

Комитет образования Администрации
Камышинского муниципального района Волгоградской области
муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Антиповская средняя школа
Камышинского муниципального района Волгоградской области

РАССМОТРЕНА:
на педагогическом совете МКОУ
Антиповской СШ Камышинского
муниципального района
Волгоградской области
Протокол от «29» 08 2024 г. № 1

УТВЕРЖДЕНА:
Директор МКОУ Антиповской СШ
Камышинского муниципального района
Волгоградской области


_____ А.В. Трайдова
Приказ от «30» 08 2024 г. №
29



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«АССОРТИ»

художественной направленности

Срок реализации – 1 год.

Возраст обучающихся – 7-15 лет.

Составитель: Аристова Л.В
педагог дополнительного образования

с. Антиповка

2024

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы.

Пояснительная записка.

1.1. Направленность программы

Данная образовательная программа дополнительного образования детей художественной направленности направлена:

- на развитие активного интереса к хореографическому искусству;
- на формирование творческого коллектива, направленного на воплощение единой цели (создание хореографической постановки);
- на ценностное развитие успешной личности в условиях сотворчества и сотрудничества.

Накопленный опыт работы, методическая оснащенность осуществляемой работы позволила создать и реализовывать программу, которая представлена ниже.

Данная программа по хореографии даёт возможность формировать у ребёнка не только эстетическое сознание, но и так называемую «внешнюю культуру», под которой понимается не только культура тела (телесная гармония), но и культура речи, движений, поз, мимики, жестов и т.д. Внешняя красота должна быть выражением внутренней культуры личности, а не самоцелью. Программа рассчитана на детей 7-15 лет.

Актуальность данной программы заключается в том, что танцевальное искусство в современном обществе пользуется большой популярностью. При создании дополнительной образовательной программы детской хореографической группы «Ассорти» учитывался социальный заказ. В школе часто при организации каких-либо мероприятий появляется необходимость в том, чтобы дети готовили танцевальные номера. Родители воспитанников заинтересованы в их гармоническом развитии и с огромным желанием приводят своих детей на занятия по хореографии. И школа, и родители заинтересованы в социальной адаптации и творческом развитии детей дошкольного и школьного возраста.

В нашем районе постоянно существует социальный заказ на занятия хореографией. Данная программа имеет социально-педагогическую направленность и способствует развитию у воспитанников чувства ответственности за успехи коллектива, уверенности в своих силах и коммуникабельность. Дети имеют возможность продемонстрировать свои способности на концертах, организованных районным Домом культуры, на конкурсах различного уровня.

1.2. Педагогическая целесообразность программы

Определена тем, что ориентирует каждого учащегося на приобщение к танцевально-музыкальной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта. Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию хореографического искусства. Кроме того, педагогическую целесообразность заключается в формировании у учащегося чувства ответственности в исполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе (общий танец), с одной стороны, и формировании самостоятельного проявления всего творческого потенциала при выполнении индивидуальных партий ребенка в коллективном постановочном процессе формирования танцевального номера, с другой стороны.

1.3. Отличительная особенность данной программы

Это изучение композиции и постановки танца, что дает старшим учащимся освоить приемы постановки танца, и применить эти знания на практике в создании танцевальной постановки. Больше времени отведено на изучение народной хореографии и актерского мастерства. Интегрированность программы создает оптимальную систему для практического музыкально-эстетического воспитания, формирующего

нравственные идеалы и духовные потребности ребенка, развивая его творческий потенциал, и решает задачу по непрерывному образованию детей и подростков через связь со следующими школьными дисциплинами, способствуя созданию единого образовательного пространства.

1.4. Адресат программы: дети от 7 до 15 лет.

На обучение по программе принимаются учащиеся, не имеющие медицинских противопоказаний.

1.5. Уровень программы, объем и сроки реализации

Уровень реализации программы - продвинутый, и предполагает использование форм организации материала, обеспечивающих доступ к сложным, узкоспециализированным разделам, углубленное изучение содержания программы и доступ к около профессиональным и профессиональным знаниям в рамках содержательно-тематического направления программы.

