

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Гимназия № 2 г. Черняховска Калининградской области»**

Принята на заседании
НМС МАОУ «Гимназия № 2
г. Черняховска»
Протокол № 1
от «30» августа 2024 г.

Утверждаю
Директор
МАОУ «Гимназия № 2 г. Черняховска»

А.Д. Ясюченя
«30» июня 2024 г.
Пр. № 137- ОД от 30.08.2024 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно – спортивной направленности
«Настольный теннис».
Спортивная секция «Резвый мяч»**

Возраст обучающихся: 12-17 лет
Срок реализации: 1 год

Автор - составитель:
Кистанов Константин Юрьевич
учитель физической культуры

г. Черняховск, 2024 г.

Пояснительная записка.

Направленность (профиль) программы дополнительного образования физкультурно – спортивной направленности «Настольный теннис».

Адресат программы

Программа рассчитана на обучение и спортивное развитие подростков от 12 до 16 лет.

Объем и срок освоения программы

Срок освоения программы – 1 год. На полное освоение программы требуется 180 часов.

Формы обучения

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса

Набор обучающихся в группы – свободный: могут заниматься все, кто проявляет желание и интерес, однако, для занятий необходим допуск врача.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов в год – 180 часов. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут. Недельная нагрузка на группу: 5 часов Занятия проводятся 3 раза в неделю.

Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность.

Во всех общеобразовательных учреждениях страны спортивные игры включены в учебные программы по физической культуре. Однако, уроков (2 раза в неделю по 45 минут, где изучают спортивную игру только 8-10 часов) недостаточно для того, чтобы удовлетворить потребности в игре настольный теннис наиболее заинтересованных учащихся и достичь достаточно высокого уровня игры.

Кроме того, сложились определенные спортивные традиции участия гимназии в соревнованиях по настольному теннису различного уровня: организуется внутришкольное первенство по теннису, муниципальные, зональные, региональные состязания, проводятся спортивные праздники.. Для того, чтобы сохранять все эти традиции и обеспечивать достаточно высокий уровень организации и выступлений, необходимо дать возможность наиболее способным и заинтересованным обучающимся развивать и совершенствовать полученные навыки игры и умения, расширять опыт и знания. Все это возможно при наличии организованных занятий в системе дополнительного образования.

Замечено также, что учащиеся, занимающиеся в спортивных секциях, являются образцом для подражания для сверстников и верными помощниками для учителя, что улучшает учебный процесс по предмету «Физическая культура» в школе в целом.

Цель реализации программы «Настольный теннис»: привлечение школьников к дополнительным занятиям физической культурой и спортом,

содействие всестороннему развитию личности школьника посредством дополнительных внеурочных занятий волейболом, а также организация совместных действий учителей физической культуры, классных руководителей и родителей учащихся.

Достижение цели физического воспитания обеспечивается решением следующих основных задач, направленных на:

- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
- приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности;
- воспитание у школьников общественной активности и трудолюбия;
- развитие творческой инициативы, самостоятельности и организаторских способностей.
- поэтапное обучение техническим приемам игры и тактическим действиям, постепенный переход к их совершенствованию на базе роста физических и психических возможностей учащихся;
- повышение игровой культуры на основе изучения правил игры в настольный теннис и игрового опыта
- обучение практическим навыкам организации и судейства соревнований по настольному теннису;
- развитие игрового мышления на основе расширения вариативности игровых приемов, взаимодействия партнеров;
- развитие физических способностей обучающихся
- воспитание игровой дисциплины, самостоятельности, ответственности и инициативности в выборе и принятии решений;
- формирование потребности в регулярных занятиях спортом, навыков самоконтроля, гигиенических навыков, воспитание трудолюбия, выдержки.
- Воспитание волевых качеств.

Отличительными особенностями настольного тенниса являются игровые и соревновательные действия.

Соревновательное противостояние теннисистов происходит в пределах установленных правил посредством присущих только настольному теннису соревновательных действий — приемов игры (техники).

При этом обязательным является наличие соперника. В настольном теннисе цель каждого фрагмента состязания состоит в том, чтобы доставить предмет состязания (мяч) в определенное место стола соперника и не допустить этого в

отношении себя. Это определяет единицу состязания — блок действий типа «защита — нападение», который включает также действия по разведке, дезинформации, конспирации и т.п.

