

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
средняя общеобразовательная школа № 104

УТВЕРЖДЕНО

решением педагогического совета

МАОУ СОШ № 104

от 31.08.2023 года протокол № 1

Председатель педсовета

Е.В. Качаловская



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности «ГТО»

Уровень образования: среднее общее образование (10 -11 классы)

Количество часов: 34

Учитель Передрий Екатерина Васильевна, учитель физической культуры
МАОУ СОШ №104

Программа разработана в соответствии с ФГОС ООО с учётом примерной
основной образовательной программы основного общего образования по
физической культуре.

Физическая культура. 10-11 классы: Учебник для общеобразоват.
организаций: базовый уровень / В. И. Лях. — 6-е изд. — М.: Просвещение,
2019. — 255 с.

Рабочая программа по внеурочной деятельности «ГТО» для 10-11 классов разработана в
соответствии с ФГОС ООО и авторских программ:

Физическая культура. 10-11 классы: Учебник для общеобразоват. организаций: базовый
уровень / В. И. Лях. — 6-е изд. — М.: Просвещение, 2019. — 255 с.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Личностные результаты:

1. Гражданское воспитание
 - формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
2. Патриотическое воспитание
 - усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества;
 - воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
3. Духовно-нравственное воспитание
 - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
 - развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
4. Эстетическое воспитание
 - формирование уважительного отношения к культуре других народов
 - формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
5. Физическое воспитание и формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия
 - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
 - формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах
6. Трудовое воспитание
 - формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно-полезной, творческой и других видов деятельности;
7. Экологическое воспитание
 - готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
 - освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
8. Ценности научного познания
 - развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
 - формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию

Метапредметные результаты:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

- организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;
- управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильное выполнение двигательных действий, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

К концу обучения обучающийся научится:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- измерять индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;
- представление о средствах укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- осуществлять бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения;
- организовать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ГТО»

10 класс

Раздел 1. Развитие двигательных качеств (10 ч) Выполнение общеразвивающих упражнений в движении, бег со сменой направления

Раздел 2. Развитие скоростно-силовых способностей (8 ч) Выполнение упражнений на ускорение, челночный бег 4х10

Раздел 3. Развитие силовых способностей (8 ч) Выполнение подтягиваний, круговых тренировок, общеразвивающих упражнений на силу

Раздел 4. Развитие координационных способностей (8 ч) Выполнение общеразвивающих упражнений на развитие координации, игры с повышенной двигательной активностью

11 класс

Раздел 1. Развитие двигательных качеств (10 ч) Выполнение общеразвивающих упражнений в движении, бег со сменой направления

Раздел 2. Развитие скоростно-силовых способностей (8 ч) Выполнение упражнений на ускорение, челночный бег 4х10

Раздел 3. Развитие силовых способностей (8 ч) Выполнение подтягиваний, круговых тренировок, общеразвивающих упражнений на силу

Раздел 4. Развитие координационных способностей (8 ч) Выполнение общеразвивающих упражнений на развитие координации, игры с повышенной двигательной активностью

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ГТО»

№	Тема	10 класс	11 класс
1	Развитие двигательных качеств	10	10
2	Развитие скоростно – силовых способностей	8	8
3	Развитие силовых способностей	8	8
4	Развитие координационных способностей	8	8
Итого		34	34

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ по внеурочной деятельности «ГТО»

10 класс (34 часа)

№ п/п	Содержание (разделы, темы)	Кол-во часов	Дата		Материально-техническое оснащение (оборудование)	Универсальные учебные действия (УДД), проекты, компетенции, межпредметные понятия	Основные направления воспитательной деятельности
			план	факт			
<i>Раздел «Развитие двигательных качеств»</i>		<i>10 ч.</i>					
1	Инструктаж по ТБ. Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Игры: «Обруч». «Ласточка»	1			Журнал, свисток, обручи	Личностные: - положительное отношение к исследовательской деятельности; - широкая мотивационная основа исследовательской деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы; - интерес к новому содержанию и новым способам познания; - ориентация на понимание причин успеха в исследовательской деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия	Патриотическое воспитание. Духовное и нравственное воспитание детей на основе российских традиционных ценностей. 1, 2, 3. Приобщение детей к культурному наследию - (Эстетическое воспитание). Популяризация научных знаний среди детей (Ценности научного познания). 4, 5. Экологическое воспитание. 8
2	ОРУ. Эстафеты с мячами. Игры: «Слушай внимательно». «Ходим в шляпах»	1			Свисток, секундомер		
3	Эстафеты с предметами. Игра подвижная «Ловишки»	1			Свисток, секундомер, мячи набивные		
4	ОРУ. Подвижные	1			Свисток,		

