

**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

«Игровое ГТО» 6 класс

Составитель: Ричковская Оксана Николаевна,  
учитель физической культуры

г.Пыть-Ях, 2024 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Главная цель развития отечественной системы школьного образования определяется как формирование личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры. Физическая культура, как любой другой предмет, включённый в Базисный учебный план, также ориентирована на достижение этой цели с учетом специфики предмета.

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.

Рабочая программа факультатива «Игровое ГТО» для 6-7 классов разработана в соответствии с требованиями Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федерального государственного образовательного стандарта основного общего, среднего образования (утвержден приказом Министерства образования РФ от 17.12.2010 года № 1897), Положения о рабочей программе курса внеурочной деятельности, Рабочей программы по физической культуре для образовательных организаций: 5-9 классы (Автор В.И. Лях «Физическая культура») – М.: Просвещение, 2015, ориентированная на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся и направлена на достижения планируемых результатов освоения программы основного общего образования. Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО), Приказа Министерства спорта РФ № 575 от 08.07.2014 г. «Об утверждении государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС во всём пространстве школьного образования: не только на уроке, но и за его пределами.

Программа факультатива «Игровое ГТО» рассчитана на 1 год, 34 часа (1 раз в неделю).

**Направленность программы** – физкультурно-спортивная, направлена на достижение планируемых результатов, реализацию и формирования универсальных учебных действий учащихся основной ступени образования.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 25 декабря 2023 г. N 684-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" и статью 1

Федерального закона "О внесении изменений в Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" и отдельные законодательные акты Российской Федерации.

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 14.06.2022г.) «Об образовании в Российской Федерации»;
  - Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утв. приказом Минпросвещения России от 31 мая 2021 г. № 287) (далее – ФГОС ООО);
  - Федеральная образовательная программа основного общего образования (утв. приказом Минпросвещения России от 18 мая 2023 г. № 370) (далее – ФОП ООО);
  - Письмо министерства просвещения РФ от 5 июля 2022 года N ТВ-1290/03 «Информационно-методическое письмо об организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования»;
  - Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Учебного плана основного общего образования МБОУ СОШ №5 на 2024– 2025 учебный год;

Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников М.П. Матвеева

- Примерной программой внеурочной спортивно-оздоровительной деятельности/ Подготовка учащихся к сдаче нормативов ГТО;

**Актуальность** данной программы определяется необходимостью достижения образовательных результатов в соответствии с требованиями современных нормативных документов, определяющих деятельность педагога в рамках предмета «Физическая культура». В соответствии с требованиями ФГОС нового поколения целью физического воспитания учащихся общеобразовательных школ является содействие всестороннему физическому развитию личности ребенка посредством обеспечения его необходимым уровнем общего физического образования и общей физической подготовленности. В основе физического воспитания школьников лежит формирование физической культуры личности, которая достигается сочетанием следующих форм обучения – урок физической культуры и внеурочные занятия для учащихся. Физическое воспитание направлено на формирование мотивации и потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом, в овладении основными видами физкультурно-спортивной деятельности, в разносторонней физической подготовленности занимающихся. Данная программа создана на основе положения «О всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО).

**Цель программы:** создание условий для физического развития учащихся, укрепления их здоровья и подготовка к сдаче нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

**Задачи программы:**

- оздоровительная работа с детьми, проявляющими интерес к физической культуре и спорту;
  - укрепление здоровья;
  - повышение физической подготовленности и формирование двигательного опыта;
  - здоровьесбережение;
- снятие психологического напряжения после умственной работы на уроках.

**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 основ 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.

Принимая главную цель развития отечественной системы школьного образования, 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.

Цели, задачи и принципы норм ГТО

- Цель комплекса ГТО – увеличение продолжительности жизни населения с

помощью систематической физической подготовки.

- Задача – массовое внедрение комплекса ГТО, охват системой подготовки всех возрастных групп населения.
- Принципы – добровольность и доступность системы подготовки для всех слоев населения, медицинский контроль, учет местных традиций и особенностей.

