сумка, сетка для переноса мячей
- Стойки волейбольные
- Сетка волейбольная
- Антенны волейбольные с карманами
- Столы для настольного тенниса
- Ракетки для настольного тенниса
- Мячи для настольного тенниса
- Ракетки для бадминтона, воланчики (комплект)
- Скакалки
- Конусы
- Маты гимнастические
- Коврики туристические
- Перекладины гимнастические
- Гантели
- Скамейки гимнастические

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации имеет печатные, электронные образовательные и информационные ресурсы, используемые в образовательном процессе

3.2.1. Основные источники:

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт
2. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт
3. Бегидова, Т. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 191 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07862-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт].
4. Литош, Н. Л. Адаптивная физическая культура для детей с нарушениями в развитии : учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. Л. Литош. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 156 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13349-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт].

Электронные издания:

1. Электронные книги по спортивной тематике [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.teoriya.ru/studentu/booksport/index.php>
2. Здоровье и образование [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.valeo.edu.ru>
3. Каталог библиотеки Московского гуманитарного университета [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://elib.mosgu.ru/>
4. Лечебная физкультура и спортивная медицина. Научно-практический журнал [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://lfksport.ru/>

5. Научный портал Теория.Ру [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.teoriya.ru>
6. Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.minstm.gov.ru>
7. Официальный сайт Паралимпийского комитета России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://paralymp.ru/>
8. Официальный сайт Олимпийского комитета России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.olympic.ru>
9. Российская спортивная энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.libsport.ru/>
10. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>Освоенные умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Организация работы команды – Определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования – Взаимодействие с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности – Использование физкультурно-оздоровительной деятельности для укрепления здоровья – Использование физкультурно-оздоровительной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей – Применение рациональных приемов двигательных функций в профессиональной деятельности – Соблюдать нормы экологической безопасности. – Использование средств профилактики перенапряжения характерными для данной профессии 	<p>Текущий контроль – устный опрос, оценка практической работы – тестирование-прием контрольных нормативов. Итоговая аттестация – дифференцированный зачет</p>
<p>Усвоенные знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Значимость коллективных решений – Сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; значимость профессиональной деятельности по специальности – Пути решения ситуационных заданий – Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека – Основы здорового образа жизни – Правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности. – Условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии – Средства профилактики перенапряжения 	<p>Текущий контроль – устный опрос, оценка практической работы – тестирование-прием контрольных нормативов. Итоговая аттестация – дифференцированный зачет</p>

Результаты (освоенные общие компетенции)	Формы и методы контроля и оценки
ОК 4, ОК 6, ОК 8	оценка результатов выполнения практических занятий, устного и письменного опроса, прием контрольных нормативов.

Методы оценки	Критерии оценки
тестирование	85 - 100% правильных ответов – «отлично» 69-84% правильных ответов – «хорошо» 51-68% правильных ответов – «удовлетворительно» 50% и менее – «неудовлетворительно»
оценка	Оценка «отлично»

<p>результатов выполнения практических занятий, устный и письменный опрос</p>	<p>выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач; Оценка «хорошо» выставляется обучающемуся, если он твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения; Оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач; Оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.</p>
---	--

Контрольные нормативы

ЮНОШИ

	Бег 100 метров (с)	Прыжок в длину, тройной (м)	Бег 1000 метров (мин)	Подтягивание на перекладине (раз)	Челночный бег 6 * 10 м (сек)	Прыжки в скакалку за 1 мин. (раз)	Волейбольная подача (раз)	Волейбольная передача (раз)	Комбинация передач из настольного тенниса (раз)	Волейбольная комбинация из ранее изученных элементов (с)	Баскетбольная комбинация из ранее изученных элементов (с)
II курс									по прямой, по диагонали	«скидка» на точность	Вед., ост., пов., перед., бросок.
«5»	13,9	2,20/6,0	3,30	10	16,4	120	4	30	10	3	16
«4»	14,7	2,10/5,50	3,45	8	17,4	110	3	24	8	2	17
«3»	15,2	2,00/5,0	4,10	6	18,2	100	2	20	6	1	18
III курс							Турнир 1:1		«Треугольник»	Пас+«скидка» на точность	Фиг.вед., ост., пов., перед. под кольцо, бросок.
«5»	13,6	2,30/6,50	3,20	11/12	16,2	130	1-3 место		10	3	20
«4»	14,5	2,20/6,0	3,35	9/10	17,2	120	4-6 место		8	2	21
«3»	15,0	2,10/5,50	4,00	7/8	17,8	110	7-9 место		6	1	22
IV курс							Турнир 2:2		«Восьмерка»	Н.У.+пас	Фиг.вед., ост., пов., перед., бросок.с добив.
«5»	13,5	2,35/6,70	3,15	14	16,0	130	1-3 место		10	3	20
«4»	14,4	2,25/6,20	3,30	12	17,0	120	4-6 место		8	2	21
«3»	15,0	2,15/5,70	3,50	10	17,6	110	7-9 место		6	1	22

Примечание. Упражнения и тесты по профессионально-прикладной подготовке разрабатываются преподавателями физического воспитания с учетом специфики профессии (специальностей) профессионального образования, материально-технической базы.

Контрольные нормативы

ДЕВУШКИ

	Бег 100 метров (с)	Прыжок в длину, тройной (м)	Бег 1000 метров (мин)	Сгибание-разгибание туловища из полож. лежа за 1 мин (раз)	Челночный бег 6 * 10 м (сек)	Прыжки в скакалку за 1 мин. (раз)	Волейбольная подача (раз)	Волейбольная передача (раз)	Комбинация передач из настольного тенниса (раз)	Волейбольная комбинация из ранее изученных элементов (с)	Баскетбольная комбинация из ранее изученных элементов (с)
II курс									по прямой, по диагонали	«скидка» на точность	Вед., ост., пов., перед., бросок.
«5»	16,5	1,80/5,0	1,55	32	17,0	130	4	30	10	3	16
«4»	17,3	1,70/4,50	2,05	28	18,0	120	3	24	8	2	17
«3»	18,1	1,60/4,0	2,15	23	18,9	110	2	20	6	1	18
III курс							Турнир 1:1		«Треугольник»	Пас+«скидка» на точность	Фиг.вед., ост., пов., перед. под кольцо, бросок.
«5»	16,2	1,85/5,50	1,50	35/37	16,8	140	1-3 место		10	3	20
«4»	17,2	1,75/5,0	2,0	30/32	17,8	130	4-6 место		8	2	21
«3»	17,8	1,65/4,50	2,10	25/27	18,7	120	7-9 место		6	1	22
IV курс							Турнир 2:2		«Восьмерка»	Н.У.+пас	Фиг.вед., ост., пов., перед., бросок.с добив.
«5»	16,2	1,85/5,50	1,50	38	16,8	140	1-3 место		10	3	20
«4»	17,2	1,75/5,0	2,0	34	17,8	130	4-6 место		8	2	21
«3»	17,8	1,65/4,50	2,10	30	18,7	120	7-9 место		6	1	22