Принят на педагогическом совете

МБДОУ д/с № 28 « Дельфин »

Протокол № 1

от  03. 09.2017 г.

Зав. ДОУ – Алибекова З.Р.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**МБДОУ ЦРР Д / С № 28 « Дельфин»**

**на 2017 – 2018 уч. год**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ  ЗАПИСКА**

Нормативно- правовая  база для составления учебного плана:

 - Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации". Принят Государственной Думой 21 декабря 2012 года. Одобрен Советом Федерации 26 декабря 2012 года

 - Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 N 1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования"

 - Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1014

 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования".

 - Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и  организации режима работы в дошкольных организациях»  (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 г. № 26).

 - Инструктивно - методическое письмо Министерства общего и профессионального образования Российской Федерации «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения» от 14.03.2000 г. № 65/23- 16.

         - Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.05.2007 № 03-1213 «О методических рекомендациях по отнесению дошкольных образовательных учреждений к определенному виду»;

 -   Лицензия на право ведения образовательной деятельности № 6102 серия 05 Л01 регистрационный номер 0000201 – 05.04.2012г.

         - Устав Муниципального Бюджетного дошкольного образовательного учреждения Центр Развития Ребенка детский сад  № 28 «Дельфин» 16.05.2017г.

- Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «ОТ рождения до школы » под редакцией Н.Е. Вераксы , Т.С. Комаровой , А.М. Васильевой – 2015 г.

         - Основная общеобразовательная программа муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад   «Дельфин» , реализующего образовательную программу дошкольного образования, составленную  в соответствии с ФГОС ДО.

 При составлении учебного плана ДОУ ориентировалось на стратегии и тактики образования, сформулированные в национальной доктрине образования в РФ и РД , в уставе ДОУ; мнения участников образовательного процесса - педагогов, родителей (законных представителей) и органов городского управления образования.

  Основными задачами плана непосредственно образовательной деятельности являются:

Регулирование объема образовательной нагрузки

Реализация Федеральных государственных образовательных стандартов  к содержанию воспитательно-образовательного процесса в ДОУ.

Обеспечение единства всех уровней (федерального, регионального и ДОУ).

  Содержание воспитательно-образовательного процесса включает совокупность образовательных областей:

  социально-коммуникативное развитие;

 познавательное развитие;

речевое развитие;

 художественно-эстетическое развитие;

 физическое развитие,

 которые обеспечивают разностороннее  развитие детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

 В 2016-2017 учебном году в ДОУ функционируют  10 групп :

1 младшая ( от 2 до 3 лет ) -------- 1 группа

2 младщие ( от 3 до 4 лет )--------- 2 группы

Средние ( от 4 до 5 лет ) ----------- 3 группы

Старшие ( от 5 до 6 лет )------------ 2 группы

Подготовительные ( от 6 до 7 лет )----------2 группа

Учебный план состоит из инвариантной (базовой) части.

 1.      Основная (инвариантная) обязательная образовательная деятельность, обеспечивающая реализацию ФГОС к содержанию воспитательно – образовательного процесса в ДОУ.

Инвариантная  часть непосредственно образовательной деятельности с детьми  организуется утром и во вторую половину дня.

 Учебный план МБ ЦРРДОУ детский сад № 28 «Дельфин» ориентирован на организацию непосредственно образовательной деятельности в режиме 5-ти дневной рабочей недели. Продолжительность учебного года составит 37 недель.

 Данный учебный план составлен для организации деятельности с детьми раннего возраста с 2 до 3 лет и дошкольного возраста с 3 до 7 лет. Непосредственно образовательная деятельность в первой младшей группе проводится преимущественно по подгруппам, сформированным с учетом уровня развития воспитанников. В соответствии с требованиями СанПиН 2.4.1.3049-13 (п.11.9, 11.10, 11.11,11.12), продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности (далее НОД)

 ·         в первой младшей группе  (с 2-3 лет) не более 10 минут,

 ·         во второй младшей группе (с 3-4 лет) не более 15 минут,

 ·         в средней группе ( с 4-5 лет) не более 20 минут,

 ·         в старшей группе (с 5-6 лет)  не более 25 минут,

 ·          в подготовительной к школе группе не более 30 минут.

 В первой половине дня в младших, средних и старших группах планируются не более двух НОД,  а в подготовительных группах– не более трех.

  Максимально допустимый  объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группе не превышает 30-40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной 45 минут и 1,5 часа соответственно.