Объем учебных часов – 144 часа /4 часа в неделю/

Срок реализации – 1 год

1.6. Форма обучения–очная.

1.7. Режим занятий: часов в

неделю

1.8. Особенности организации образовательного процесса.

Основной состав групп постоянный, занятия групповые. Количество обучающихся в группе от 10 до 30 человек. Работа в группе организуется фронтально, индивидуально, в микрогруппах. Программа предназначена для разновозрастного состава групп и предполагает гибкость, мобильность, целесообразность конкретной педагогической ситуации.

1.9. Цели и задачи программы.

Цель: Содействие становлению личности ребёнка, его социализация, интеграции в жизнь и культуру современного общества через развитие его

эмоциональной и интеллектуальной сферы средствами хореографического искусства.

Задачи:

Предметные:

Дать детям прочные знания о хореографическом искусстве.

Обучить навыкам классического и народного танца, дать представление о современных тенденциях в танцевальном искусстве.

Обучить искусству постановки танца.

Метапредметные:

Формирование навыков правильного и выразительного движения

Развивать пластичность.

Развить стремление к самосовершенствованию и творческую волю.

Развить технические и художественно-исполнительские навыки.

Личностные:

Формирование ценностных ориентаций и отношений среди воспитанников.

Сформировать дружный коллектив.

Формировать эстетическое сознание и «внешнюю культуру».

Воспитывать в детях духовно-нравственные ценности через приобщение их к культурному региональному наследию.

1.10. Учебный план

	Тема	Количество часов.		
		Всего	Теоретич.	Практич.
1	Вводное занятие	2	1	1
2	Повторение изученного	8	2	6
3	Позиции рук и ног	4	1	3
4	Разучивание танцевальных шагов и прыжков	6	2	4
5	Танец «Маме»	20	6	14
6	Танец «Стирка»	2	-	2
7	Полька	12	2	10
8	Русский народный танец	24	8	16

9	Танец «Солнышко».	12	4	8
10	Танец «Музыкальный»	12	4	8
11	Вальс	10	4	6
12	Танец с шарами	14	6	8
13	Танец с цветами	14	6	8
11	Выступление	4	-	4
	Итого	144	46	98

1.11. Содержание программы.

- *Введение. Понятие об основных танцевальных движениях.*

Азбука природы музыкального движения. Постановка корпуса. Позиции ног, рук, головы. Упражнения для головы (повороты, наклоны). Упражнения для корпуса (наклоны вперед, назад, в сторону, круговые движения). Инструктаж по безопасному исполнению упражнений и танцевальных движений. Понятие о профессиональных заболеваниях танцора.

Практическая работа: освоение различных танцевальных позиций и упражнений для головы, туловища, рук и ног.

- *Понятие о координации движений, о позиции и положениях рук и ног. Классический танец.*

Позиции ног. Упражнения для ног. Позы классического танца. Основные шаги танца. Прыжки. Танцевальные элементы. Полуприседания и полное приседание. Подъем на полупальцы, шаги с приставкой по всем направлениям, в различных сочетаниях. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с переменной ног, с продвижением вперед, назад, с поворотом на $\frac{1}{4}$ круга. Каблучное упражнение. Маленькие броски ногой. Круг ногой по полу. Прыжки и махи ногами. Подготовка к веревочке. Дробные выстукивания. Изучение некоторых характерных танцев.

Практическая работа: освоение поз и движений классического танца.

- *Основы народного танца*

Ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Элементы русского танца: вынос ноги на каблук вперед, в сторону, дробь на

1/8, гармошка, елочка. Детские танцы (снежинки, хоровод с подснежниками, матрешки, танец солнечных зайчиков). Упражнения на укрепления мышц рук, ног, спины и шеи.

Практическая работа: освоение поз и движений народных танцев.

