

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 4 имени Героя Советского Союза Д.П. Левина городского округа Сызрань Самарской области

**РАССМОТРЕНА**

на заседании методического объединения учителей гуманитарного цикла

Протокол № 1  
от 29 августа 2019 г.

**ПРОВЕРЕНА**

Заместитель директора по УВР  
\_\_\_\_\_ Н.Н.Томбасова

29 августа 2019 г.

**УТВЕРЖДЕНА**

к использованию в образовательном процессе  
Директор ГБОУ СОШ № 4 г.о. Сызрань  
\_\_\_\_\_ Т.А.Осипова

Приказ № 990/6-ОД от 29 августа 2019 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«НРАВСТВЕННЫЕ ОСНОВЫ СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ»  
10- 11 КЛАССЫ**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Нравственные основы семейной жизни» на уровне среднего общего образования (10-11 классы) составлена с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 с изменениями), в соответствии с основной образовательной программой среднего общего образования ГБОУ СОШ №4 г.о. Сызрани, на основе примерной программы курса «Нравственные основы семейной жизни» для учащихся 10 - 11 классов средних общеобразовательных учебных заведений.- Екатеринбург: Издательство Екатеринбургской епархии, 2017

Программа рассчитана на 2 года – по 34 часа в 10 и 11 классах (1 раз в неделю по 1 часу).

### Результаты изучения курса

#### *Личностные результаты :*

- ознакомление учащихся с базовыми понятиями, раскрывающими ценности и нормы семейной жизни;
- формирование у старшеклассников основных представлений о семейной жизни с позиции традиции и культуры России;
- приобретение опыта личного аскетизма как средства к обретению внутреннего контроля над своими желаниями и чувствами;
- обретение жизненной позиции и мировоззрения, личностного самосознания, в неразрывной связи обществом;
- приобретение знаний и навыков, необходимых в духовной жизни и дальнейшем духовном развитии; приобретение твердых моральных устоев, милосердного поведения и отношения к людям; воспитание уважения к семье как личной и общественной ценности, развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, формирование умений не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование осознанной установки на миротворческое отношение в социуме;
- воспитание доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости;

- понимания и сопереживания чувствам других людей, развитие начальных форм регуляции своих эмоциональных состояний;
- усвоение норм нравственности на уровне поступка и поведения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.

***Метапредметные результаты:***

- развитие аналитического подхода к осмыслению изучаемого материала;
- умение выбирать и использовать различные источники знаний, анализировать, обобщать и представлять их в форме доклада, реферата, сочинения;
- формирование целостной картины мира на основе мировоззрения и мировосприятия россиян;
- умение анализировать и духовно осмысливать прочитанные тексты.

***Предметные результаты:***

- овладение ценностными установками и знаниевыми основаниями для осознанной мотивации к нравственному совершенствованию и духовному саморазвитию;
- знание нравственных, духовных идеалов, хранимых в культурных традициях России, готовность на их основе к сознательному самоограничению в поступках, поведении;
- знание православного учения о человеке, представление о мужественности и женственности, добрачном, предбрачном периоде, типах и функциях семьи, понимание различий между влюбленностью и любовью, гражданским браком и браком, зарегистрированным в загсе;
- представление об обручении и венчании, церковном браке, благословении родителей и священника;
- понимание сущности аборта, значении одноплодности и многоплодности для стабильности семейных отношений;
- понимание причин супружеских конфликтов и разводов;
- знание святых семейств, покровителей семьи, знакомство и формирование навыков понимания духовно-

нравственного смысла народной мудрости;

– осознание ценности человеческой жизни, представление о христианском браке и нормах христианского поведения (христианской этике);

– знание основ общественной нравственности, этики общественного служения, добродетелей человека.

## Содержание курса внеурочной деятельности

### 10 класс

**Урок 1. Введение. (1 час) Что такое счастье и как его достичь?** Как достичь счастья в таком странном и негармоничном мире? Обладание счастьем – личный выбор каждого. Анкетирование, Участие в обсуждении в дискуссионной форме понятия «счастье».

