


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования и науки Ханты-Мансийского автономного
округа-Югры

Администрация города Пыть-Ях

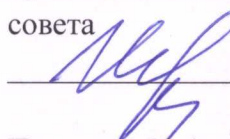
МБОУ СОШ №5

РАССМОТРЕНО
руководитель МО

 И.А.Ахметьянов

Протокол №1
от "26" 08 2024 г.

СОГЛАСОВАНО
председатель методического
совета

 И.В.Ильиных

Протокол № 1
от "26" 08 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
директор МБОУ СОШ №5

 Е.В.Хахулина

Приказ № 360 - О
от "27" 08 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

«Подготовка к ГТО» 8 класс

Составитель: учитель физической культуры

Голубь Дмитрий Леонидович

г. Пыть-Ях, 2024 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В Федеральном законе «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007 г. № 329–ФЗ отмечено, что организация физического воспитания и образования в образовательных учреждениях включает в себя проведение обязательных занятий по физической культуре в пределах основных образовательных программ в объёме, установленном государственными образовательными стандартами, а также дополнительных (факультативных) занятий физическими упражнениями и спортом в пределах дополнительных образовательных программ. 24 марта 2014 года президент РФ Владимир Владимирович Путин подписал Указ «О всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Данная программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом на основе программы «Внеурочная деятельность Подготовка к сдаче комплекса ГТО», авторы: В.С Кузнецов; Г.А Колодницкий и Положением «О всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Планируемые результаты:

Личностные результаты отражаются в готовности обучающихся к саморазвитию индивидуальных свойств личности, которые приобретаются в процессе подготовка к сдаче нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Они включают в себя основы гражданской идентичности, сформированную мотивацию к обучению и познанию в сфере физической культуры, умения использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Метапредметные результаты отражаются в умении самостоятельно определять цели и задачи своего обучения и подготовки к сдаче нормативов, планировать пути достижения целей, соотносить свои действия с планируемыми результатами, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности, работать индивидуально и в группе, разрешать конфликты.

Предметные результаты отражаются в понимании роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, в приобретении опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга.

Образовательный процесс по физической культуре направлен на решение следующих задач:

*содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;

- *обучение основам базовых видов двигательных действий;
- *дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- *формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- *выработку представлений о физической культуре личности и приёмах самоконтроля;
- *углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- *воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
- *выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
- *формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- *воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
- *содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

Принимая главную цель развития отечественной системы школьного образования и необходимость решения вышеназванных задач образования учащихся в области физической культуры, основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы были следующие: демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, деятельностный подход, интенсификация и оптимизация, расширение межпредметных связей.

Принцип демократизации в педагогическом процессе выражается в обеспечении всем и каждому ученику одинакового доступа к основам физической культуры, максимальном раскрытии способностей детей, построении преподавания на основе использования широких и гибких методов и средств обучения для развития детей с разным уровнем их двигательных и психических способностей, изменении сути педагогических отношений, переходе от подчинения к сотрудничеству.

Принцип гуманизации педагогического процесса заключается в учёте индивидуальных способностей личности каждого ребёнка и педагога. Он строится в соответствии с личным опытом и уровнем достижений школьников, их интересами и склонностями. Учителя обязаны предоставлять детям разноуровневый по сложности и субъективной трудности усвоения материал программы.

Деятельный подход заключается в ориентировании ученика не только на усвоение готовых знаний и умений, но и на овладение способами физкультурно-

оздоровительной и спортивной деятельности, на развитие познавательных сил и творческого потенциала ребёнка. Это отход от вербальных методов и форм передачи готовой информации, пассивности учащихся на занятиях к активному усвоению знаний, умений и навыков, реализуемых в разнообразных видах физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

Интенсификация и оптимизация состоит в повышении целенаправленности обучения и усилении мотивации занятий физической культурой и спортом, применении активных и творческих методов и форм обучения; в развитии навыков учебного труда; широком использовании компьютеров и других новых технических средств.

Задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннего раскрытия взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов в сфере физической культуры учитель реализует на основе расширения межпредметных связей из области разных предметов.

