

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА – ДЕТСКИЙ САД №2»**

Принято  
на Педагогическом Совете  
Протокол №1 от 31.08.2023г

Утверждаю  
Директор МБДОУ «ЦРР – Д/С № 2»  
И.С. Ямпилловская  
Приказ № 284-а от 31.08.2023г.



**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
«Центр развития ребёнка – детский сад №2»  
компенсирующих групп для детей с задержкой психического развития  
на 2023 – 2024 учебный год**

## Пояснительная записка к учебному плану

Учебный план муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Центр развития ребёнка – детский сад №2» (далее МБДОУ «ЦРР – Д/С №2») является нормативным документом, регламентирующим организацию образовательного процесса в дошкольном образовательном учреждении с учетом:

- специфики,
- учебно-методического,
- кадрового,
- материально-технического оснащения.

Учебный план МБДОУ «ЦРР – Д/С №2» — документ, который определяет перечень, трудоемкость, последовательность и распределение модулей образовательной деятельности с учетом требований, предъявленных к максимально допустимому объему образовательной нагрузки обучающихся.

Нормативной базой для составления учебного плана являются следующие документы:

*федерального уровня:*

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями и дополнениями;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования» (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155);
- Комментарии к ФГОС дошкольного образования. Минобрнауки России от 28 февраля 2014 года №08-249;
- Приказ Минпросвещения России от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»
- СанПиН 3.3686-21 «Санитарно-эпидемиологические требования по профилактике инфекционных болезней»

*регионального уровня:*

- Приказ Министерства образования Тульской области от 02.07.2013 года №601 «Об организации работы по обеспечению введения федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования в образовательных организациях (учреждениях) Тульской области».

*муниципального уровня:*

- Приказ управления образования администрации города Тулы от 26.08.2013 года №450-а «Об организации работы по обеспечению введения федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования в образовательных организациях (учреждениях) города Тулы»

*локальные акты МБДОУ «ЦРР – Д/С №2»:*

- Устав МБДОУ «ЦРР – Д/С № 2»;
  - Программа развития МБДОУ «ЦРР – Д/С №2»
- Основными задачами Учебного плана являются:

- предупреждение перегрузки физического, интеллектуального и эмоционального состояния воспитанников, посредством регулирования объема образовательной нагрузки при проведении занятий,
- реализация федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования

МБДОУ «ЦРР – Д/С №2» реализует:

- адаптированную образовательную программу дошкольного образования (в группах компенсирующей направленности)

В 2023-2024 учебном году в МБДОУ «ЦРР – Д/С № 2» функционирует 5 групп компенсирующей направленности:

- младшая (3-4 года) компенсирующая группа ЗПР– 1
- средняя (4-5 лет) компенсирующая группа ЗПР– 1
- старшая (5-6 лет) компенсирующая группа ЗПР– 1
- подготовительная (6-7 лет) компенсирующая группа ЗПР– 1
- подготовительная (6-7 лет) компенсирующая группа ЗПР+ ОНР– 1

Организованную образовательную деятельность в компенсирующих группах осуществляют воспитатели, учитель-дефектолог, учитель-логопед. По музыкальному развитию во всех возрастных группах осуществляет музыкальный руководитель. Психологическое сопровождение обучающихся осуществляет педагог-психолог.

Учитель-дефектолог и учитель-логопед проводят индивидуальные занятия, ведут коррекционную работу с детьми, оказывают консультативную помощь родителям и педагогам МБДОУ «ЦРР – Д/С №2».

Педагог-психолог проводит индивидуальные занятия и занятия малыми подгруппами, ведет коррекционную работу с детьми, оказывает консультативную помощь родителям и педагогам МБДОУ «ЦРР – Д/С № 2».