### **Раздел 1. Личность и межличностные отношения. (12 час) Глава 1. Кто я? (5 часов)**

**Урок 2. Направленность личности. (1 час).** Понятие «направленность личности». Смысл жизни. Выполнение заданий по тест – анкете «Эмоциональная направленность Б.И. Додонова. Участие в диспуте « В деньгах ли счастье?»». Просмотр видеоролика

«Исполнение желаний».

**Урок 3. Понятие личности. (1 час).** Индивид. Индивидуальность. Личность. Отличие в понимании личности в современной психологии и в православном учении. Когда человек становится личностью?

**Урок 4. Тайна возраста. (1 час).** Кризис переходного возраста. Анатомио – физиологические особенности подросткового и юношеского возраста. Особенности развития самосознания личности на данной возрастной ступени. Особенности общения со взрослыми.

**Урок 5. Тайна пола. (1 час).** Понятие пола и психологии. Пол и гендер. Психология половых различий мужчин и женщин. Половые различия детей от рождения до подросткового возраста (краткий обзор). Различия между юношами и девушками в темпах физического взросления и в других сферах.

**Урок 6. Подведение итогов изучения Главы 1. Кто я? (1 час).** Обобщение и практическая отработка знаний по

главе «Кто я?»

## **Глава 2. Я и Другие. (7 час.)**

**Уроки 7-8. Быть или казаться (2 час).** Ценность человеческого общения. Потребность человека в общении. Взаимопонимание между людьми. Лицо и личина. Честность и лицемерие. Образ и имидж. Манипуляция сознанием. Как не стать жертвой манипуляции.

**Урок № 9. Понятие «стыд».(1 час).** Понятие «совесть». Требование совести и требование общества. Различие добра и зла. Свобода выбора. Ответственность.

**Урок № 10. Дружба и любовь в жизни человека. (1 час).** Нравственная природа дружбы. Понятие «друг». Дружба как школа самораскрытия и школа понимания другого человека. Любовь как высшее человеческое чувство. Духовная природа любви. Золотое правило ответственности.

**Урок № 11. Мужественность. (1 час).** Понятие «мужественность». Составляющие мужественности. Юношество. Мужественность и юноша. Отношение к девушкам. Искаженное понимание мужественности в современном мире.

**Урок № 12. Женственность. (1 час).** Понятие «женственность». Составляющие женственности. Красота истинная и ложная. Нравственные основы взаимоотношений с юношами. Скаженное понимание женственности в современном мире и его последствия для человека, общества и семьи.

**Урок № 13. Подведение итогов изучения Главы 2. Я и Другие. (1 час).** Обобщение и практическая отработка знаний по главе «Я и Другие?»

## **Раздел 2. Возрасты семьи. (20 часов)**

### **Глава 3. Добрачные отношения (8 часов)**

**Урок № 14. Влюбленность и любовь. (1 час).** Понятие «любви». Классификация любви. Первая любовь. Умение различать любовь и влюбленность. Особенности юношеской романтической любви. Этапы отношений: дружба, влюбленность, любовь. **Уроки № 15 – 16. Испытание чувств. (2 часа).** Понятие «добрачного периода». Любовь в подростковом возрасте. Нравственность как основа взаимоотношений между юношами и девушками в добрачный период. Ранний сексуальный опыт и его последствия. Проблема выбора жениха и невесты. Понятие виктимности в психологии (склонность человека становиться жертвой). Установка на частую смену сексуальных партнеров (промискуитет). Пробный брак – его мотивация и последствия.

**Урок 17. Предбрачный период. (1 час).** Понятие «предбрачного периода». Задачи предбрачного периода. Психологическая готовность к браку. Оптимальная продолжительность предбрачных отношений. В каких ситуациях необходимо узнать друг друга. Ведущие мотивы вступления в брак. Факторы, благоприятствующие созданию семьи. Факторы риска создания семьи.

**Уроки № 18 – 19. Союз двух родов. (2 часа).** Знакомство с новыми родственниками. Помолвка и сватовство. Родословная (брак – начало новой родословной)

**Урок № 20. Защита творческих проектов по теме главы. (1 час).** Обобщение и практическая отработка знаний по главе «Добрачные отношения»

**Урок № 21. Подведение итогов изучения Главы 3. Добрачные отношения главы (1 час).** Брак гражданский и брак церковный. Свадебные обряды в религиозных традициях народов России. Дни, в которые совершается брак. Нормы брака. Обязанности супругов друг перед другом. Хранение и преумножение любви. Целомудрие в браке. Ведение своего хозяйства.