В основе «игровой рационализации» ГТО – игровой метод, как наиболее привлекательный и естественный для детей и подростков, который в непринужденной форме повышает физическую подготовленность школьников и который оказывает значительное влияние на их личностное развитие и социализацию. Это соответствует требованиям федеральных государственных образовательных стандартов, в которых личностные результаты образования, обучения и воспитания ставятся на первое место,

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/ п	Наименование разделов, блоков, тем	Количество часов			Характеристика деятельности обучающихся
		Все го час ов	план	факт	
	8 класс	34			

1	<p>Основы знаний.</p> <p>1. Техника безопасности на занятиях. 3</p> <p>2. Комплекс ГТО в общеобразовательной организации. 1</p> <p>3. Физическая подготовка – основа успешного выполнения нормативов комплекса ГТО. 1</p>			<p>Коммуникативные:обмениваться знаниями между одноклассниками для принятия эффективных совместных решений;</p> <p>Регулятивные:формировать постановку учебной задачи;</p> <p>Познавательные:читать простое схематическое изображение упражнения и различать условные обозначения;</p> <p>Личностные: формировать способность к самооценке на основе критериев успешности учебной и физкультурной деятельности посредством определения уровня развития физических качеств;</p>
---	---	--	--	--

2	<p>Двигательные умения и навыки. Развитие двигательных способностей.</p> <p>4.Бег на 60 м. 2</p> <p>5. Бег на 2(3) км. 2</p> <p>6. Подтягивание в висе на высокой перекладине (мальчики). 2</p> <p>7.Подтягивание в висе лёжа на низкой перекладине (девочки). 2</p> <p>8.Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (девочки). 1</p> <p>9.Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на полу. 2</p> <p>10. Прыжок в длину с разбега 2</p> <p>11. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. 1</p> <p>12.Поднимание туловища из положения лёжа на спине за 1 мин. 2</p> <p>13. Метание мяча 150 гр. На дальность 2</p> <p>14.Стрельба из пневматической винтовки. 2</p> <p>15.Туристический поход или проверка туристических навыков в игре «Зарница». 1 7</p> <p>16. Подвижные игры и эстафеты на развитие выносливости, для развития мышц рук, брюшного пресса, спины,</p>	28			<p>Коммуникативные:обмениваться знаниями между одноклассниками для принятия эффективных совместных решений;</p> <p>Регулятивные:формировать постановку учебной задачи;</p> <p>Познавательные:читать простое схематическое изображение упражнения и различать условные обозначения;</p> <p>Личностные: формировать способность к самооценке на основе критериев успешности учебной и физической деятельности посредством определения уровня развития физических качеств;</p>
---	---	----	--	--	---

3	<p>ног,развития скоростно-силовых качеств, на развитие быстроты, гибкости, на развитие скоростно-силовых, соревновательные подвижные игры.</p> <p>Спортивные мероприятия</p> <p>16.«Сильные, смелые, ловкие, умелые».</p> <p>17. «А ну-ка мальчики!», « А ну-ка девочки!».</p> <p>18. Общешкольные лично-командные соревнования по стрельбе, посвященные Дню защитника Отечества, Дню Победы.</p> <p>« Мы готовы к ГТО».</p>	3			<p>Коммуникативные:обмениваться знаниями между одноклассниками для принятия эффективных совместных решений;</p> <p>Регулятивные:формировать постановку учебной задачи;</p> <p>Познавательные:читать простое схематическое изображение упражнения и различать условные обозначения;</p> <p>Личностные: формировать способность к самооценке на основе критериев успешности учебной и физкультурной деятельности посредством определения уровня развития физических качеств;</p>
---	---	---	--	--	--

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

8 класса

«Подготовка к ГТО»

№ урока	Тематика занятия		Кол-во часов	Результаты освоения учебного материала (в соответствии с ФГОС)	Освоение предметных знаний (базовые понятия)	Дата проведения	
						планируемая	фактическая
1		ТБ на занятиях. Знания о ГТО. Тестирование: прыжок в длину с места. П/игры.	1	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.	Уметь выполнять прыжок в длину с места.		
2		Комплекс ГТО в общеобразовательной организации. Техника прыжков в длину с разбега. П/игры с прыжками.	1	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия	Уметь выполнять прыжок в длину с разбега.		
				партнеров. <i>Познавательные:</i> выполнять прыжок в длину с разбега.			
3		Физическая подготовка – основа успешного выполнения	1	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга.	Уметь пробегать с максимальной скоростью 60 и 100м.		