### **Содержание комплекса ГТО**

нормативы ГТО и спортивных разрядов, система тестирования, рекомендации по особенностям двигательного режима для различных групп.

#### **Место курса факультатива**

Данная программа предназначена для обучающихся 6-7 классов в объеме 35 ч, (1 ч в неделю). Данная программа адаптирована к условиям школьного процесса и соответствует материальной базе. Материал данной программы соответствует требованиям образовательной программы по учебному предмету «физическая культура». Основное содержание программы осваивается учащимися, которое проводится в учебное время. В занятиях учащиеся овладевают техникой и тактикой игры, на методических занятиях учащиеся приобретают навыки судейства игры.

В состав принимаются обучающиеся относящиеся к основной и подготовительной групп здоровья, на основании результатов медицинского осмотра.

Форма организации детей на занятии: групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгрупповая.

Форма проведения занятий: практическое, комбинированное, соревновательное.

#### **УМК**

Матвеев А.П. Физическая культура. 6-7 классы. М.: Просвещение

#### **Результаты освоения курса факультатива**

##### **«ГТО»**

**Личностные результаты** отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения программы по спортивным играм. Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении учащихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве, в эффективной подготовке и результативной сдаче норм ВФСК ГТО.

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания

программы являются следующие умения:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключающего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.
- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре, при выполнении норм ВФСК ГТО.

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов

спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**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.

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать самостоятельные занятия физической культурой разной направленности, в том числе, для подготовки к сдаче норм ВФСК ГТО, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.
- отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки; составлять комплексы упражнений направленные на подготовку к сдаче норм ВФСК ГТО.

## Содержание курса внеурочной деятельности

### 1. Основы знаний

Комплекс ГТО в общеобразовательной организации: понятие, цели, задачи, структура, значение в физическом воспитании детей школьного возраста. Виды испытаний (тестов) 4-й ступеней комплекса ГТО, нормативные требования. Анонс будущих занятий, форм и направлений учебно-тренировочной деятельности во внеурочное время.

Понятие «физическая подготовка». Физические качества, средства и методы их развития.

Характеристика типовых травм, причины их возникновения, первая помощь при травмах во время занятий физическими упражнениями.

### 2. Двигательные умения и навыки. Развитие двигательных способностей

Подвижные игры для развития мышц рук, брюшного пресса, спины и подготовки к выполнению норматива «Подтягивание из виса на высокой перекладине или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу»: «Тяни в круг», «Удержись в круге», «Бой петухов», «Бег на руках», «Выталкивание из круга», «Перетягивание в парах», «Перетягивание каната», «Кто сильнее», «Эстафета с набивными мячами» и др. по выбору.

Подвижные игры для развития мышцы спины, ног, брюшного пресса, развития скоростно-силовых качеств и подготовки школьниками 12-14 лет выполнения норматива

«Поднимание туловища из положения лежа на спине»: «Крепче круг», «Ванька-встанька», «Уголок», «Осьминог», «Горка», «Черепашка» и др. игры по выбору.

Подвижные игры на развитие быстроты для подготовки к выполнению нормативов бег на 60м: «Вызов номеров», «Черные и белые», «Простые пятнашки», различные эстафеты с мячом на ведение, передачи и др. технических приемов из футбола, баскетбола, волейбола и т.д.);

Подвижные игры на развитие выносливости для подготовки к выполнению нормативов «Бег на 1,5 км или на 2 км», школьниками: «Смена лидеров», «Круговорот», «Не давай мяча водящему», «Салки простые», «Встречная эстафета», «Команда быстроногих», «Мяч ловцу», «Гонка с выбыванием», различные эстафеты с прыжками через скакалку, с бегом по выбору.