#### **Глава 4. Свадьба. (4 часа)**

**Урок № 22. Самый важный день. (1 час).** Брак гражданский и брак церковный. Свадебные обряды в религиозных традициях народов России. Дни, в которые совершается брак. Нормы брака. Предназначение брака. Обязанности супругов друг перед другом. Хранение и преумножение любви. Целомудрие в браке. Рождение детей. Ведение своего хозяйства.

**Урок 23. Первый год совместной жизни. (1 час).** Супружество. Муж и жена. Особенности семейных межличностных отношений. Особенности первого года семейной жизни. Первичная семейная адаптация. Пути преодоления кризиса первого года. Совместимость супругов. Правила психологической безопасности в общении молодых супругов.

**Урок № 24. Подведение итогов изучения Главы 4. Свадьба. (1 час).** Обобщение и практическая отработка знаний по главе «Свадьба. Начало совместной жизни»

#### **Глава 5. Молодые родители. (9 часов)**

**Уроки 25-26. Семья в ожидании ребенка. (2 часа).** Готовность стать родителями. Радость ожидания новорожденного. Отцовство и материнство. Ответственное родительство.

**Урок № 27. Чудо жизни. (1 час).** Жизнь – дар Божий. Уникальность человеческой жизни. Когда начинается человеческая жизнь? Стадии развития ребенка во внутриутробный период.

**Уроки № 28 – 29. «Не убий» (2 часа).** Аборт. Что такое искусственное прерывание беременности. Влияние аборта на здоровье и психику женщины и окружающих ее людей. Постабортный синдром. Последствия регулирования рождаемости.

**Уроки № 30 – 31.** Молодая семья с новорожденным. (2 часа). Изменения в семье в связи с появлением ребенка. Второй кризис семейной жизни и пути его преодоления. Родительская любовь. Освоение родительских ролей. Влияние родителей на развитие ребенка в первый год после рождения. Влияние родителей на развитие личности детей. Традиции фольклора в сфере материнства: колыбельные, пестушки, потешки. Влияние детей на развитие личности родителей.

**Урок № 32. Подведение итогов изучения Главы 5. Молодые родители. (1 час).**

Обобщение и практическая отработка знаний по главе «Молодые родители».

**Уроки 33-34. Итоговое занятие. (2 часа).** Несколько вариантов проведения: 1. Конференция с приглашением родителей. 2. Чаепитие с доверительной беседой по проблемам, изучаемым в течение года. Экзамен или зачет по изучаемым темам.

## 11 класс

**Урок 1. Введение. (1 час) Раздел 1. Возрасты семьи.**

**Глава I. Особенности зрелой семьи (5 часов)**

**Урок № 2. Родители и дети.** Значение детей в жизни семьи. (1 час). Классификация семей по количеству детей. Особенности однодетной и многодетной семьи. Сколько детей должно быть в семье? Особенности воспитания в однодетной и многодетной семье. Ответственность родителей за воспитание своих детей.

**Урок № 3. Уроки семейного взросления. (1 час).** Периодизация семейной жизни. Пути преодоления кризисов зрелой семьи. Самолюбие и его проявления: гнев, эгоизм, эгоцентризм, гедонизм как факторы, разрушающие семью.

Развод. Причины и последствия разводов. Необходимость душевного труда для созидания и сохранения благополучия в семье: понять, простить, уступить. Уроки духовного взросления – возрастание в любви, взаимном терпении и неосуждении.

**Урок № 4. Семейные конфликты. (1 час).** Природа семейных конфликтов. Агрессивное поведение в семье. Причины и последствия распада семейных отношений. Пути их преодоления. Культура общения в семье. Умение говорить и умение молчать. Умение слушать. Уважительные отношения в семье.

**Урок № 5. Супружеское многолетие (1 час).** Семья людей старшего возраста. Возрастные особенности пожилых людей. Бабушки и дедушки. Счастливые долголетние браки. Единство жизни в супружеском долголетии.