 Непосредственно образовательная деятельность по музыкальному развитию и физическому развитию проводится со всей группой. Количество непосредственно образовательной  деятельности и ее продолжительность, время проведения соответствуют требованиям  СанПиН 2.4.1.3049-13.

 В группе детей старшего дошкольного возраста непосредственно образовательная деятельность во второй половине дня планируется не чаще 3-х раз в неделю, преимущественно двигательного и художественно-эстетического характера.

 Перерывы  между непосредственно образовательной деятельностью составляют не менее 10 минут.

 В середине НОД статического характера проводится физкультурная тематическая минутка (продолжительность 2-3 минуты).

       Содержание Программы в полном объеме реализуется в совместной и специально организованной деятельности педагогов и детей, а также через оптимальную организацию самостоятельной деятельности детей.

**Образовательная область  «Физическое развитие»** предусматривает :

- Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.). Реализуется в организованной деятельности с первой младшей группы. Основными формами коррекционно-педагогической работы в процессе физического развития  являются индивидуальные и групповые виды организованной деятельности по физическому развитию  детей. С детьми планируется три (два в первой младшей группе) непосредственно образовательных  вида деятельности по физическому развитию в неделю. Одно из них для детей 5-7 лет – на воздухе.

**Социально-коммуникативное развитие направлено:**

-- на усвоение норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности; развитие общения и взаимодействия ребенка со взрослыми и сверстниками; становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий; развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками, формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и к сообществу детей и взрослых в Организации; формирование позитивных установок к различным видам труда и творчества; формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе. Реализуется  в НОД по ознакомлению с окружающим, ручному труду  и повседневной жизни.

**Познавательное развитие предполагает:**

-- развитие интересов детей, любознательности и познавательной мотивации; формирование познавательных действий, становление сознания; развитие воображения и творческой активности; формирование первичных представлений о себе, других людях, объектах окружающего мира, о свойствах и отношениях объектов окружающего мира (форме, цвете, размере, материале, звучании, ритме, темпе, количестве, числе, части и целом, пространстве и времени, движении и покое, причинах и следствиях и др.), о малой родине и Отечестве, представлений о социокультурных ценностях нашего народа, об отечественных традициях и праздниках, о планете Земля как общем доме людей, об особенностях ее природы, многообразии стран и народов мира. Реализуется  в НОД по сенсорике (первая младшая), ознакомлению с предметным, природным окружением, явлениями общественной жизни, при формировании элементарных математических представлений, конструктивной деятельности .

**Речевое развитие включает :**

-- владение речью как средством общения и культуры; обогащение активного словаря; развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи; развитие речевого творчества; развитие звуковой и интонационной культуры речи, фонематического слуха; знакомство с книжной культурой, детской литературой, понимание на слух текстов различных жанров детской литературы; формирование звуковой аналитико-синтетической активности как предпосылки обучения грамоте. Реализуется  в НОД по развитию речи, чтению художественной литературы.

**Художественно-эстетическое развитие предполагает:**

--- развитие предпосылок ценностно-смыслового восприятия и понимания произведений искусства (словесного, музыкального, изобразительного), мира природы; становление эстетического отношения к окружающему миру; формирование элементарных представлений о видах искусства; восприятие музыки, художественной литературы, фольклора; стимулирование сопереживания персонажам художественных произведений; реализацию самостоятельной творческой деятельности детей (изобразительной, конструктивно-модельной, музыкальной и др.). Реализуется  в НОД по музыкальному развитию, изодеятельности (лепке, рисованию, аппликации), совместной деятельности детей и взрослого при чтении художественной литературы.