Объем предельно допустимой недельной образовательной нагрузки не превышает норм, установленных СанПиН 1.2.3685-21: продолжительность занятия для детей от 2 до 3-х лет — не более 10 минут, от 3 до 4-х лет — не более 15 минут, для детей от 4-х до 5-ти лет — не более 20 минут, для детей от 5 до 6-ти лет — не более 25 минут, а для детей от 6-ти до 7-ми лет — не более 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей (2-3 года), младшей (3-4 года) и средней группах не превышает 20, 30 и 40 минут соответственно. В старшей и подготовительной — 50 минут или 75 минут при организации 1 занятия после дневного сна и 90 минут соответственно. В середине времени, отведенного на занятие, проводят физкультурные минутки. Перерывы между занятиями — не менее 10 минут.

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста осуществляется во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность составляет не более 25 минут в день. В середине занятий статического характера проводятся физкультурные минутки.

Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организуется в первую половину дня. Для профилактики утомления детей проводятся физкультурные и музыкальные занятия.

Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в

возрасте от 2 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет: в младшей группе (2-3 года) — 10 мин., в младшей группе (3-4 года) — 10 мин., в средней группе — 20 мин., в старшей группе — 25 мин., в подготовительной группе — 30 мин. Непрерывная образовательная деятельность по музыкальному развитию и физическому развитию проводится со всей группой.

Время проведения каникул:

- с 25.12.2023 г. по 08.01.2024 г.

Во время каникул проводится непрерывная образовательная деятельность (далее НОД) только физического и художественно-эстетического направлений.

В летний период организуются подвижные и спортивные игры, праздники, экскурсии и т.д., увеличивается продолжительность прогулок.

При построении образовательного процесса учитывается принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой образовательных областей.

Учебный план позволяет использовать принципы дифференциации и вариативности, а также обеспечивает своевременное познавательное, социальное и личностное развитие ребенка на каждом возрастном этапе его жизни.

В план включаются следующие структурные единицы, представляющие определенные направления развития и образования детей (далее – образовательные области):

- социально-коммуникативное развитие;
- познавательное развитие;
- речевое развитие;
- художественно-эстетическое развитие;
- физическое развитие.

## ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ - ЗАНЯТИЙ (соответствует ФАОП ДО)

Образовательная область		Группы младшего возраста (3-4 года)	Группы среднего возраста (4-5 лет)	Группы старшего возраста (5-6 лет)	Группы подготовительного к школе возраста (6-7 лет)
<b>Социально-коммуникативное развитие</b>					
Социальные отношения		Ежедневно, через взаимодействие взрослого с детьми в различных видах деятельности 1 раз/неделя организуется как культурная практика			
Формирование основ гражданственности и патриотизма		Ежедневно, через взаимодействие взрослого с детьми в различных видах деятельности, в том числе в режимных процессах			
Трудовое воспитание					
Формирование основ безопасного поведения					
<b>Познавательное развитие</b>					
Сенсорные эталоны и познавательные действия (экспериментирование)	Чередуются между собой	1 занятие /неделя	1 занятие /неделя	2занятия /неделя	2занятия /неделя
Математические представления					
Окружающий мир	Чередуются между собой	1 занятие /неделя	1 занятие /неделя	2занятие /неделя	2занятия /неделя
Природа					
<b>Речевое развитие</b>					
Речевое развитие (формирование словаря, звуковая культура речи, грамматический строй речи, связная речь)	Чередуются между собой	1 занятие /неделя	1 занятие /неделя	1занятия /неделя	2занятие /неделя
Подготовка к обучению грамоте					
Ознакомление с художественной литературой		-	-	1занятия /неделя	1занятия /неделя
Чтение художественной литературы		Ежедневно, через взаимодействие взрослого с детьми в различных видах деятельности, в том числе в режимных процессах 1 раз/неделя организуется как культурная практика			
<b>Художественно-эстетическое развитие</b>					
Приобщение к искусству		Ежедневно, через взаимодействие взрослого с детьми в различных видах деятельности			
Изобразительная деятельность: рисование	Чередуются между собой	1 занятие /неделя	1 занятие /неделя	2занятия /неделя	2занятия /неделя
Изобразительная деятельность: народное декоративно-прикладное					