**Урок № 6. Подведение итогов изучения Главы I: «Особенности зрелой семьи» (1 час).** Обобщение и практическая отработка знаний по главе «Особенности зрелой семьи».

**Раздел 11. Я – семья – общество (16 часов). Глава 2. Семья – основа общества.**

**Урок № 7. Типы и функции семьи. (1 час).** Классификация типов семей. Полные и неполные, сложные и смешанные семьи. Функции семьи: репродуктивная, хозяйственно – экономическая, воспитательная, коммуникативная, психотерапевтическая, регулятивная, фелицитологическая и функция духовного общения. Нарушение функций семьи.

**Урок № 8. Значение семьи для общества. (1 час).** Семья – основа общества и государства. Кризис семьи – кризис общества. Спасет ли семья мир?

**Урок № 9. Семья и государство. Вопросы демографии. (1 час).** Семь и демография. Характеристика современной демографической ситуации в РФ и тенденции ее развития. Демографический кризис. Семья в зеркале статистики. Семейная политика. Пути выхода из демографического кризиса.

**Урок № 10. История семейной политики в России. (1 час).** Исторические причины кризиса семьи в современном российском обществе. Проблемы, с которыми сталкивается российская семья в современном мире.

**Урок № 11. Подведение итогов изучения Главы 2: «Семья – основа всякого общества» (1 час).** Обобщение и практическая отработка знаний по главе «Семья – основа всякого общества».

**Глава 3. Устройство жизни семьи. Личность и семья. (5 часов)**

**Урок № 12. Иерархичность семейных отношений. Главенство мужа. (1 час).** Понятие иерархии. Послушание



членов семьи друг другу. Иерархия семейных отношений. Традиционный уклад семьи. Последствия нарушения семейной иерархии. Главенство и деспотизм.

**Урок № 13. Жена – хранительница домашнего очага. (1 час).** Назначение женщины в семье. Роль жены в жизни мужа. Что значит «быть помощницей мужу»? О власти женщины в семье. Понятие «главенство» и «лидерство». Последствия главенства женщины в семье на уровне супружеских и детско – родительских отношений.

**Урок № 14. Положение детей в семье. (1 час).** Послушание детей взрослым. Негативные последствия введения ювенальной юстиции для семьи. Благополучие детей в семье. Отношения детей между собой. Старшие дети. Младшие дети.

**Урок № 15. Старшие члены семьи.(1 час).** Уважительное отношение к старшим членам семьи. Чувство благодарности старшим. Почитание старших. Происхождение понятия «хамство». Значение родительского благословения. Послушание младших старшим. Забота о старых и немощных членах семьи.

**Урок № 16. Подведение итогов изучения Главы 3 «Устроение жизни семьи.Личность и семья» (1 час).** Обобщение и практическая отработка знаний по главе «Семья – основа всякого общества».

#### **Глава 4. Семейное воспитание (6 часов)**

**Урок № 17. Традиции семьи, рода, народа. (1 час).** Понятия «традиции», «традиционная культура». Трансляция традиции в череде поколений. Нарушение традиции. Последствия нарушения традиции в семье, роде, народе, Отечестве. Изменение семейных ценностей. Факторы дестабилизации семейных отношений. Меры противодействия факторам дестабилизации семейных отношений.

**Урок № 18. Воспитание чести и долга в семье (1 час).** Понятие чести и долга. Честность. Честь семьи и рода. Чин и бесчинство. Благодетель. Благородство. Честь юноши и честь девушки – сходство и различия. Чувство собственного достоинства: истинное и ложное. Потеря чести – чем она чревата?

**Урок № 19. Патриотическое воспитание в семье (1 час).** Патриотизм. Идея служения. Военное служение. Особенности воспитания патриотизма в семье. Разрушение патриотического сознания и его опасность. Служение юноши – создание семьи и защита Отечества. Служение девушки – хранение семьи, рождение и воспитание детей. Родовые традиции служения Отечеству.

**Урок № 20. Трудовое воспитание в семье (1 час).** Понятие «труд». Труд как служение. Труд семейный и

общественный. Отношение к домашнему хозяйству, собственности и материальным ценностям. Трудовое воспитание в семье. Лениность и

«Бегство в работу». Мотивация труда. Духовно – нравственная мотивация. Радость труда.