Подвижные игры на развитие скоростно-силовых качеств и развития мышц ног для подготовки к выполнению норматива «Прыжок в длину с разбега или с места»: «На прорыв», «Кто быстрее», «Удочка», «Пятнашки», «Отними ленту»,



«Борьба за мяч»,  
«Занимай место», «Гонка мячей» и др. игры по выбору.

Подвижные игры на развитие гибкости для подготовки к выполнению норматива «Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу»: «Прыгуны и ползуны», «Кувырок с мячом», «На встречу удочке», «Эстафеты с лазанием и перелезанием», «Бег пингвинов», «Кто быстрее передаст», «Эстафета с преодолением препятствий» и др. по выбору.

Подвижные игры на развитие скоростно-силовых качеств для подготовки к выполнению норматива «Метание мяча весом 150 г: «Толкание ядра» (с набивным мячом), «Передачи волейболистов», «Только снизу», «Бомбардиры», «Точная подача»,

«Кто дальше?» (с набивными мячами: сверху из-за головы двумя руками, одной рукой сверху), различные эстафеты с подачей волейбольного мяча сверху и др. по выбору.

Подвижные игры на меткость для подготовки к выполнению школьниками 13-15 лет норматива «Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция – 10 м»: «Падающая палка», «По наземной мишени», «Точная подача», «Точный бросок», «Метко в цель», «Броски в мишени», «Попади в корзину», и др. игры на меткость по выбору.

### **3. Спортивные мероприятия**

Спортивные соревнования по играм ГТО. Соревновательные подвижные игры.

Викторина о комплексе ГТО. Проведение соревнований по видам ГТО.

## Тематическое планирование

№ раздел апо п/п	Название темы раздела	Количество часов, отводимых на их изучение
<b>1.</b>	<b>Основы знаний</b>	<b>1</b>
	Комплекс ГТО в общеобразовательной организации.	05,
	Первая помощь во время занятий физическими упражнениями	0,5
<b>2.</b>	<b>Двигательные умения и навыки. Развитие двигательных способностей</b>	<b>31</b>
	Подвижные игры на развитие быстроты для подготовки к выполнению нормативов бег на 60м	4
	Подвижные игры на развитие выносливости для подготовки к выполнению нормативов «Бег на 1,5 км или на 2 км», «Бег на 2км или на 3 км».	4
	Подвижные игры для подготовки к выполнению норматива «Подтягивание из виса на высокой перекладине или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу»	4
	Подвижные игры для развития мышцы спины, ног, брюшного пресса, развития скоростно-силовых качеств и подготовки школьниками 13-15 лет выполнения норматива «Поднимание туловища из положения лежа на спине»	4
	Подвижные игры на развитие скоростно-силовых качеств и развития мышц ног для подготовки к выполнению норматива «Прыжок в длину с разбега или с места»	4

	Подвижные игры на развитие скоростно-силовых качеств для подготовки к выполнению норматива «Метание мячавесом 150 г	4
	Подвижные игры на выносливость для подготовки к выполнению школьниками 13-15 лет норматива «Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя согнутой локтей о стол или стойку, дистанция – 10 м»	3
	Подвижные игры на развитие гибкости для подготовки к выполнению норматива «Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу»	4
<b>3.</b>	<b>Спортивные мероприятия</b>	<b>3</b>
	«Сильные, смелые, ловкие, умелые»	1
	«От игры к спорту» (соревнования по подвижным играм)	1
	Соревнования по испытаниям: «Мы готовы к ГТО!»	1
<b>4.</b>	<b>Всего</b>	<b>35</b>

## Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Коли ч ество часов	Дата проведения		Примечан ие Причина корректир ов ки
			Пла н	Факт	
1	Вводное занятие. Бег 60 м. Подвижные игры и эстафеты с бегом с максимальной скоростью: «Вызов номеров», «Простые пятнашки».	1	3.09		
2	Комплекс ГТО: понятие, цели, задачи. Виды испытаний 3-й, 4-й ступеней. Бег 60 м. Эстафеты с бегом и прыжками.	1	10.09		
3	Бег 60 м. Подвижные игры и эстафеты с бегом с максимальной скоростью: «Простые пятнашки», «Черные и белые». Встречные эстафеты с бегом и прыжками.	1	17.09		
4	Эстафеты с ведением мяча, передачей мяча. Встречные эстафеты с бегом и прыжками. П/игра: «Пятнашки с мячом».	1	24.09		
5	Бег на 1,5 км или на 2 км. Развитие выносливости в п/играх: «Смена лидеров», «Гонки по кругу». Мини-футбол.	1	01.10-		
6	Понятие «физическая подготовка». Бег на 1,5 км или на 2 км. Развитие выносливости в п/играх: «Не давай мяча водящему», «Гонки	1	08.10-		

	с выбыванием». Мини-футбол.				
7	Физические качества, средства и методы их развития. Бег на 1,5 км или на 2 км. Развитие выносливости в п/играх: «Встречная эстафета», «Команда	1	15.10		
	быстроногих».				
8	Бег на 1,5 км или на 2 км. Развитие выносливости в п/играх: «Следуй за мной», «Круговорот». Мини-футбол.	1	22.10		
9	Спортивные соревнования «Сильные, смелые, ловкие, умелые».	1	29.10		
10	Физические качества, средства и методы их развития. Подтягивание на высокой (низкой) перекладине. Развитие силы в п/играх: «Тяни в круг», «Кто сильнее».	1			
11	Подтягивание на высокой (низкой) перекладине. Развитие силы в п/играх: «Бег на руках», «Эстафета с набивными мячами». Перетягивание каната.	1			
12	Характеристика типовых травм, причины их возникновения. Подтягивание на перекладине. Развитие силы в п/играх: «Удержись в круге», «Бой петухов», Перетягивание каната.	1			
13	Подтягивание на высокой (низкой) перекладине. Развитие силы в п/играх:	1			

	«Кто сильнее», «Перетягивание в парах».				
14	Первая помощь при травмах во время занятий. Поднимание туловища из положения лежа на спине. П/игры для развития скоростно-силовых качеств: «Напрорыв», «Крепче круг».	1			
15	Поднимание туловища из положения лежа на спине. П/игры для развития мышц прессаи скоростно-силовых качеств: «Уголок», «Ванька-встанька».	1			
16	Поднимание туловища из положения лежа на спине. П/игры для развития мышц прессаи скоростно-силовых качеств: «Уголок», «Книжка».	1			
17	Поднимание туловища из положения лежа на спине. П/игры для развития мышц прессаи скоростно-силовых качеств: «Крепче круг», «Ванька-встанька».	1			
18	Викторина «Что такое ГТО». Прыжок в длину с разбега или с места. П/игры для развития скоростно-силовых качеств: «Ктобыстрее», «Удочка».	1			
19	Физические качества, средства и методы ихразвития. Прыжок в длину с разбега или с места. П/игры для развития скоростно- силовых качеств: «Борьба за мяч», «Занимай место».	1			

20	Прыжок в длину с разбега или с места. П/игры для развития скоростно-силовых качеств: «Эстафеты с бегом, прыжками», «Дальше всех».	1			
21	Прыжок в длину с разбега или с места. П/игры для развития скоростно-силовых качеств: «Рыбаки и рыбки», «Прыгуны».	1			
22	Прыжок в длину с разбега или с места. П/игры для развития скоростно-силовых качеств: «Лабиринт», мини-баскетбол.	1			
23	Первая помощь при травмах во время занятий. Метание мяча весом 150 г. П/игры для развития скоростно-силовых качеств: «Передачи волейболистов», «Только снизу».	1			
24	Метание мяча весом 150 г. П/игры для развития скоростно-силовых качеств: «Точная подача», мини-волейбол.	1			
25	Метание мяча весом 150 г. П/игры для развития скоростно-силовых качеств: «Кто дальше?», мини-волейбол.	1			
26	Метание мяча весом 150 г. П/игры для развития скоростно-силовых качеств: «Эстафеты с метанием мяча на точность, на дальность», мини-волейбол.	1			
27	«От игры к спорту» (соревнования по подвижным играм).	1			