Образовательная область		Группы младшего возраста (3-4 года)	Группы среднего возраста (4-5 лет)	Группы старшего возраста (5-6 лет)	Группы подготовительного к школе возраста (6-7 лет)
искусство					
Изобразительная деятельность: прикладное творчество (объемные поделки из разных материалов, в том числе природных, элементы оригами)	Чередуются между собой	-	-	1 раз /2недели в режимных процессах	
Изобразительная деятельность: лепка		1 занятие /2недели	1 занятие /2недели	1 занятие /2недели	1 занятие /2недели
Изобразительная деятельность: аппликация		1 занятие /2недели	1 занятие /2недели	1 занятие /2недели	1 занятие /2недели
Конструктивная деятельность		1 раз/неделя в режимных процессах			
Музыкальная деятельность		2занятия /неделя	2занятия /неделя	2занятия /неделя	2занятия /неделя
Театрализованная деятельность, культурно-досуговая деятельность		1 раз/неделя в режимных процессах			
<b>Физическое развитие</b>					
Физическая культура (основная гимнастика, подвижные игры, спортивные упражнения)		Занятия /неделя	Занятия /неделя	Занятия /неделя	Занятия /неделя
Формирование основ здорового образа жизни	Чередуется с ОБЖ	Ежедневно, через взаимодействие взрослого с детьми в режимных процессах			
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЗАНЯТИЙ В НЕДЕЛЮ</b>		<b>10</b>	<b>10</b>	<b>14</b>	<b>15</b>

**Учебный план на 2023 – 2024 учебный год**

Образовательная область. Направление деятельности.	Младшая (3-4 года) компенсирующая группа ЗПР	Средняя (4-5 лет) компенсирующая группа ЗПР	Старшая (5-6 лет) компенсирующая группа ЗПР	Подготовительная (6-7 лет) компенсирующая группа ЗПР	Подготовительная (6-7 лет) компенсирующая группа ЗПР+ОНР
	2-3 года	3-4 года	5-6 лет	6-7 лет	6-7 лет
<b>ОО Речевое развитие.</b> Развитие речи.	1 Д	1 Д	-	-	-
<b>ОО Речевое развитие.</b> Чтение художественной литературы	ОД в режимных моментах (В)	ОД в режимных моментах (В)	ОД в режимных моментах (В)	ОД в режимных моментах (В)	ОД в режимных моментах (В)
<b>ОО Речевое развитие.</b> Ознакомление с художественной литературой	-	-	1 Д	1 Д	1 (Д+В)
<b>ОО Речевое развитие.</b> Развитие речевого (фонематического) восприятия	-	-	1 Л	-	-
<b>ОО Речевое развитие.</b> Подготовка к обучению грамоте	-	-	-	2 Л	2 Л
<b>ОО Познавательное развитие</b> Ознакомление с окружающим миром и развитие речи	-	-	2 Д	2 Д	2 (Д+В)
<b>ОО Познавательное развитие</b> Формирование целостной картины окружающего мира. Ознакомление с миром природы. (ФЦКМ)	1 В	1 В	-	-	-
<b>ОО Познавательное развитие</b> (познавательно-исследовательская, конструктивная деятельность)	-	-	ОД в режимных моментах (В)	ОД в режимных моментах (В)	ОД в режимных моментах (В)
<b>ОО Познавательное развитие.</b> Формирование элементарных математических представлений (ФЭМП)	1 Д	1 Д	2 Д	2 Д	2 (Д+В)
<b>ОО Художественно-эстетическое развитие</b> (рисование)	1 В	1 В	2 В	2 В	2 В
<b>ОО Художественно-эстетическое развитие</b> (лепка/аппликация)	1 В	1 В	1 В	1 В	1 В
<b>ОО Художественно-эстетическое развитие</b> (музыкальное развитие)	2 Мр	2 Мр	2 Мр	2 Мр	2 Мр
<b>ОО Физическое развитие</b> (физическая культура (в помещении) Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни)	3 В	3 В	2 В	2 В	2 В