**Годовой учебный календарный график**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание** | **1 младшая**  **группа**  **(с 2 до 3 лет)** | **2 младшая**  **группа**  **(с 3 до 4 лет)** | **Средняя**  **группа**  **(с 4 до 5 лет)** | **Старшая**  **группа**  **(с 5 до 6 лет)** | **Подготовительная**  **группа**  **(с 6 до 7 лет)** |
| **Адаптационный период** | **С 01.09. по**  **20.09.2016** | **-** | **-** | **-** | **-** |
| **Количество возрастных групп в каждой параллели** | **1** | **2** | **3** | **2** | **2** |
| **Начало учебного года** | **20.09.2016** | **01.09.2016** | **01.09.2016** | **01.09.2016** | **01.09.2016** |
| **Окончание учебного года** | **31.05.2017** | **31.05.2017** | **31.05.2017** | **31.05.2017** | **31.05.2017** |
| **Продолжительность учебного года, всего, в том числе:** | **34 недели** | **36 недель** | **36 недель** | **36 недель** | **36 недель** |
| **1 полугодие** | **15 недель** | **17 недель** | **17 недель** | **17 недель** | **17 недель** |
| **11 полугодие** | **19 недель** | **19 недель** | **19 недель** | **19 недель** | **19 недель** |
| **Объем образовательной нагрузки в 1 пол. дня** | **20 минут** | **30 минут** | **40 минут** | **45 минут** | **1 час 30 минут** |
| **Объем образовательной нагрузки во 2 пол. дня** | **-** | **-** | **-** | **25** | **30** |
| **Количество НОД в неделю** | **10** | **10** | **10** | **13** | **14** |
| **Длительность НОД** | **10 минут** | **15 минут** | **20 минут** | **25 минут** | **30 минут** |
| **Объем недельной дополнительной образовательной нагрузки** | **-** | **15 минут** | **20 минут** | **25 минут** | **30 минут** |
| **Летний оздоровительный период** | **с 01.06.2016**  **по**  **31.08.2016** | **с 01.06.2016**  **по**  **31.08.2016** | **с 01.06.2016**  **по**  **31.08.2016** | **с 01.06.2016**  **по**  **31.08.2016** | **с 01.06.2016**  **по**  **31.08.2016** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Образовательные области** | **Количество часов в неделю по группам** | | | | | | | | |
|  | **Первая младшая группа**  **(2-3 года)** | **Вторая младшая группа**  **(3-4 лет)** | | **Средняя группа.**  **(4-5лет)** | | **Старшая группа**  **(5-6лет)** | | **Подготовительная группа**  **(6-7лет)** | |
| **1.Физическое  развитие** | | | | | | | | | |
| Физическая культура:    в помещении | **3** | | **2** | | **2** | | **2** | | **2** |
| На улице |  | | **1** | | **1** | | **1** | | **1** |
| **2.Познавательное развитие** | | | | | | | | | |
| РЭМП |  | | **1** | | **1** | | **2** | | **2** |
| Формирование целостной картины мира, расширение кругозора | **0,5** | | **1** | | **1** | | **1** | | **1** |
| Природное окружение | **0,5** | |  | |  | | **1** | | **1** |
| Конструирование |  | | **В режимных моментах** | | **В режимных моментах** | | **В режимных моментах** | | **В режимных моментах** |
| **3. Речевое развитие** | | | | | | | | | |
| Развитие речи | **2** | | **1** | | **1** | | **1** | | **1** |
| Подготовка к обучению грамоте |  | |  | |  | | **1** | | **1** |
| Чтение художественной литературы | **в**  **режимных моментах** | | **в режимных моментах** | | **в режимных моментах** | | **в режимных моментах** | | **/в режимных моментах** |
| **4.Художественно-эстетическое развитие** | | | | | | | | | |
| Рисование | **1** | | **1** | | **1** | | **2** | | **2** |
| Лепка | **1** | | **0,5** | | **0,5** | | **0,5** | | **0,5** |
| Аппликация |  | | **0,5** | | **0,5** | | **0,5** | | **0,5** |
| Музыка | **2** | | **2** | | **2** | | **2** | | **2** |
| **5.Социально-коммуникативное  развитие** | | | | | | | | | |
| Социализация |  | |  | |  | |  | |  |
| Игровая деятельность | **В режимных моментах** | | **В режимных моментах** | | **В режимных моментах** | | **В режимных моментах** | | **В режимных моментах** |
| Ручной труд | **-** | | **-** | | **-** | | **В режимных моментах** | | **В режимных моментах** |
| Труд | **В режимных моментах** | | **В режимных моментах** | | **В режимных моментах** | | **В режимных моментах** | | **В режимных моментах** |
| Основы безопасности жизнедеятельности | **В режимных моментах** | | **В режимных моментах** | | **В режимных моментах** | | **В режимных моментах** | | **В режимных моментах** |
| Итого в неделю: | **10** | | **10** | | **10** | | **13** | | **14** |
| Итого в месяц: | **40** | | **40** | | **40** | | **52** | | **56** |
| ИТОГО ПО ВРЕМЕНИ В ДЕНЬ | **20 МИН** | | **30 МИН** | | **40 МИН** | | **1ч.1мин.** | | **1, 5 ЧАС** |
| ИТОГО ПО ВРЕМЕНИ В НЕДЕЛЮ | **1 Ч.40 МИН.** | | **2 Ч.30 МИН.** | | **3 Ч.20 МИН.** | | **5 Ч. 50 МИН.** | | **7 ч. 5 мин.** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Планирование образовательной деятельности.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Организованная образовательная  деятельности | | | | | | |
| Базовый | Периодичность | | | | | |
| вид деятельности | | 1 мл. группа | 2 мл группа | Средняя | Старшая | Подготовит. |
| Физическая культура | | 3 раза в неделю | 3 раза в неделю | 3 раза в неделю | 3 раза в неделю | 3 раза в неделю |
| Познавательное развитие | | 1 раз в неделю | 2 раза в неделю | 2 раза в неделю | 3 раза в неделю | 4 раза в неделю |
| Развитие речи | | 2 раза в неделю | 1 раз в неделю | 1 раз в   неделю | 2 раза в неделю | 2 раза в неделю |
| Рисование | | 1 раз в   неделю | 1 раз в неделю | 1 раз в   неделю | 2 раза в неделю | 2 раза в неделю |
| Лепка | | 1 раз в  неделю | 1 раз  в  2 недели | 1 раз  в  2 недели | 1 раз  в  2 недели | 1 раз  в  2 недели |
| Аппликация | | - | 1 раз  в  2 недели | 1 раз  в  2 недели | 1 раз  в  2 недели | 1 раз  в  2 недели |
| Музыка | | 2 раза в неделю | 2 раза в неделю | 2 раза в неделю | 2 раза в неделю | 2 раза в неделю |
| Итого | | 10 занятий  в неделю | 10 занятий  в неделю | 10 занятий  в неделю | 13 занятий  в неделю | 14 занятий  в неделю |
| **Образовательная деятельность в ходе режимных моментов** | | | | | | |
| Утренняя гимнастика | | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно |
| Комплексы закаливающих процедур | | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно |
| Гигиенический процедуры | | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно |
| Ситуативные беседы при проведении режимных  моментов | | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно |
| Чтение художественной литературы | | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно |
| Дежурства | | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно |
| Прогулки | | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно |
| Самостоятельная деятельность детей | | | | | | |
| Игра | | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно |
| Самостоятельная деятельность детей в центрах (уголках) развития | | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно |
|  |  |  |  |  |  |  |