- *Танцевальные этюды. Эстрадный танец*

Танцевальная разминка. Функциональное назначение и особенности проведения основных видов разминки: сидя, лежа, стоя. Техника прыжков и вращений. Освоение упражнений по исправлению недостатков опорно-двигательного аппарата. Виды тренинга корпуса, бедер, диафрагмы, мимики перед зеркалом, танцевального шага, основных поворотов

Практическая работа: освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца; индивидуальная работа с одаренными учениками.

- *Постановка танцев. Отработка номеров*

Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в классическом танце. Отработка эстрадно-вокального танца. Тренинг современной танцевальной пластики. Отработка исполнительской техники прыжков и вращений.

Подготовка танцевальных костюмов. Понятие о макияже. Создание сценического макияжа.

Практическая работа: освоение исполнительского мастерства танцора.

- *Отчётные концерты, смотры художественной самодеятельности.*

- *Конкурсные занятия* проводятся с целью внесения в процесс обучения элементов соревнования.

- *Зачётные занятия* проводятся в целях самоконтроля и контроля.

- *Итоговое занятие* проводится с целью подведения итогов и обобщения изученного

1.12. Планируемые результаты освоения программы:

Предметные:

Дети имеют прочные знания о хореографическом искусстве.

У детей есть навык классического и народного танца, а также представление о современных тенденциях в танцевальном искусстве.

Обучить искусству постановки танца.

Метапредметные:

Дети имеют навык правильного и выразительного движения

У детей развита пластичность, стремление к самосовершенствованию и творческая воля, технические и художественно-исполнительские навыки.

Личностные:

У детей сформированы ценностные ориентации и отношения, сформирован дружный коллектив, сформировано эстетическое сознание и «внешняя культура».

В детях воспитаны духовно-нравственные ценности через приобщение их к культурному региональному наследию.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации.

2.1 Календарный учебный план-график

Календарный учебный план-график составляется в соответствии с содержанием, количеством часов и расписанием занятий не менее, чем за две недели до начала реализации программы (Приложение 1).

Дата начала обучения – 01.09.2023 г.

Дата окончания обучения – 24 .05.2024 г.

Количество учебных недель/ дней- 34 недели.

Сроки контрольных процедур – 23.05.2024 г.

2.2. Условия реализации программы

2.2.1. Требования к кадрам.

Кадровое обеспечение. Педагог дополнительного образования, имеющий высшее или среднее профессиональное образование, без предъявления требований к стажу педагогической работы. Данную программу реализует педагог дополнительного образования –Аристова Лариса Владимировна.

2.2.2 Требования к материально – технической базе

Помещение для занятий: репетиционный зал для занятий, соответствующий санитарно-гигиеническим нормам.

Для успешной реализации ДООП имеются:

- видеоматериалы (записи открытых уроков, концертов и конкурсов по хореографии);
- сценарии воспитательных мероприятий;
- разработки занятий;
- перечень контрольных упражнений;
- наглядные пособия: стенды; памятки

2.3. Формы аттестации

Внешняя система оценки

1. Ежегодно все обучающиеся участвуют в отчётном мероприятии объединения.

2. Лучшие из учащихся становятся участниками районных, зональных, областных, всероссийских и международных хореографических конкурсов, где их оценивает профессиональное жюри.

2.4 Диагностические материалы.

Цель диагностики: выявление уровня освоения программы ребенком.

Метод диагностики: наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий. При определении уровня развития ребенка, за основу взяты следующие программные задачи:

- Чувство музыкального ритма -

способность воспринимать и передавать разные ритмические рисунки, основными средствами выразительности изменять движения в соответствии с музыкальными фразами. Темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке. - Эмоциональная отзывчивость -

выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции.

- Танцевальное творчество -

Способность правильно и «музыкально» исполнять танцевальные движения, комбинации, умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные оригинальные «па».

Комплексная оценка:

1 - 1,7 низкий уровень. (Требуется корректирующая работа педагога)

1,8 – 2, 5 средний уровень .

2,6 – 3 высокий уровень.