В настольном теннисе, не как в командной спортивной игре выигрывает и проигрывает команда в целом, а отдельные спортсмены.

Важная особенность состоит в большом количестве соревновательных действий — приемов игры. Необходимость выполнять эти приемы многократно в процессе соревновательной деятельности (в одной встрече, серии встреч) для достижения спортивного результата (выигрыша встречи, соревнования) обуславливает требование надежности, стабильности навыков и т.д. В настольном теннисе, например, каждая ошибка отражается на результате (выигрыш или проигрыш очка).

Ценностные ориентиры содержания предмета

Решая задачи физического воспитания, учителю необходимо ориентировать свою деятельность на такие важные компоненты, как воспитание ценностных ориентаций на физическое и духовное совершенствование личности, формирование у учащихся потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств, формирование гуманистических отношений, приобретение опыта общения. Школьников необходимо учить способам творческого применения полученных знаний, умений и навыков для поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности, состояния здоровья, самостоятельных занятий.

Настольный теннис — один из наиболее увлекательных и массовых видов спорта, получивших всенародное признание. Его отличает богатое и разнообразное двигательное содержание. Чтобы играть в настольный теннис, необходимо уметь быстро бегать, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать силой, ловкостью и выносливостью. Эмоциональные напряжения, испытываемые во время игры, вызывают в организме занимающихся высокие сдвиги в деятельности сердечно - сосудистой и дыхательной систем. Качественные изменения происходят и в двигательном аппарате.

Постоянные взаимодействия с мячом способствуют улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве.

Игра в настольный теннис развивает также мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, повышает мышечное чувство и способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышц. Небольшой объем статических усилий и нагрузок в игре благотворно влияет на рост юных спортсменов.

Программа включает в себя теоретическую и практическую часть. В теоретической части рассматриваются вопросы техники и тактики игры. В практической части углублено изучаются технические приемы и тактические комбинации. В занятиях с обучающимися целесообразно акцентировать внимание на комбинированные упражнения, технику передач и учебно-тренировочные игры, поэтому на эти разделы программы отводится большее количество часов.

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных занятий 45 минут в неделю.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия – семинары по судейству, где подробно развивается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям волейболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательные методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально-подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения:

- индивидуальная;
- фронтальная;
- групповая;
- поточная.

Программа составлена так, что каждый год, изучая одни и те же темы в объединениях разновозрастных групп обучающихся, происходит углубление теоретических знаний, отработка спортивных навыков.

Планируемые результаты освоения программы

В ходе освоения программы по настольному теннису обучающиеся должны

Знать:

- роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек;
- основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;
- способы закаливания организма и основные приемы самомассажа;

Уметь:

- составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;
- выполнять технические действия по настольному теннису;
- выполнять комплексы упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;
- осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимами физической нагрузки;
- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений;

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения и коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений; включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.

В результате освоения дополнительной образовательной программы по настольному теннису обучающиеся должны достигнуть предусмотренного образовательным минимумом уровня развития физической культуры

Оценка достижений результатов освоения программы осуществляется в течение всего учебного года через:

- участие во внутришкольных соревнованиях, круговых турниров
- участие в товарищеских встречах с теннисистами и других школ
- участие в соревнованиях «Резвый мяч»
- сдача норм комплекса ГТО
- Участие в спортивных праздниках

Организационно – педагогические условия реализации программы

Образовательный процесс освоения дополнительной общеобразовательной программы «Настольный теннис» осуществляется на основе учебного плана, рабочей программы и регламентируется расписанием занятий. В качестве нормативно – правовых оснований проектирования данной программы выступает Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ», Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,

Методические рекомендации МО и НРФ по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) от 18.11.2015 г.(№09-3242), Устав МАОУ «Гимназия №2 г. Черняховска», правила внутреннего распорядка обучающихся гимназии, локальные акты гимназии. Указанные нормативные основания позволили разработать программу с учётом интересов и возможностей обучающихся.