	игры: «Стань правильно». «Белые медведи»				секундомер	<p>результатов требованиям конкретной задачи, понимание предложений и оценок учителя, взрослых, товарищей, родителей;- способность к самооценке на основе критериев успешности исследовательской деятельности.</p> <p>Предметные:- осуществлять поиск нужной информации для выполнения учебного исследования с использованием учебной и дополнительной литературы в открытом информационном пространстве, в т.ч. контролируемом пространстве Интернет;- использовать знаки, символы, модели, схемы для решения познавательных задач и представления их результатов;- высказываться в устной и письменной формах;- ориентироваться на разные способы решения познавательных исследовательских задач;- владеть основами смыслового чтения текста;- анализировать объекты, выделять</p>	Трудовое воспитание и профессиональное самоопределение. 7.
5	ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде»	1			Свисток, секундомер		
6	ОРУ. Игры: «Мяч по кругу». «Салки с мячом»	1			Свисток, секундомер		
7	ОРУ в движении. Игры: «Шишки, желуди, орехи». «Кошки – мышки»	1			Свисток, секундомер		
8	ОРУ в движении Эстафеты с предметами	1			Свисток, секундомер		
9	Игры с предметами	1			Свисток, секундомер, набивные мячи		
10	ОРУ. Игры с мячом	1			Свисток, секундомер, футбольные мячи		

						<p>главное;- осуществлять синтез (целое из частей);- проводить сравнение, классификацию по разным критериям;</p> <p>- устанавливать причинно-следственные связи;</p> <p>- строить рассуждения об объекте;</p> <p>- обобщать (выделять класс объектов по какому-либо признаку);-</p> <p>подводить под понятие;- устанавливать аналогии;</p> <p>- оперировать такими понятиями, как проблема, гипотеза, наблюдение, эксперимент, умозаключение, вывод и т.п.;</p> <p>- видеть проблемы, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, планировать и проводить наблюдения и эксперименты, высказывать суждения, делать умозаключения и выводы, аргументировать (защищать) свои идеи и т.п.</p>	
Раздел «Развитие скоростно-силовых способностей»		8 ч.					
11	Инструктаж по ТБ.	1			Журнал,	Личностные:-	Патриотическое

	ОРУ. Игры и эстафеты. Метание малого мяча				свисток, секундомер	положительное отношение к исследовательской деятельности;	воспитание. Духовное и нравственное воспитание детей на основе российских традиционных ценностей. 1, 2,.3. Приобщение детей к культурному наследию - (Эстетическое воспитание). Популяризация научных знаний среди детей (Ценности научного познания). 4, 5. Экологическое воспитание. 8 Трудовое воспитание и профессиональное самоопределение. 7.
12	Бросок набивного мяча	1			Набивные мячи, свисток	- широкая мотивационная основа исследовательской деятельности,	
13	ОРУ со скакалкой. Прыжки через скакалку	1			Скакалки, свисток	включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;- интерес к новому содержанию и новым способам познания;	
14	ОРУ. Полоса препятствий. Поднимание туловища	1			Секундомер, свисток	- ориентация на понимание причин успеха в исследовательской деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, понимание предложений и оценок учителя, взрослых, товарищей, родителей;- способность к самооценке на основе критериев успешности исследовательской деятельности.	
15	ОРУ. Полоса препятствий. Отжимание от скамейки	1			Секундомер, свисток, гимнастическая скамья	Предметные:- осуществлять поиск нужной информации для выполнения учебного исследования с использованием учебной и дополнительной литературы в открытом	
16	ОРУ. Полоса препятствий. Прыжок в длину с места	1			Секундомер, свисток, рулетка		
17	ОРУ. Полоса препятствий. Вращение обруча				Секундомер, свисток, обручи		
18	Обычный бег. Бег с ускорением. Ходьба и бег с преодолением 2-3 препятствий				Секундомер, свисток		