		<p>нормативов комплекса ГТО.</p> <p>Тестирование: Бег 60 и 100м. Встречная эстафета.</p>		<p><i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> правильно выполнять прыжок в длину с разбега.</p>			
4		<p>ГТО.</p> <p>Совершенствование техники метания мяча 150 гр. на дальность.</p>	1	<p><i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.</p> <p><i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> правильно выполнять легкоатлетические метания</p> <p>Уметь метать из разных положений на дальность</p>	<p>Совершенствование техники мяча 150 гр. на дальность</p> <p>Спортивные игры по выбору детей</p>		
5		<p>ГТО. Проверка навыка выполнения метания мяча 150 гр. на дальность</p>	1	<p><i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><i>Познавательные:</i> проходить тестирование.</p>	<p>Проверка техники метания мяча на дальность</p>		

6		ГТО. Развитие выносливости. Спортивные игры.	1	<p><i>Коммуникативные:</i> достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p><i>Познавательные:</i> техника выполнения упражнений на развитие выносливости</p>	Уметь правильно бегать в равномерном темпе		
7		ГТО. Тестирование: 2000м. Спортивные игры.	1	<p><i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.</p> <p><i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, самостоятельно формировать познавательные цели.</p> <p><i>Познавательные:</i> проходить тестирование.</p>	Уметь пробегать кроссовую дистанцию 2000м., Знать правила проведения соревнований.		
8		ГТО. Кроссовый бег. Подвижные игры.	1	<p><i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять требования и нормы</p>	Уметь бегать кроссовую дистанцию 3 км.		

				Всероссийского комплекса ГТО			
9		ГТО. Кроссовый бег. Подвижные игры.	1	<p><i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять требования и нормы Всероссийского комплекса ГТО</p>	Уметь бегать кроссовую дистанцию 3 км.		
10		ГТО. Бег на 1500. Игра «Футбол»; «Волейбол».	1	<p><i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять требования и нормы Всероссийского комплекса ГТО</p>	Уметь бегать дистанцию 1500 м.		

11		ГТО. Развитие силовых качеств. Перетягивание каната.	1	<p><i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе.</p> <p><i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять висы и лазание, играть в подвижные игры и эстафеты на развитие двигательных качеств и закрепление технических элементов</p>	Уметь выполнять висы и упоры, подтягивания в висах. Перетягивание каната.		
12		ГТО. Тестирование: Поднимание туловища из положения лежа за 30 сек.	1	<p><i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p><i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><i>Познавательные:</i> проходить тестирование</p>	Уметь выполнять на результат поднимание туловища из положения лежа за 30 сек и тест на гибкость		
13		ГТО Подтягивания и отжимания.	1	<p><i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения.</p>	Уметь выполнять силовые упражнения (подтягивания и отжимания)		

		Наклон вперед из положения стоя.		<p><i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять требования и нормы Всероссийского комплекса ГТО</p>			
14		ГТО. Броски набивного мяча. Подвижные игры.	1	<p><i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p><i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку, исправлять ее, сохранять цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> бросать набивной мяч от груди и способом «снизу» и из-за головы, играть в подвижную игру «Точно в цель»</p>	Знать, как выполняются броски набивного мяча правой и левой рукой, из-за головы, правила подвижной игры «Точно в цель»		
15		ГТО. Развитие силовых качеств. Подвижные игры для развития мышц рук.	1	<p><i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p><i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку, исправлять ее, сохранять цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> бросать набивной мяч от груди и способом «снизу» и из-за головы, играть в подвижную</p>	Знать, как выполняются броски набивного мяча правой и левой рукой, из-за головы, правила подвижной игры «Точно в цель»		

				игру «Точно в цель»			
16		ГТО. Совершенствование техники прыжков в высоту с разбега	1	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> выполнять легкоатлетические прыжки	Совершенствовать технику прыжков в высоту.		
17		ГТО. Проверка навыка выполнения прыжков в высоту.	1	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, самостоятельно формировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование.	Уметь правильно выполнять прыжки на результат		
18		Тестирование – прыжок в высоту с разбега «Перешагивание м»	1	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование	Уметь метать из разных положений на дальность. Знать правила соревнований. В прыжках. Уметь выполнять прыжок в длину с разбега		

19		ГТО. Подтягивания и отжимания. Подвижные игры.	1	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять требования и нормы Всероссийского комплекса ГТО	Уметь выполнять силовые упражнения (подтягивания и отжимания)		
20		ГТО. Наклон вперед из положения стоя	1	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять требования и нормы Всероссийского комплекса ГТО	Уметь выполнять упражнения на гибкость		
21		Опорный прыжок развитие прыгучести. Эстафеты.	1	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i>	Уметь лазать по канату в три приёма, выполнять опорный прыжок		