Учебный план 1 год обучения

Наименование разделов и тем	Всего часов	В том числе	
		теоретических	практических
Раздел 1. Теоретический	2	2	
Тема 1. Краткий обзор развития настольного тенниса в России. Оборудование и инвентарь. Гигиена и врачебный контроль. Меры безопасности.	1	1	
Тема 2. Правила игры в настольный теннис.	1	1	
Раздел 2: Практический			
Тема 3. Общая и специальная подготовка	178		178
Занятие 1. Общеразвивающие упражнения без предметов	13		13
Занятие 2. Общеразвивающие упражнения с предметами	13		13
Занятие 3. Легкоатлетические упражнения	10		10
Занятие 4. Специальные упражнения	16		16
Тема 4. Основы техники и тактики игры	117		117
Занятие 1. Понятие техники игры.	5		5
Занятие 2. Виды ударов (промежуточные, атакующие, защитные).	21		21
Занятие 3. Взаимосвязь техники и тактики игры.	13		13
Занятие 4. Техника и тактика парных встреч.	13		13
Занятие 5. Специальная гимнастика для пальцев	11		11
Занятие 6. Ознакомление с основными видами вращения мяча. Поддачи.	15		15
Занятие 7. Ознакомление с основными видами вращения мяча. Удары.	13		13
Занятие 8. Ознакомление с основными видами вращения мяча. Сочетание ударов.	13		13
Занятие 9. Игры на счет (тренировочные)	13		13
Тема 5. Контрольные игры. Посещение соревнований	9		9
Всего часов	180	2	180

Содержание программы:

Краткий обзор развития настольного тенниса в России. Оборудование и инвентарь.

Появление игры в стране, ее распространение, техника, тактика, особенности инвентаря. Проведение первых международных соревнований и участие в них российских спортсменов. Особенности современной игры.

Гигиена и врачебный контроль. Меры безопасности.

Режим дня. Режим питания и питьевой режим. Гигиена сна. Уход за кожей, волосами и ногтями. Гигиена полости рта. Уход за ногами. Гигиеническое значение водных процедур. Использование естественных факторов природы для закаливания организма. Гигиена мест занятий. Временные ограничения и противопоказания к занятиям физической культурой и спортом. Значение врачебного контроля и самоконтроля. Объективные данные самоконтроля: вес, спирометрия, потоотделение, пульс, кровяное давление. Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение. Понятие о травмах. Причины травм и их профилактика на занятиях настольным теннисом. Меры безопасности на занятиях по настольному теннису.

Правила игры в настольный теннис.

Разметка стола. Количество игроков. Поддача мяча. Сетка. Ведение счета.

Общая и специальная физическая подготовка.

Общеразвивающие упражнения без предметов.

Особенности выполнения физических упражнений, их последовательность, периоды отдыха, интенсивность, значение многократного повторения каждого упражнения.

Практические занятия. Строевые упражнения. Повороты на месте и в движении, перестроения на месте в движении. Размыкание и смыкание строя, перемена направления движения.

Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Одновременные, попеременные и последовательные движения в плечевых, локтевых и лучезапястных суставах (сгибание и разгибание, отведение, повороты, маховые и круговые движения), сгибание рук в упоре лежа.

Упражнения для мышц туловища. Наклоны вперед и назад, в стороны с различными положениями и движениями рук,

Упражнения для мышц ног. Движение прямой и согнутой ноги, приседания на двух и на одной ноге, маховые движения, выпады с дополнительными пружинящими движениями, прыжки на двух и одной ноге на месте и в движении, комбинации вольных упражнений на 8:64 тактов. Ходьба и бег: ходьба в различном темпе, ходьба на носках, на пятках, скрестным шагом, высоко поднимая колени, выпадами, приставными шагами; бег с изменением направления и скорости, бег, высоко поднимая колени, бросание и ловля различных мячей во время бега.

Общеразвивающие упражнения с предметами.

Скакалка: прыжки с. вращением скакалки вперед и назад, на двух и одной ноге, с ноги на ногу, прыжки с поворотами, прыжки в полуприседе и в приседе, бег, перепрыгивая через скакалку. Гимнастическая палка: наклоны и повороты туловища, маховые и круговые движения рук, переворачивание, выкручивание и вкручивание палки, прыжки через палку, подбрасывание и ловля палок, Теннисный

мяч: броски и ловля одной и двумя руками из положения стоя, сидя, лежа, ловля мяча, отскочившего от стенки, перебрасывание мяча на ходу и на бегу, метание в цель и на дальность, жонглирование. Набивной мяч (1-2 кг): броски вверх и ловля с поворотами и приседаниями, перебрасывание по кругу и в разных направлениях различными способами. Упражнения с гантелями (1-2 кг) для различных групп мышц плечевого пояса и рук.