**Режим дня для детей 2–5 лет**

| **Режимные моменты** | Время | Всего минут | НОД | | | ОД в режимных моментах | | Самостоятельная деятельность | | Взамо-действие с семьей | | При-смотр и уход |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием детей, игры | 7.30–8.10 | 40 |  | | | 10 | | 15 | | 15 | |  |  |
| Утренняя  гимнастика | 8.10–8.20 | 10 |  | | | 5 | | 5 | |  | |  |  |
| Подготовка  к завтраку, завтрак | 8.20–8.45 | 25 |  | | | 5 | | 10 | |  | | 10 |  |
| Игры | 8.45–9.00 | 15 |  | | | 10 | | 5 | |  | |  |  |
| НОД (с под-группой) | 9.00–10.20 | 80 | 30 | | | 30 | | 20 | |  | |  |  |
| Игры | 10.20–10.30 | 10 |  | | | 5 | | 5 | |  | |  |  |
| Второй  завтрак | 10.30–10.40 | 10 |  | | | 5 | | 5 | |  | |  |  |
| Подготовка  к прогулке, прогулка | 10.40–11.50 | 70 |  | | | 20 | | 30 | |  | | 20 |  |
| Возвращение с прогулки, игры | 11.50–12.00 | 10 |  | | | 5 | | 5 | |  | |  |  |
| Подготовка  к обеду, обед | 12.00–12.30 | 30 |  | | | 10 | | 10 | |  | | 10 |  |
| Подготовка ко сну, сон | 12.30–15.00 | 150 |  | | | – | | – | |  | | 150 |  |
| Подъем, гимнастика после сна | 15.00–15.10 | 10 |  | | | 5 | | 5 | |  | |  |  |
| Игры, трудовая деятельность | 15.10–15.30 | 20 |  | | | 10 | | 5 | |  | | 5 |  |
| Подготовка  к усиленному полднику, усиленный полдник | 15.30–15.50 | 20 |  | | | 10 | | 10 | |  | |  |  |
| Игры | 15.50–16.20 | 30 | |  | 20 | | 10 | |  | |  | |  |
| Подготовка  к прогулке, прогулка | 16.20–17.00 | 40 | |  | 10 | | 20 | |  | | 10 | |  |
| Час игры, уход домой | 17.00–18.00 | 60 | |  | 15 | | 10 | | 15 | | 20 | |
| Всего, ч |  | 630 | | 30 | 175 | | 170 | | 30 | | 225 | |  |
| Всего, % |  | 100 % | | 4,1 | 24,3 | | 28,4 | | 7,6 | | 32,6 | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Режим дня для детей 5–7 лет**