**Урок № 21. Половое воспитание в семье (1 час).** Воспитание будущего семьянина. Особенности воспитания мальчиков. Особенности воспитания девочек. Антиродительские и антисемейные установки в воспитании. Социальные факторы семейных установок. Ошибки полового воспитания.

**Урок № 22. Подведение итогов главы 4 «Семейное воспитание» (1 час).**

Обобщение и практическая отработка знаний по главе «Семейное воспитание».

**Глава III. Для чего я живу? (9 часов)**

**Глава 5. Религиозные основы семьи (4 часа)**

Урок № 23. Вера, доверие и верность как ценности семейной жизни (1 час). Понятие «вера». Верность – сохранение. Измена – потеря. Вера в собственные силы и вера в Бога. Человек как идол (кумир) и идолопоклонство. Доверие Богу и человеку. Образ жизни в контексте веры.

**Урок № 24. Семья в религиозной традиции (1 час).** Семья как колыбель новой личности. Семья как школа личностного общения и школа любви. Семья как путь спасения души. Религиозные ценности в семейных традициях народов России. Первообраз семьи в религиозной традиции.

**Урок № 25. Святые семейства. Святые покровители семьи (1 час).** Примеры истинного семейного благочестия. Святые благоверные князья Петр и Феврония. Семья святых Царственных страстотерпцев. Святые покровители семьи.

**Урок № 26. Подведение итогов главы 5: «Религиозные основы семьи» (1 час).**

Обобщение и практическая отработка знаний по главе «Религиозные основы семьи».

**Глава 6. Семья в моей жизни (5 часов)**

**Урок № 27. Радость семейной жизни (1 час).** Радость семейной жизни. Совет да любовь. Жизнь в духе мира и согласия. Семейные радости. Всегда ли семейная жизнь является безоблачной? Что значит жить «в духе» и «не в духе»? Вдохновение бытия. Семейный совет – единство жизненных позиций. Дарить себя любимому человеку. Жизнь в союзе мира.

**Урок № 28. Значение семьи в жизни человека и смысл жизни (1 час).** Полнота жизни – в семье. Жизненные смыслы, идеалы, убеждения, мировоззрение. Жизненный опыт. Самоактуализация. Самодостаточность. Потеря смысла жизни. Новое обретение **смысла жизни**.

**Урок № 29. Семейное счастье – миф или реальность? (1 час).** Счастье истинное и мнимое. Счастье земное и небесное. Партнерское соглашение. Домохозяйство. Семейное счастье как духовный союз.

**Урок № 30. Подведение итогов главы «Семья в моей жизни» (1 час).** Обобщение и практическая отработка знаний по главе «Семья в моей жизни».

**Уроки № 31, 32, 33, 34. Итоговые занятия. (4 часа).** Варианты проведения: 1. Конференция с приглашением родителей и демонстрацией лучших работ. 2. Чаепитие с доверительной беседой по проблемам, изучаемым в течение года. 3. Экзамен или зачет по темам, изучаемым в течение года.

Примерные темы творческих работ обучающихся. Библейская история создания семьи Семейные ценности в произведениях русских писателей. Святые покровители семьи

Таинство венчания (по работе митр. Сурожского Антония). Семейные праздники и традиции. Обучающиеся могут выбрать собственную тему для творческих работ в рамках изученного материала.

#### Тематическое планирование 10 класс

№ п/п	Тема	Общее количество часов	Теоретические занятия	Практические занятия
<b>Введение (1 час)</b>				
1	Что такое счастье и как его достичь?	1	-	1
<b>Раздел 1. Личность и межличностные отношения (12 часов)</b>				
<b>Направленность личности</b>				
2	Направленность личности	1	0,5	0,5
3	Понятие личности	1	0,5	0,5