Игры с мячом, с бегом, с прыжками, с метанием, игры на внимание и быстроту реакции, игры на местности, эстафеты, встречные и круговые. Акробатические упражнения Кувырки вперед, назад, стойка на лопатках, “мост” из положения лежа на спине, из положения стоя с опусканием назад.

Легкоатлетические упражнения.

Бег с ускорением 30-60 м, эстафеты встречные и круговые с этапами по 10 м, пробегание дистанции до 500 м, прыжок в высоту с места и с разбега, прыжок в длину с места, прыжок в длину с разбега, прыжок в длину правым и левым боком, прыжки с двух ног через гимнастическую скамейку.

Специальные упражнения.

Имитационные передвижения, прыжки, шаги и выпады по сигналу. Приседание на одной и двух ногах с прыжками из приседа по сигналу.

Упражнения с ракеткой, с утяжеленной ракеткой. Вращательные движения кистью, рисование кругов и восьмерок. Подбивание мяча различными сторонами на месте и во время ходьбы. Удары слева и справа у тренировочной стенки. Имитационные удары ракеткой по одновесному мячу слева и справа. Упражнения с ракеткой у зеркала - имитация ударов слева и справа в быстром темпе. Различные виды жонглирования теннисным мячом одной и двумя руками. Игра с партнером двумя мячами на столе. Игра двумя ракетками поочередно. Игра в «крутиловку». Игра одного против двоих и троих. Эстафетный бег с ведением мяча ударами ракеткой вверх. Специальные упражнения для пальцев. Эстафеты с элементами настольного тенниса.

Основы техники и тактики игры.

Понятие техники игры.

Значение технической подготовки для достижения высоких спортивных результатов. Основные технические приемы игры. Способы хвата ракетки. Основная стойка и позиция.

Виды ударов (промежуточные, атакующие, защитные).

Разновидности ударов: по назначению, направлению вращений мяча, силе удара, траектории полета мяча, времени выполнения удара. Подача в настольном теннисе, с верхним, нижним, смешанным вращением, “двойники”.

Взаимосвязь техники и тактики игры.

Тактика одиночных встреч. Планирование тактических действий. Применение различных тактических приемов против теннисистов разных стилей игры и характеров. Выбор позиции. Выбор темпа игры. Использование тех или иных ударов в зависимости от техники игры противника.

Техника и тактика парных встреч.

Особенности техники игроков при парных встречах, умение применять разнообразные технические приемы, передвижение у стола при парных встречах. Значение начальной расстановки игроков. Особенности тактических приемов в парных играх. Согласованность действий партнеров при проведении всех применяемых приемов. Тактика игроков в смешанных парных играх. Важность подбора партнеров для парных игр.

Специальная гимнастика для пальцев: сжимание и разжимание пальцев, охватывающих ручку ракетки для приобретения привычки расслаблять руку и контролировать правильность хвата.

Основная исходная стойка и выпады для ударов справа и слева. Групповое изучение слева и справа в шеренге без ракетки и с ракеткой. Различные виды жонглирования мячами. Игра с мячом у стены.

Ознакомление с основными видами вращения мяча.

Подачи: толчком слева без вращения мяча; ударом справа без вращения мяча, ударом слева с вращением мяча вверх, справа с вращением мяча вверх, ударом слева «подрезкой», мяча вниз, справа «подрезкой» мяча вниз.

Удары: толчок тыльной стороной ракетки по прямой без вращения мяча, прием подачи «подставками», слева без вращения мяча, «накат» слева против «подставки» без вращения мяча, то же против несильной «подрезки» с вращением мяча вниз, «накат» справа против «подставки» без вращения мяча, то же против несильной «подрезки» с вращением мяча вниз, «накат» слева против несильного «наката», с вращением мяча вверх, то же справа.