| **Режимные моменты** | Время | Всего минут | НОД | ОД в режимных моментах | Самостоятельная деятельность | Взамо-действие с семьей | При-смотр и уход |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием детей, игры | 7.30–8.15 | 40 |  | 10 | 15 | 15 |  |
| Утренняя  гимнастика | 8.15–8.30 | 15 |  | 10 | 5 |  |  |
| Подготовка  к завтраку, завтрак | 8.30–8.50 | 20 |  | 5 | 10 |  | 5 |
| Игры | 8.50–9.00 | 10 |  | 5 | 5 |  |  |
| НОД (с под-группой) | 9.00–10.45 | 105 | 60 | – | 45 |  |  |
| Игры | 10.45–10.55 | 10 |  | 5 | 5 |  |  |
| Второй  завтрак | 10.55–11.00 | 5 |  | – | 5 |  |  |
| Подготовка  к прогулке, прогулка | 11.00–12.30 | 90 |  | 30 | 40 |  | 20 |
| Возвращение с прогулки, игры | 12.30–12.40 | 10 |  | 5 | 5 |  |  |
| Подготовка  к обеду, обед | 12.40–13.00 | 20 |  | 5 | 10 |  | 5 |
| Подготовка  ко сну, сон | 13.00–15.00 | 120 |  | – | – |  | 120 |
| Подъем, гимнастика после сна | 15.00–15.10 | 10 |  | 5 | 5 |  |  |
| НОД | 15.10–15.40 | 30 | 30 | – | – |  |  |
| Игры, трудовая деятельность | 15.40–16.00 | 20 |  | 10 | 10 |  |  |
| Подготовка  к усиленному полднику,  усиленный полдник | 16.00–16.20 | 20 |  | 10 | 10 |  |  |
| Игры | 16.20–16.50 | 30 |  | 10 | 20 |  |  |
| Подготовка  к прогулке, прогулка, уход домой | 16.50–18.00 | 70 |  | 20 | 30 | 15 | 5 |
| Всего, ч |  | **625** | **90** | **130** | **220** | **30** | **155** |
| Всего, % |  | **100 %** | **12,5** | **21,5** | **35,4** | **6,2** | **22,9** |

**Дополнительный блок**

**Коррекционная работа**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Средняя группа | Старшая группа | Подготов.группа |
| Психолог | 1 занятие в неделю в  10.30  Индивидуальная работа, групповая работа | 2 занятие в неделю с 11.30  групповая и индивидуальная работа | 2 занятие в неделю с 11.00  групповая и индивидуальная работа |
| Логопед | Работа с подгруппой и индивидуально с  10.00- 12.00 | Работа с подгруппой и индивидуально с 10.00.-12.00 | Работа с подгруппой и индивидуально с 10.00-12.00 |

**Работа кружков и студий**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название кружков | Средняя группа | Старшая группа | Подготов.группа |
|  | Театральные студии/ все возрастные группы | II занятие  2 половина дня | II занятие  2 половина дня | II половина дня  2 повина дня |
|  | «Веселая математика»  рук. Нагиева Л.Н. | Вторник -15.30  Четверг – 15.30 | Вторник -15.30  Четверг – 15.30 | Вторник -15.30  Четверг – 15.30 |
|  | Студия «Речевичок»  рук. Адилова Ф.И. | - | Среда - 15.30  Пятница – 15.30 | Среда - 15.30  Пятница – 15.30 |
|  | Кружок национального танца  рук. – Нагиева У.Г. | - | Понедельник - 15.30  Вторник – 15.00 | Понедельник - 15.30  Вторник – 15.00 |
|  | Гимнастика  рук. Махмудова С.Б | Понедельник – 15.30 | Понедельник – 15.30  Пятница – 15.30 | Понедельник – 15.30  Пятница -15. 30 |
|  | Каратэ  рук. Махмудова С.Б | - | Понедельник – 16.30  Пятница -16.30 | Понедельник – 16.30  Пятница -16.00 |