Образовательная область. Направление деятельности.	Младшая (3-4 года) компенсирующая группа ЗПР	Средняя (4-5 лет) компенсирующая группа ЗПР	Старшая (5-6 лет) компенсирующая группа ЗПР	Подготовительная (6-7 лет) компенсирующая группа ЗПР	Подготовительная (6-7 лет) компенсирующая группа ЗПР+ОНР
	2-3 года	3-4 года	5-6 лет	6-7 лет	6-7 лет
<b>ОО Физическое развитие.</b> (обучение спортивным и подвижным играм на прогулке)	-	-	1 В	1 В	1 В
<b>ОО Социально-коммуникативное развитие.</b> Социализация, развитие навыков общения, нравственное воспитание.	Интегрируется с познавательным и речевым развитием, реализуется в самостоятельной, совместной деятельности и в ходе режимных моментов.	Интегрируется с познавательным и речевым развитием, реализуется в самостоятельной, совместной деятельности и в ходе режимных моментов.	Интегрируется с познавательным и речевым развитием, реализуется в самостоятельной, совместной деятельности и в ходе режимных моментов.	Интегрируется с познавательным и речевым развитием, реализуется в самостоятельной, совместной деятельности и в ходе режимных моментов.	Интегрируется с познавательным и речевым развитием, реализуется в самостоятельной, совместной деятельности и в ходе режимных моментов.
<b>ОО Социально-коммуникативное развитие.</b> Патриотическое воспитание. Ребенок в семье и сообществе.					
<b>ОО Социально-коммуникативное развитие.</b> Самообслуживание, самостоятельность, трудовое воспитание.					
<b>ОО Социально-коммуникативное развитие.</b> Формирование основ безопасности.					
<b>ОО Социально-коммуникативное развитие.</b> Адаптационный тренинг, социально-ориентированные игры	ОД в режимных моментах (Пс) (два раза в неделю)	ОД в режимных моментах (Пс) (два раза в неделю)	-	-	-
<b>ОО Социально-коммуникативное развитие.</b> Социально-коммуникативный тренинг по подготовке детей к обучению в школе	-	-	ОД в режимных моментах (Пс) (два раза в неделю)	ОД в режимных моментах (Пс) (два раза в неделю)	ОД в режимных моментах (Пс) (два раза в неделю)
<b>ОО Социально-коммуникативное развитие.</b> Коммуникативный практикум по развитию социально-бытовой ориентировки	СОД в режимных моментах (В)	СОД в режимных моментах (В)	СОД в режимных моментах (В)	СОД в режимных моментах (В)	СОД в режимных моментах (В)
<b>ИТОГО В НЕДЕЛЮ:</b>	10	10	14	15	15
<b>Вариативная часть.</b>	-	-	-	-	-
<b>ВСЕГО:</b>	10	10	14	15	15

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непрерывную образовательную деятельность по физическому развитию рекомендуется организовывать на открытом воздухе.

**Социально-коммуникативное развитие** детей осуществляется в образовательной деятельности в ходе режимных моментов, в совместной и самостоятельной игровой деятельности детей, в семье, а также в каждой группе еженедельно педагогом психологом проводится социально-коммуникативный тренинг.



**Условные обозначения:**

«В» - воспитатель;

«Д» - учитель-дефектолог;

«Л» - учитель-логопед;

«Мр» - музыкальный руководитель;