4	Тайна возраста. Особенности подросткового и юношеского возраста.	1	0,5	0,5
5	Тайна пола	1	1	-
6	Подведение итогов главы «Кто я?»	1	-	1
<b>Я и Другие (7 часов)</b>				
7 -8	Быть или казаться	2	1	1
9	Стыд и совесть	1	1	-
10	Дружба и любовь в жизни человека	1	0,5	0,5
11	Мужественность	1	0,5	0,5
12	Женственность	1	0,5	0,5
13	Подведение итогов главы «Я и Другие».	1	-	1
<b>Раздел 2. Возрасты семьи (20 часов)</b>				
<b>Добрачные отношения (7 часов)</b>				
14	Любовь и влюбленность	1	0,5	0,5
15- 16	Испытание чувств	2	1	1
17	Предбрачный период	1	1	-
18- 19	Союз двух родов. Традиции сватовства	2	1	1
20	Защита творческих проектов по теме главы.	1	-	1
21	Подведение итогов главы «Добрачные отношения»	1	-	1
<b>Свадьба. Начало совместной жизни (3 часа)</b>				
22	Самый важный день	1	1	-
23	Первый год совместной жизни	1	1	-
24	Подведение итогов главы «Свадьба. Начало совместной жизни»	1	1	1
<b>Молодые родители (9 часов)</b>				
25 - 26	Семья в ожидании ребенка. Отцовство и материнство.	2	1	1

27	Чудо жизни	1	1	-
28-29	«Не убий»	2	1	1
30-31	Молодая семья с новорожденным	2	1	1
32	Подведение итогов главы «Молодые родители»	1	1	1
33-34	<b>Итоговые занятия</b>	2	-	2
	<b>Итого:</b>	34	17,5	16,5

#### Тематическое планирование 11 класс

№ п\п	Тема	Общее количество часов	Теоретические занятия	Практические занятия
<b>Введение (1 час)</b>				
1	Введение	1	-	1
<b>Глава 1. Особенности зрелой семьи (5 часов)</b>				
2	Родители и дети. Значение детей в жизни семьи.	1	0,5	0,5
3	Уроки семейного взросления	1	0,5	0,5
4	Семейные конфликты	1	-	1
5	Супружеское многолетие	1	0,5	0,5
6	Подведение итогов изучения Главы I: «Особенности зрелой семьи»	1	-	1
<b>Глава 2. Семья – основа всякого общества (5 часов)</b>				
7	Типы и функции семьи	1	1	-

8	Значение семьи для общества	1	1	-
9	Семья и государство. Вопросы демографии	1	1	-
10	История семейной политики в России	1	1	-
11	Подведение итогов изучения Главы 2: «Семья – основа всякого общества»	1	-	1
<b>Глава 3. Устройство жизни семьи. Личность и семья (5 часов)</b>				
12	Иерархичность семейных отношений. Главенство мужа.	1	0,5	0,5
13	Жена – хранительница домашнего очага.	1	0,5	0,5
14	Положение детей в семье	1	0,5	0,5
15	Старшие члены семьи	1		
16	Подведение итогов изучения Главы 3: Устройство жизни семьи. Личность и семья	1	-	1
<b>Глава 4. Семейное воспитание (6 часов)</b>				
17	Традиции семьи, рода, народа	1	1	-
18	Воспитание чести и долга в семье	1	1	-
19	Патриотическое воспитание в семье	1	1	-
20	Трудовое воспитание в семье	1	0,5	0,5
21	Половое воспитание в семье	1	1	-
22	Подведение итогов Главы 4. Семейное воспитание.	1	-	1
Раздел 3. Для чего я живу?				
<b>Глава 5. Религиозные основы семьи (4 часа)</b>				
23	Вера, доверие и верность как ценности семейной жизни	1	1	-
24	Семья в религиозной традиции	1	1	-
25	Святые семейства. Святые покровители семьи.	1	0,5	0,5
26	Подведение итогов главы 5: «Религиозные основы семьи»	1	-	1
<b>Глава 6. Семья в моей жизни (5 часов)</b>				
27	Радость семейной жизни	1	0,5	0,5

28	Значение семьи в жизни человека и смысл жизни.	1	1	-
29	Семейное счастье – миф или реальность?	1	0,5	0,5
30	Подведение итогов главы «Семья в моей жизни»	1	-	1
31-34	<b>Итоговые занятия</b>	4	1	4
	<b>Итого:</b>	34	18	16