Чувство музыкального ритма.	
Начало года	Конец года
1. <i>Хлопки под музыку.</i> 3 балла – самостоятельно выполняет хлопки под музыку. 2 балла – выполняет хлопки под музыку с небольшими неточностями. 1 балл – Хлопает под музыку с помощью педагога. 0 баллов – не может хлопать под музыку.	1. <i>Выделить хлопками сильные доли в музыке.</i> 3 балла – самостоятельно выделяет сильные доли в музыке. 2 балла – выделяет сильные доли в музыке с небольшими неточностями. 1 балл – выделяет сильные доли в музыке с помощью педагога. 0 баллов – не может выделить сильные доли в музыке.

<p>1. <i>Смена движений со сменой частей музыки.</i></p> <p>3 балла – самостоятельно меняет движение со сменой частей музыки.</p> <p>2 балла – меняет движение со сменой частей музыки с небольшими неточностями.</p> <p>1 балл – меняет движение со сменой частей музыки при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не слышит части музыки.</p>	<p>1. <i>Прохлопать ритмический рисунок под музыку.</i></p> <p>3 балла – самостоятельно выполняет хлопки под музыку.</p> <p>2 балла – выполняет хлопки под музыку с небольшими неточностями.</p> <p>1 балл – Хлопает под музыку с помощью педагога.</p> <p>0 баллов – не может хлопать под музыку.</p>
	<p>1. <i>При помощи движений выделить смену частей музыки.</i></p> <p>3 балла – самостоятельно меняет движение со сменой частей музыки.</p> <p>2 балла – меняет движение со сменой частей музыки с небольшими неточностями.</p> <p>1 балл – меняет движение со сменой частей музыки при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не слышит части музыки.</p>

Эмоциональная отзывчивость.	
Начало года	Конец года

<p>1. Упражнение «О чем рассказывает музыка».</p> <p>3 балла – выразительно передает заданные образы.</p> <p>2 балла – не очень выразительно передает заданные образы.</p> <p>1 балл – передает заданный образ при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может передать заданные образы.</p>	<p>1. Упражнение «Листок».</p> <p>3 балла – выразительно передает заданный образ.</p> <p>2 балла – не очень выразительно передает заданный образ.</p> <p>1 балл – передает заданный образ при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может передать заданный образ.</p>
<p>1. Упражнение «Птичий двор».</p> <p>3 балла – выразительно передает заданный образ.</p> <p>2 балла – не очень выразительно передает заданный образ.</p> <p>1 балл – передает заданный образ при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может передать заданный образ.</p>	<p>1. Упражнение «В гостях у сказки».</p> <p>3 балла – выразительно передает заданные образы.</p> <p>2 балла – не очень выразительно передает заданные образы.</p> <p>1 балл – передает заданный образ при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может передать заданные образы.</p>

Танцевальное творчество.	
Начало года.	Конец года.

<p><i>1. Повторить за педагогом танцевальные движения.</i></p> <p>3 балла – правильно и «музыкально» исполняет танцевальные движения.</p> <p>2 балла – «музыкально» исполняет танцевальные движения, допуская небольшие неточности.</p> <p>1 балл – исполняет танцевальные движения, допуская значительные неточности.</p> <p>0 баллов – не может выполнить танцевальные движения.</p>	<p><i>1. Исполнить танцевальную комбинацию.</i></p> <p>3 балла – правильно и «музыкально» исполняет танцевальную комбинацию.</p> <p>2 балла – «музыкально» исполняет танцевальную комбинацию, допуская небольшие неточности.</p> <p>1 балл – исполняет, танцевальную комбинацию при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может выполнить танцевальную комбинацию.</p>
	<p><i>1. Выбрать движения согласно музыкальному материалу.</i></p> <p>3 балла – правильно выбирает движения.</p> <p>2 балла – выбирает движения, допуская небольшие неточности.</p> <p>1 балл – выбирает движения при помощи педагога.</p> <p>0 баллов – не может выбрать движения.</p>
	<p><i>1. Придумать танцевальную комбинацию на заданную музыку.</i></p> <p>3 балла – легко придумывает комбинацию, не путает стили музыки.</p> <p>2 балла – придумывает комбинацию, но иногда требуется подсказка педагога.</p> <p>1 балл – затрудняется в придумывании танцевальной комбинации.</p> <p>0 баллов – не может придумать комбинацию.</p>

2.5. Принципы, методы, формы, технологии обучения, воспитания и развития обучающихся.