28	Метание мяча весом 150 г. П/игры для развития скоростно-силовых качеств: «Эстафеты с метание мяча на точность, на дальность», «Толкание ядра» (с набивным мячом).	1			
29	Стрельба из пневматической винтовки. П/игры на меткость: «Точный бросок», «Метко в цель».	1			
30	Стрельба из пневматической винтовки. П/игры на меткость: «Попади в корзину», «Зоркий глаз», дартц.	1			
31	Стрельба из пневматической винтовки. П/ игры на меткость: «По наземной мишени», «Сходу в цель», дартц.	1			
32	Первая помощь при травмах во время занятий. Наклон вперед из положения стоя. П/ игры на развитие гибкости: «Эстафеты с лазанием и перелезанием», «Бег пингвинов».	1			
33	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами. П/ игры на развитие гибкости: «Прыгуны и ползуны», «Мостики».	1			



34	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами. П/ игры на развитие гибкости: «Кувырок с мячом», «Под скакалочкой».	1		
35	Соревнования по испытаниям: «Мы готовы к ГТО!»	1		

### **Список литературы и средств обучения :**

Учебно – методическое обеспечение курса

Основная литература:

1. М. П. Матвеев 5 - 9 классы. Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников М.П.Матвеев - М: «Просвещение» .

2. Внеурочная деятельность. Подготовка к сдаче нормативов ГТО: Учебное пособие для общеобразовательных организаций/ В.С. Кузнецов, Г.А.Колодницкий. – 3-е изд. – М.: Просвещение, 2018.

### **Методическая литература:**

1. Здорово быть здоровым, 7-9 классы: учебное пособие для общеобразовательных организаций/ (Э.А.Зюрин и др.); под ред. Г.Г.Онищенко. – М.: Просвещение, 2019.

2. Гришина Ю .И. Основы силовой подготовки: знать и уметь; учебное пособие /Ю ,И. Гришина. — Ростов н/Д : Феникс, 2011. — 280, [1] с.: и л .— (Высшее образование).

3. Гришина Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: учеб. пособие. — Ростов н/Д: Феникс, 2010.

4. Организация спортивной работы в школе. Нормативные документы. Инструкции и рекомендации. Планирование контроль. Внеклассная работа. [www.uchmag. Ru](http://www.uchmag.ru)

5 . Журнал «Физическая культура». Образование, воспитание, тренировка. [http://. www.infosport/ ru/press](http://www.infosport.ru/press)

### **Информационное обеспечение курса**

Электронные ресурсы:

1. Физкультурно-оздоровительная работа в школе. Организационные, методические материалы. <http://. www.novgorod.fio/projects/projects 1552/index.htm>

2. Спорт в школе и здоровье детей – разработки уроков и внеклассных мероприятий на сайте Фестиваля педагогических идей «Открытый урок». <http:// festival.1september/ru>

3. Организация спортивной работы в школе. Нормативные документы. Инструкции и рекомендации. Планирование контроль.

Внеклассная работа. [www.uchmag.ru](http://www.uchmag.ru)

4. Журнал «Физическая культура». Образование, воспитание, тренировка. <http://www.infosport.ru/press>

### **Интернет ресурсы**

1. Сайт учителя физической культуры. Планирование уроков физической культуры. Форум учителей. <http://www.trainer.hl.ru>

2. Сообщество учителей физической культуры. Библиотека документов: <http://it-n.ru/cjmmunities.aspx>.

3. Сайт Мега Талант: <https://mega-talant.com/biblioteka/programma-kruzhka-pofp-84619.html>.

4. Социальная сеть работников образования:

<https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2012/10/20/programma-dlya-sektsii> of