						<p>информационном пространстве, в т.ч. контролируемом пространстве Интернет;- использовать знаки, символы, модели, схемы для решения познавательных задач и представления их результатов;</p> <ul style="list-style-type: none">- высказываться в устной и письменной формах;- ориентироваться на разные способы решения познавательных исследовательских задач;- владеть основами смыслового чтения текста;- анализировать объекты, выделять главное;- осуществлять синтез (целое из частей);- проводить сравнение, сериацию, классификацию по разным критериям;- устанавливать причинно-следственные связи;- строить рассуждения об объекте;- обобщать (выделять класс объектов по какому-либо признаку);-подводить под понятие;- устанавливать аналогии;- оперировать такими понятиями, как проблема, гипотеза, наблюдение, эксперимент,	
--	--	--	--	--	--	--	--

						умозаключение, вывод и т.п.;- видеть проблемы, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, планировать и проводить наблюдения и эксперименты, высказывать суждения, делать умозаключения и выводы, аргументировать (защищать) свои идеи и т.п.	
Раздел «Развитие силовых способностей»		8 ч.					
19	Инструктаж по ТБ. ОРУ в движении. Перелазание через коня. Отжимание	1			Журнал, секундомер, свисток	Личностные:- положительное отношение к исследовательской деятельности; - широкая мотивационная основа исследовательской деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;- интерес к новому содержанию и новым способам познания; - ориентация на понимание причин успеха в исследовательской деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия	Патриотическое воспитание. Духовное и нравственное воспитание детей на основе российских традиционных ценностей. 1, 2,.3. Приобщение детей к культурному наследию - (Эстетическое воспитание). Популяризация научных знаний среди детей (Ценности научного познания). 4, 5. Экологическое воспитание. 8
20	Лазание по гимнастической стенке и канату	1		Секундомер, свисток, гимнастическая скамья, канат			
21	Подтягивание лежа на животе по гимнастической скамейке. Перелазание через горку матов	1		Секундомер, свисток, гимнастическая скамья,			
22	ОРУ в движении.	1		Секундомер,			

	Перелазание через коня				свисток, гимнастическая скамья, конь	<p>результатов требованиям конкретной задачи, понимание предложений и оценок учителя, взрослых, товарищей, родителей;- способность к самооценке на основе критериев успешности исследовательской деятельности.</p> <p>Предметные:- осуществлять поиск нужной информации для выполнения учебного исследования с использованием учебной и дополнительной литературы в открытом информационном пространстве, в т.ч. контролируемом пространстве Интернет;- использовать знаки, символы, модели, схемы для решения познавательных задач и представления их результатов;</p> <p>- высказываться в устной и письменной формах;- ориентироваться на разные способы решения познавательных исследовательских задач;- владеть основами смыслового чтения текста;- анализировать объекты, выделять</p>	Трудовое воспитание и профессиональное самоопределение. 7.
23	ОРУ. Висы на гимнастической стенке и перекладине	1		Секундомер, свисток, гимнастическая скамья, перекладина			
24	Ходьба на носках по гимнастической скамейке	1		Секундомер, свисток, гимнастическая скамья,			
25	ОРУ. Ходьба с перешагиванием мячей по скамейке. Висы	1		Секундомер, свисток, гимнастическая скамья, перекладина			
26	Эстафеты с предметами. Подвижные игры	1		Секундомер, свисток, мячи			

						<p>главное;- осуществлять синтез (целое из частей);- проводить сравнение, сериацию, классификацию по разным критериям;</p> <p>- устанавливать причинно-следственные связи;</p> <p>- строить рассуждения об объекте;</p> <p>- обобщать (выделять класс объектов по какому-либо признаку);-</p> <p>подводить под понятие;- устанавливать аналогии;</p> <p>- оперировать такими понятиями, как проблема, гипотеза, наблюдение, эксперимент, умозаключение, вывод и т.п.;</p> <p>- видеть проблемы, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, планировать и проводить наблюдения и эксперименты, высказывать суждения, делать умозаключения и выводы, аргументировать (защищать) свои идеи и т.п.</p>	
Раздел «Развитие координационных способностей»		8 ч.					
27	Инструктаж по ТБ.	1			Журнал,	Личностные:-	Патриотическое