Принцип деятельности

На занятиях ребенок находится в процессе открытия новых знаний.

Принцип креативности

Педагог провоцирует и поощряет творческую активность детей.

Принцип непрерывности образования и воспитания

осуществление, как целостного, так и индивидуального подхода к воспитанию личности ребёнка;

Методы занятий:

Словесный (объяснение, рассказ)

Наглядность (личный показ педагога)

Практический (наглядная демонстрация формируемых навыков, выполнение движений).

Структура занятий

Подготовительная часть (разминка)

Основная часть (разучивание нового материала)

Заключительная часть (закрепление изученного материала)

Итогом занятий является танец. Танец, поставленный на основе выученных движений, помогает развить хореографические способности. Преодолевая технические трудности, дети приобретают свободу сценического поведения, проявляют свою индивидуальность.

2.6. Список литературы

2.6.1. Для педагога:

1. Барышникова, Г.А. Азбука хореографии. - М.: РОЛЬФ 2018.
- 2.«Ритмика и танец» Программа для отделений общеэстетического образования и хореографических отделений школ искусств./- Москва, 2018.
- 3.«Народно - сценический танец» Программа для хореографических отделений музыкальных школ и школ искусств.- Москва, 2021.
4. Власенко, Г.Я. Первая энциклопедия музыки. Танцы народов Поволжья г. Самара.- М.: Маха, 2019
5. Диниц, Е.В. Джазовые танцы. Киев: Сталкер, 2002.
6. Мавромати, Д.Г. Упражнения художественной гимнастики. - М.: Физкультура и спорт, 2019.
7. Театр - студия «Да» « Я вхожу в мир искусств». М., 2018.
8. «Хореографическая школа в системе дополнительного образования детей» Центр внешкольной работы Железнодорожного района г. Самары/ Самара, 2002 .

9. Потуданская О.В. Образные программы по эстетическому воспитанию детей. «Программа школы-студии эстрадного танца «Саманта». Новочеркасск. Ростовская область, 2021
 10. Каминская Н.В. Сюжетные танцы. М.: Искусство, 2022 .
 11. Бордовская Н.В., Реан А.А. Педагогика: Учеб. для вузов. - Сб. Питер, 2020.
 12. Харламов И.Ф. Педагогика: Учеб. Мн.: Университетское, 2000. MapT, 2020.
- 2.6.1. Для обучающихся:**
1. Барышникова Т. Азбука хореографии. – СПб: Просвещение, 2020.
 2. Бриске И.Э. Мир танца для детей. – Челябинск, 2019.
 3. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - Л.: Просвещение, 2019.
 4. Захаров В.М. Радуга русского танца. – М.: Вита, 2021
 5. Константинова Л.Э. Сюжетно-ролевые игры для дошкольников. – СПб: Просвещение, 2022.
 6. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие – М.: Владос, 2020.
 7. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка – Пресс, 2019.
 8. Уральская В.И. Рождение танца. – М.: Вартус, 1982.
 9. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе»: Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: «Детство - пресс», 2020.
 10. Белкина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет. – М.: Просвещение, 2021.