Сочетание ударов: удары «накат» слева и справа поочередно против «подставки» без вращения мяча, затем против «подрезки», с вращением мяча вниз, удары «накат» слева и справа против контратак с вращением мяча вверх.

Игры на счет (тренировочные) - нападение против защиты «подставками», «подрезками» и против контр нападения, парные между мальчиками и девочками и смешанные пары, в «крутиловку» один против двух, один против пяти, контрольное соревнование. Практическое изучение основ тактики нападения и защиты в одиночных играх.

Организационно – педагогические условия реализации программы

В рамках содержания первого раздела занимающиеся получают теоретические знания о технике и тактике игры в настольный теннис. Знакомятся с гигиеническими требованиями к местам занятий и инвентарем, спортивной одежде и обуви. В ходе бесед и лекции занимающейся знакомятся с основными правилами игры в настольный теннис. Изучая наглядные пособия, дополнительную литературу, учащийся получают представления о судействе игры, о жестах судей. На занятиях используется беседа с занимающимися, рассказ преподавателя, работа дополнительной литературой.

При изучении 2 раздела программы «Технические и тактические приемы» применяются как общеобразовательные методы, так и специфические, основанные на активной двигательной деятельности: метод регламентированного упражнения,

игровой и соревновательный методы, словесные и сенсорные методы, а также различные средства: подготовительные упражнения, подвижные спортивные игры, игровые упражнения, учебные игры, соревнования. При занятии с учащимися данной возрастной группы большое значение имеет наглядность в обучении. Поэтому при изучении техники выполнения отдельных элементов необходимо использовать рассказ-показ, демонстрацию таблиц и рисунков изучаемого двигательного действия.

Закрепление правильных способов выполнения изученных движений до стадии навыка, их дальнейшее совершенствование проводится посредством самостоятельных упражнений занимающихся. Основные методы: игровой, соревновательный. Максимальный эффект обеспечивается лишь при оптимальном сочетании различных средств и методов, выбранных с учетом особенностей спортивной специализации.

Для реализации программы необходимо наличие спортивного зала с теннисными столами.

Материально-техническое обеспечение:

- Спортивный зал;
- Теннисные мячи – 100 шт;
- Набивные мячи -10 шт;
- Скакалки – 20 шт;
- Теннисные столы 4 шт;
- Таблицы «Техника основных элементов игры в настольном теннисе».

Кадровое обеспечение:

Руководитель секции – преподаватель физической культуры (имеющий педагогическое образование соответствующего профиля без предъявления требований к стажу работы)

Информационное обеспечение программы, ресурсы сети Интернет:

- <https://ttfr.ru/>
- <https://infourok.ru/rabochaya-programma-i-tematicheskoe-planirovanie-nastolnyj-tennis-5809783.html>
- <https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2014/08/04/rabochaya-programma-po-kruzhku-nastolnyy-tennis>
- <https://nsportal.ru/shkola/vneklassnaya-rabota/library/2021/12/08/programma-kruzhka-nastolnyy-tennis>

Список литературы:

Нормативные правовые акты:

1. Федеральный Закон «Об Образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. № 273-ФЗ
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599

3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597
4. Распоряжение Правительства РФ от 30 декабря 2012г. №2620-р
5. Проект межведомственной программы развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года
6. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г. №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»

Для преподавателя:

1. Г.П. Богданов. Уроки физической культуры IV-VI классов: Пособие для учителей. Москва «Просвещение», 2008 г.
2. Э. Найминова. Спортивные игры на уроках физкультуры. Книга для учителя. – Ростов-н/Д: «Феникс», 2007 г.
3. Л.П. Матвеев. Теория и методика физической культуры: учебник для институтов физ. культуры. – Москва, «Физкультура и спорт» 2005 год.
4. В.И. Лях. Координационные способности школьников. – Минск, «Полымя», 2006 г.
5. Научно-методический журнал «Физическая культура в школе» №2, 2008 г
6. Научно-методический журнал «Физическая культура в школе» №5, 2008

Для обучающихся и родителей:

- Научно-методический журнал «Физическая культура в школе» №1, 2008 г.
- Научно-методический журнал «Физическая культура в школе» №2, 2008 г.
- Научно-методический журнал «Физическая культура в школе» №5, 2008 г.