	ОРУ. Ходьба с перешагиванием мячей по скамейке. Висы				Секундомер, свисток, гимнастическая скамья	положительное отношение к исследовательской деятельности; - широкая мотивационная основа исследовательской деятельности,	воспитание. Духовное и нравственное воспитание детей на основе российских традиционных ценностей.
28	Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелазания, переползания	1			Секундомер, свисток, гимнастическая скамья,	включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;- интерес к новому содержанию и новым способам познания; - ориентация на понимание причин успеха в исследовательской деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, понимание предложений и оценок учителя, взрослых, товарищей, родителей;- способность к самооценке на основе критериев успешности исследовательской деятельности.	1, 2,.3. Приобщение детей к культурному наследию - (Эстетическое воспитание). Популяризация научных знаний среди детей (Ценности научного познания). 4, 5. Экологическое воспитание. 8 Трудовое воспитание и профессиональное самоопределение. 7.
29	ОРУ с предметами. Игры и эстафеты	1			Секундомер, свисток, гимнастическая скамья, мячи	исследовательской деятельности.	
30	Передвижение по наклонной гимнастической скамейке	1			Секундомер, свисток, гимнастическая скамья,	исследовательской деятельности.	
31	Челночный бег	1			Свисток, секундомер	исследовательской деятельности.	
32	Круговая тренировка на развитие координации	1			Секундомер, свисток, гимнастическая скамья,	Предметные:- осуществлять поиск нужной информации для выполнения учебного исследования с использованием учебной и дополнительной	
33	Бег с преодолением препятствий	1			Секундомер, свисток,	исследовательской деятельности.	

					гимнастическая скамья,	литературы в открытом информационном пространстве, в т.ч.
34	Игры и эстафеты на развитие координации	1			Свисток, секундомер	контролируемом пространстве Интернет;- использовать знаки, символы, модели, схемы для решения познавательных задач и представления их результатов; - высказываться в устной и письменной формах;- ориентироваться на разные способы решения познавательных исследовательских задач;- владеть основами смыслового чтения текста;- анализировать объекты, выделять главное;- осуществлять синтез (целое из частей);- проводить сравнение, сериацию, классификацию по разным критериям; - устанавливать причинно-следственные связи; - строить рассуждения об объекте; - обобщать (выделять класс объектов по какому-либо признаку);- подводить под понятие;- устанавливать аналогии; - оперировать такими понятиями, как проблема, гипотеза, наблюдение,

						эксперимент, умозаключение, вывод и т.п.;- видеть проблемы, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, планировать и проводить наблюдения и эксперименты, выска- зывать суждения, делать умозаключения и выводы, аргументировать (защищать) свои идеи и т.п.	
--	--	--	--	--	--	--	--

№ п/п	Содержание (разделы, темы)	Кол-во часов	Дата		Материально-техническое оснащение (оборудование)	Универсальные учебные действия (УДД), проекты, компетенции, межпредметные понятия	Основные направления воспитательной деятельности
			план	факт			
Раздел «Развитие двигательных качеств»		10 ч.					
1	Инструктаж по ТБ. Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Игры: «Обруч». «Ласточка»	1			Журнал, свисток, обручи	Личностные: - положительное отношение к исследовательской деятельности; - широкая мотивационная основа исследовательской деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы; - интерес к новому содержанию и новым способам познания; - ориентация на понимание причин успеха в исследовательской деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, понимание предложений и оценок учителя, взрослых, товарищей, родителей; - способность к самооценке на основе критериев	Патриотическое воспитание. Духовное и нравственное воспитание детей на основе российских традиционных ценностей. 1, 2,,3. Приобщение детей к культурному наследию - (Эстетическое воспитание). Популяризация научных знаний среди детей (Ценности научного познания). 4, 5. Экологическое воспитание. 8 Трудовое воспитание и профессиональное самоопределение. 7.
2	ОРУ. Эстафеты с мячами. Игры: «Слушай внимательно». «Ходим в шляпах»	1			Свисток, секундомер		
3	Эстафеты с предметами. Игра подвижная «Ловишки»	1			Свисток, секундомер, мячи набивные		
4	ОРУ. Подвижные игры: «Стань правильно». «Белые медведи»	1			Свисток, секундомер		
5	ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие	1			Свисток, секундомер		