«Пс» - педагог-психолог

**Распределение объёма недельной/годовой непрерывной образовательной деятельности (занятий) по возрастным группам**

Наименование НОД	Младшая (3-4 года) компенсирующая группа ЗПР		Средняя (4-5 лет) компенсирующая группа ЗПР		Старшая (5-6 лет) компенсирующая группа ЗПР		Подготовительная (6-7 лет) компенсирующая группа ЗПР		Подготовительная (6-7 лет) компенсирующая группа ЗПР+ОНР	
	3-4 года		4-5 лет		5-6 лет		6-7 лет		6-7 лет	
	Объём образовательной нагрузки		Объём образовательной нагрузки		Объём образовательной нагрузки		Объём образовательной нагрузки		Объём образовательной нагрузки	
Обязательная часть	мин/ занятий в неделю	год доля часа/ занятий в год	мин/ занятий в неделю	год доля часа/ занятий в год	мин/ занятий в неделю	год доля часа/ занятий в год	мин/ занятий в неделю	год доля часа/ занятий в год	мин/ занятий в неделю	год доля часа/ занятий в год
<b>ОО Речевое развитие. Развитие речи.</b>	15 минут /1 раз в неделю	<b>8 час. 00 мин. / 32</b>	20 минут /1 раз в неделю	<b>10 час. 40 мин. / 32</b>	-	-	-	-	-	-
<b>ОО Речевое развитие. Чтение художественной литературы</b>	Ежедневно в совместной деятельности		Ежедневно в совместной деятельности		Ежедневно в совместной деятельности		Ежедневно в совместной деятельности		Ежедневно в совместной деятельности	
<b>ОО Речевое развитие. Ознакомление с художественной литературой</b>	-	-	-	-	25 минут /1 раз в неделю	<b>13 час. 20 мин. /32</b>	30 минут /1 раз в неделю	<b>16 часа/ 32</b>	30 минут /1 раз в неделю	<b>16 часа/ 32</b>
<b>ОО Речевое развитие. Развитие речевого (фонематического) восприятия</b>	-	-	-	-	25 минут /1 раз в неделю	<b>13 час. 20 мин. /32</b>	-	-	-	-
<b>ОО Речевое развитие. Подготовка к обучению грамоте</b>	-	-	-	-	-	-	30 минут /2 раза в неделю	<b>32 часа /64</b>	30 минут /2 раза в неделю	<b>32 часа /64</b>

Наименование НОД	Младшая (3-4 года) компенсирующая группа ЗПР		Средняя (4-5 лет) компенсирующая группа ЗПР		Старшая (5-6 лет) компенсирующая группа ЗПР		Подготовительная (6-7 лет) компенсирующая группа ЗПР		Подготовительная (6-7 лет) компенсирующая группа ЗПР+ОНР	
	3-4 года		4-5 лет		5-6 лет		6-7 лет		6-7 лет	
	Объём образовательной нагрузки		Объём образовательной нагрузки		Объём образовательной нагрузки		Объём образовательной нагрузки		Объём образовательной нагрузки	
Обязательная часть	мин/ занятий в неделю	год доля часа/ занятий в год	мин/ занятий в неделю	год доля часа/ занятий в год	мин/ занятий в неделю	год доля часа/ занятий в год	мин/ занятий в неделю	год доля часа/ занятий в год	мин/ занятий в неделю	год доля часа/ занятий в год
<b>ОО Познавательное развитие</b> Ознакомление с окружающим миром и развитие речи	-	-	-	-	25 минут /2 раза в неделю	<b>26 час. 40 мин. /64</b>	30 минут /2 раза в неделю	<b>32 часа /64</b>	30 минут /2 раза в неделю	<b>32 часа /64</b>
<b>ОО Познавательное развитие</b> Формирование целостной картины окружающего мира. Ознакомление с миром природы. (ФЦКМ)	15 минут /1 раз в неделю	<b>8 час. 00 мин. / 32</b>	20 минут /1 раз в неделю	<b>10 час. 40 мин. / 32</b>	-	-	-	-	-	-
<b>ОО Познавательное развитие</b> (познавательно-исследовательская, конструктивная деятельность)	-	-	-	-	ОД в режимных моментах (В)		ОД в режимных моментах (В)		ОД в режимных моментах (В)	
<b>ОО Познавательное развитие.</b> Формирование элементарных математических представлений (ФЭМП)	15 минут /1 раз в неделю	<b>8 час. 00 мин. / 32</b>	20 минут /1 раз в неделю	<b>10 час. 40 мин. / 32</b>	25 минут /2 раза в неделю	<b>26 час. 40 мин. /64</b>	30 минут /2 раза в неделю	<b>32 часа /64</b>	30 минут /2 раза в неделю	<b>32 часа /64</b>
<b>ОО Художественно-эстетическое развитие</b> (рисование)	15 минут /1 раз в неделю	<b>8 час. 00 мин. / 32</b>	20 минут /1 раз в неделю	<b>10 час. 40 мин. / 32</b>	25 минут /2 раза в неделю	<b>26 час. 40 мин. /64</b>	30 минут /2 раза в неделю	<b>32 часа /64</b>	30 минут /2 раза в неделю	<b>32 часа /64</b>