**Календарно – тематический план
(4ч. в неделю)**

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения по плану	Дата проведения по факту
1	Вводное занятие: знакомство с кружковцами. Ознакомление с правилами техники безопасности. Танцевальная разминка. Просмотр видео с танцами.	2	5.09.	
2	Вводная беседа о танце «Кто придумал первый танец?» Круг- символ солнца. Постановка корпуса. Позиции головы, корпуса. Упражнения для головы (повороты, наклоны). Упражнения для корпуса (наклоны вперед, назад, в сторону, круговые движения). Игры.	8	8.09.-19.09.	
3	Позиции ног. Упражнения для ног. Позы классического танца. Разучивание позиций ног: «бабочка»(1п.), «стрекоза»(2п.), «ёлочка»(3п.), «стрелочка»(4п.), «лодочка»(6п.). Игры.	2	26.09.	
4	Позиции рук. Разучивание позиций рук: «луна» (подг.п.), «кораблик»(1п.), «звездочка»(2п.), «солнце»(3п.).	2	29.09.	
5	Основные шаги танца. Разучивание видов шагов: спокойная ходьба, «топотушки», боковой приставной шаг, шаги с припаданием. Танцевальные элементы. Полуприседания и полное приседание.	6	3.10.-10.10.	
6	Танец «Маме». Позиции ног, рук. Танцевальные позы. Разучивание элементов танца. Положение корпуса и головы. Работа над техникой исполнения танцевальных движений. Постановка танца. Костюмы.	20	13.10.-14.11	
7	Танец «Стирка». Повторение	2	17.11	
	Русский народный танец.	24		
8	Русский народный танец. Прыжки на двух ногах: подскок на правой и левой ноге, прыжки с отбрасыванием ног назад и выбрасыванием ног вперед, подскоки, галоп. Игры.	4	21.11.-24.11.	
9	Танцевальные движения: пружинка, пружинка с поворотом, подскок с притопом на месте. Танцевальные движения: притоп - веселый каблучок, «ковырялочка» на прыжке.	2	28.11.	
10	Разучивание хлопков. Хлопки в парах. Прыжки с попеременным выбрасыванием ног вперед. Соединение прыжков и хлопков по одному и в парах. Игры.	4	1.12.-5.12.	
11	Танцевальные движения: притоп - веселый каблучок, «ковырялочка» на прыжке, «три притопа». Прыжки на двух ногах (совершенствование); ознакомление: боковой галоп лицом и спиной в круг по-одному и в парах.	4	9.12., 12.12.	

12	Ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Элементы русского танца	2	15.12.	
13	Дробные выстукивания. Вращения. Игры.	2	19.12.	
14	Прыжки на одной ноге: «часики», галоп вперед, простая моталочка. Танцевальные движения: «расчесочка», «ковырялочка» на прыжке, выбрасывание на подскоке носка, пятки, ковырялочка на подскоке.	2	22.12.	
15	Танцевальные движения: закрепление «пружинка», «пружинка» с поворотом, притоп – веселый каблучок, «ковырялочка» на прыжке.	2	27.12.	
16	Закрепление видов шагов и прыжков, приставной шаг с пружинкой, переменный шаг.	2	29.12.	
17	Танец «Солнышко». Позиции ног, рук. Танцевальные позы. Разучивание элементов танца. Положение корпуса и головы. Работа над техникой исполнения танцевальных движений. Постановка танца. Костюмы.	12	09.01.- 30.01.	
18	Танец «Музыкальный». Осн. Шаги. Шассе-проход. Поворот под рукой. Повороты в теньевую позицию и обратно. Раскручивание и закручивание по руке. Выход в позицию л.к л.	12	02.02.- 20.02.	
19	Полька. Галоп, хлопушки по одному и в парах. Каблучные. «Раскрылись-закрылись». Три шага – галоп, точка. Два шага – разошлись, сошлись, вправо, влево. Повороты на подскоках. Поворот в паре и по одному.	12	27.02.- 16.03.	
20	Вальс. Балансе. Перемена по одному и в паре. Правый и левый повороты. Спин-поворот. Каблучный поворот. Повороты под рукой.	10	20.03.- 10.04.	
21	Танец с цветами.	14	13.04.- 04.05.	
22	Танец с шарами	14	08.05.– 24.05.	
23	Выступление.	4	Октябрь, ноябрь, март, апрель.	
	Итого	144		