	воробушки», «Зайцы в огороде»					успешности исследовательской деятельности.
6	ОРУ. Игры: «Мяч по кругу». «Салки с мячом»	1			Свисток, секундомер	Предметные: - осуществлять поиск нужной информации для выполнения учебного исследования с использованием учебной и дополнительной литературы в открытом информационном пространстве, в т.ч. контролируемом пространстве Интернет;- использовать знаки, символы, модели, схемы для решения познавательных задач и представления их результатов;
7	ОРУ в движении. Игры: «Шишки, желуди, орехи». «Кошки – мышки»	1			Свисток, секундомер	- высказываться в устной и письменной формах;- ориентироваться на разные способы решения познавательных исследовательских задач;- владеть основами смыслового чтения текста;- анализировать объекты, выделять главное;- осуществлять синтез (целое из частей);- проводить сравнение, классификацию по разным критериям;
8	ОРУ в движении Эстафеты с предметами	1			Свисток, секундомер	- устанавливать причинно-следственные связи;
9	Игры с предметами	1			Свисток, секундомер, набивные мячи	
10	ОРУ. Игры с мячом	1			Свисток, секундомер, футбольные мячи	

						<ul style="list-style-type: none"> - строить рассуждения об объекте; - обобщать (выделять класс объектов по какому-либо признаку);- подводить под понятие;- устанавливать аналогии; - оперировать такими понятиями, как проблема, гипотеза, наблюдение, эксперимент, умозаключение, вывод и т.п.; - видеть проблемы, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, планировать и проводить наблюдения и эксперименты, высказывать суждения, делать умозаключения и выводы, аргументировать (защищать) свои идеи и т.п. 	
Раздел «Развитие скоростно-силовых способностей»		8 ч.					
11	Инструктаж по ТБ. ОРУ. Игры и эстафеты. Метание малого мяча	1			Журнал, свисток, секундомер	Личностные: - положительное отношение к исследовательской деятельности;- широкая мотивационная основа исследовательской деятельности, включающая социальные,	Патриотическое воспитание. Духовное и нравственное воспитание детей на основе российских традиционных ценностей. 1, 2,3.
12	Бросок набивного мяча	1			Набивные мячи, свисток		
13	ОРУ со скакалкой.	1			Скакалки,		

	Прыжки через скакалку				свисток	<p>учебно-познавательные и внешние мотивы;- интерес к новому содержанию и новым способам познания;</p> <p>- ориентация на понимание причин успеха в исследовательской деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, понимание предложений и оценок учителя, взрослых, товарищей, родителей;- способность к самооценке на основе критериев успешности исследовательской деятельности.</p> <p>Предметные:- осуществлять поиск нужной информации для выполнения учебного исследования с использованием учебной и дополнительной литературы в открытом информационном пространстве, в т.ч. контролируемом пространстве Интернет;- использовать знаки, символы, модели, схемы для решения познавательных задач и</p>	<p>Приобщение детей к культурному наследию (Эстетическое воспитание). Популяризация научных знаний среди детей (Ценности научного познания). 4, 5. Экологическое воспитание. 8 Трудовое воспитание и профессиональное самоопределение. 7.</p>
14	ОРУ. Полоса препятствий. Поднимание туловища	1			Секундомер, свисток		
15	ОРУ. Полоса препятствий. Отжимание от скамейки	1			Секундомер, свисток, гимнастическая скамья		
16	ОРУ. Полоса препятствий. Прыжок в длину с места	1			Секундомер, свисток, рулетка		
17	ОРУ. Полоса препятствий. Вращение обруча				Секундомер, свисток, обручи		
18	Обычный бег. Бег с ускорением. Ходьба и бег с преодолением 2-3 препятствий				Секундомер, свисток		

						<p>представления их результатов;</p> <ul style="list-style-type: none">- высказываться в устной и письменной формах;- ориентироваться на разные способы решения познавательных исследовательских задач;- владеть основами смыслового чтения текста;- анализировать объекты, выделять главное;- осуществлять синтез (целое из частей);-- проводить сравнение, сериацию, классификацию по разным критериям;- устанавливать причинно-следственные связи;- строить рассуждения об объекте;- обобщать (выделять класс объектов по какому-либо признаку);-- подводить под понятие;- устанавливать аналогии;- оперировать такими понятиями, как проблема, гипотеза, наблюдение, эксперимент, умозаключение, вывод и т.п.;- видеть проблемы, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, планировать и проводить наблюдения и эксперименты, высказывать суждения, делать	
--	--	--	--	--	--	--	--