Наименование НОД	Младшая (3-4 года) компенсирующая группа ЗПР		Средняя (4-5 лет) компенсирующая группа ЗПР		Старшая (5-6 лет) компенсирующая группа ЗПР		Подготовительная (6-7 лет) компенсирующая группа ЗПР		Подготовительная (6-7 лет) компенсирующая группа ЗПР+ОНР	
	3-4 года		4-5 лет		5-6 лет		6-7 лет		6-7 лет	
	Объём образовательной нагрузки		Объём образовательной нагрузки		Объём образовательной нагрузки		Объём образовательной нагрузки		Объём образовательной нагрузки	
Обязательная часть	мин/ занятий в неделю	год доля часа/ занятий в год	мин/ занятий в неделю	год доля часа/ занятий в год	мин/ занятий в неделю	год доля часа/ занятий в год	мин/ занятий в неделю	год доля часа/ занятий в год	мин/ занятий в неделю	год доля часа/ занятий в год
<i>ОО Художественно-эстетическое развитие</i> (лепка/аппликация)	15 минут /1 раз в неделю	<b>8 час. 00 мин. / 32</b>	20 минут /1 раз в неделю	<b>10 час. 40 мин. / 32</b>	25 минут /1 раз в неделю	<b>13 час. 20 мин. /32</b>	30 минут /1 раз в неделю	<b>16 часа/ 32</b>	30 минут /1 раз в неделю	<b>16 часа/ 32</b>
<i>ОО Художественно-эстетическое развитие</i> (музыкальное развитие)	15 минут /2 раза в неделю	<b>16 час. 00 мин. / 64</b>	20 минут /2 раза в неделю	<b>21 час. 20 мин. / 64</b>	25 минут /2 раза в неделю	<b>26 час. 40 мин. /64</b>	30 минут /2 раза в неделю	<b>32 часа /64</b>	30 минут /2 раза в неделю	<b>32 часа /64</b>
<i>ОО Физическое развитие</i> (физическая культура)	15 минут /3 раз в неделю	<b>24 час. 00 мин. /96</b>	20 минут /3 раз в неделю	<b>32 час. 00 мин. /96</b>	25 минут /3 раз в неделю	<b>40 ч. /96</b>	30 минут /3 раз в неделю	<b>48 часа /96</b>	30 минут /3 раз в неделю	<b>48 часа /96</b>
<b>ИТОГО:</b>	2 часа 30 мин./10	<b>80 час.00 мин. /320</b>	3 часа 20 мин./10	<b>106 час.40 мин. /320</b>	5 час.50 мин./14	<b>200 час. / 480</b>	7 час.30 мин./15	<b>240 час. /480</b>	7 час.30 мин./15	<b>240 час. /480</b>
Вариативная часть	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>ВСЕГО:</b>	2 часа 30 мин./10	<b>80 час.00 мин. /320</b>	3 часа 20 мин./10	<b>106 час.40 мин. /320</b>	5 час.50 мин./14	<b>186час.40 мин. / 448</b>	7 час.30 мин./15	<b>240 час. /480</b>	7 час.30 мин./15	<b>240 час. /480</b>