				<p>осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные:</i> техника выполнения опорных прыжков</p>			
22		Опорный прыжок и развитие гибкости. Игры с прыжками.	1	<p><i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.</p> <p><i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><i>Познавательные:</i> техника выполнения опорных прыжков</p>	<p>Уметь выполнять опорный прыжок.</p> <p>Знать историю Олимпийских игр</p>		
23		Спортивное мероприятие «А ну-ка мальчики!»	1	<p><i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять двигательные умения и навыки в соревнованиях.</p>	<p>Владеть двигательными умениями и навыками в соревновательной деятельности.</p>		
24		ГТО . Висы и развитие координации.	1	<p><i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать</p>	<p>Уметь выполнять висы и упоры, Лазать по</p>		

				<p>продуктивной кооперации, работать в группе.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><i>Познавательные:</i> техника выполнения висов</p>	гимнастической стенке, по канату		
25		ГТО. Высокий старт и стартовый разгон. СБУ. Эстафеты.	1	<p><i>Коммуникативные:</i> работать в группе, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию.</p> <p><i>Познавательные:</i> иметь представление о особенностях бега на короткие дистанции, выполнять высокий старт</p>	Уметь пробегать с максимальной скоростью до 15 метров		
26		Спортивное мероприятие «А ну-ка девочки!»	1	<p><i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><i>Познавательные:</i> Владеть двигательными умениями и навыками в</p>	Владеть двигательными умениями и навыками в соревновательной деятельности.		

				соревнованиях.			
27		ГТО. Техника прыжков в длину с разбега. Подвижные игры на развитие скоростно-силовых качеств.	1	<p><i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять прыжок в длину с разбега.</p>	Уметь выполнять прыжок в длину с разбега.		
28		ГТО. Совершенствование техники метания мяча весом 150 гр. На дальность.	1	<p><i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.</p> <p><i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> правильно выполнять легкоатлетические метания</p> <p>Уметь метать из разных положений на дальность</p>	Совершенствование техники метания мяча на дальность Спортивные игры по выбору детей		
29		Проверка туристических навыков в игре «Зарница».	1	<p><i>Коммуникативные:</i> работать в группе, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осуществлять действия по образцу и</p>	Уметь устанавливать палатку, определять азимут на предмет, вязать узлы, преодолевать кочки, выполнять переноску пострадавшего, состав		

				заданному правилу, находить необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> иметь представление о туристических навыках.	медицинской аптечки для похода		
30		ГТО. Тестирование- челночный бег 3x10 м.	1	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> : проходить тестирование	Выполнять челночный бег: Уметь владеть мячом: держать, передавать на расстояние, ловить. Броски в процессе подвижных игр. Играть в мини-баскетбол		
31		ГТО. Тестирование: Бег 60 и 100м.	1	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> правильно выполнять бег 60 и 100 м.	Уметь пробегать с максимальной скоростью 60 и 100м.		
32		ГТО. Кроссовый бег. Эстафеты.	1	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять	Уметь бегать кроссовую дистанцию 3 км.		

				требования и нормы Всероссийского комплекса ГТО			
33		Спортивные соревнования: «Сильные, смелые, ловкие, умелые».	1	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять требования и нормы Всероссийского комплекса ГТО	Уметь бегать кроссовую дистанцию 3 км.		
34		ГТО. Бег на 1500м	1	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять требования и нормы Всероссийского комплекса ГТО	Уметь бегать дистанцию 1500 м.		
35		Соревновательные подвижные игры.	1	<i>Коммуникативные:</i> работать в группе, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действия по образцу и			

				заданному правилу, находить необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> владеть двигательными умениями и навыками в соревнованиях.			
--	--	--	--	---	--	--	--

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Нормативные документы Министерства общего и профессионального образования Российской Федерации и Государственного комитета Российской Федерации по Физической культуре, спорту и туризму, регламентирующие деятельность учреждений дополнительного образования детей спортивной направленности. Письма МО и РТ от 18.08.2010 г. №6871/10 «О введении ФГОС НОО»
2. Государственная программа РФ «Развитие образования на 2013-2020 г.»
3. ФГОС нового поколения.
4. Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в РФ»
5. В.С Кузнецов, Г.А Колодницкий « Внеурочная деятельность Подготовка к сдаче комплекса ГТО» - М.: Просвещение, 2016.
6. Примерная программы «Физическая культура» 5 – 9 классы, Москва, «Просвещение». Автор: В.И Лях, 2014 год., составленной на основе ФГОС основного общего образования.
7. Физическая культура (Физкультурно-оздоровительная работа в школе): Методическое пособие под редакцией В.С Кузнецова, Г.А. Колодницкого – М. «Издательство НЦ ЭНАС» 2003.