						умозаключения и выводы, аргументировать (защищать) свои идеи и т.п.	
Раздел «Развитие силовых способностей»		8 ч.					
19	Инструктаж по ТБ. ОРУ в движении. Перелазание через коня. Отжимание	1			Журнал, секундомер, свисток	Личностные: - положительное отношение к исследовательской деятельности;- широкая мотивационная основа исследовательской деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;- интерес к новому содержанию и новым способам познания;- ориентация на понимание причин успеха в исследовательской деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, понимание предложений и оценок учителя, взрослых, товарищей, родителей;- способность к самооценке на основе критериев	Патриотическое воспитание. Духовное и нравственное воспитание детей на основе российских традиционных ценностей. 1, 2, 3. Приобщение детей к культурному наследию - (Эстетическое воспитание). Популяризация научных знаний среди детей (Ценности научного познания). 4, 5. Экологическое воспитание. 8 Трудовое воспитание и профессиональное самоопределение. 7.
20	Лазание по гимнастической стенке и канату	1			Секундомер, свисток, гимнастическая скамья, канат		
21	Подтягивание лежа на животе по гимнастической скамейке. Перелазание через горку матов	1			Секундомер, свисток, гимнастическая скамья,		
22	ОРУ в движении. Перелазание через коня	1			Секундомер, свисток, гимнастическая скамья, конь		
23	ОРУ. Висы на гимнастической стенке	1			Секундомер, свисток,		

	и перекладине				гимнастическая скамья, перекладина	успешности исследовательской деятельности. Предметные: -
24	Ходьба на носках по гимнастической скамейке	1			Секундомер, свисток, гимнастическая скамья,	осуществлять поиск нужной информации для выполнения учебного исследования с использованием учебной и дополнительной литературы в открытом информационном пространстве, в т.ч. контролируемом пространстве Интернет;- использовать знаки, символы, модели, схемы для решения
25	ОРУ. Ходьба с перешагиванием мячей по скамейке. Висы	1			Секундомер, свисток, гимнастическая скамья, перекладина	познавательных задач и представления их результатов; - высказываться в устной и письменной формах;- ориентироваться на разные способы решения познавательных исследовательских задач;- владеть основами смыслового чтения текста;- анализировать объекты, выделять главное;- осуществлять синтез (целое из частей);- проводить сравнение, сериацию, классификацию по разным критериям; - устанавливать причинно-следственные связи;
26	Эстафеты предметами. Подвижные игры	1			Секундомер, свисток, мячи	

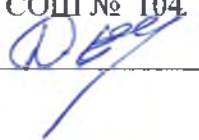
						<ul style="list-style-type: none"> - строить рассуждения об объекте; - обобщать (выделять класс объектов по какому-либо признаку);- подводить под понятие;- устанавливать аналогии; - оперировать такими понятиями, как проблема, гипотеза, наблюдение, эксперимент, умозаключение, вывод и т.п.; - видеть проблемы, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, планировать и проводить наблюдения и эксперименты, высказывать суждения, делать умозаключения и выводы, аргументировать (защищать) свои идеи и т.п. 	
Раздел «Развитие координационных способностей»		8 ч.					
27	Инструктаж по ТБ. ОРУ. Ходьба с перешагиванием мячей по скамейке. Висы	1			Журнал, Секундомер, свисток, гимнастическая скамья	Личностные:- положительное отношение к исследовательской деятельности; - широкая мотивационная основа исследовательской деятельности, включающая социальные,	Патриотическое воспитание. Духовное и нравственное воспитание детей на основе российских традиционных ценностей. 1, 2,,3.
28	Преодоление полосы	1			Секундомер,		


	препятствий с элементами лазанья и перелазания, переползания				свисток, гимнастическая скамья,	учебно-познавательные и внешние мотивы;- интерес к новому содержанию и новым способам познания; - ориентация на понимание причин успеха в исследовательской деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, понимание предложений и оценок учителя, взрослых, товарищей, родителей;- способность к самооценке на основе критериев успешности исследовательской деятельности.	Приобщение детей к культурному наследию (Эстетическое воспитание). Популяризация научных знаний среди детей (Ценности научного познания). 4, 5. Экологическое воспитание. 8 Трудовое воспитание и профессиональное самоопределение. 7.
29	ОРУ с предметами. Игры и эстафеты	1			Секундомер, свисток, гимнастическая скамья, мячи	понимание причин успеха в исследовательской деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, понимание предложений и оценок учителя, взрослых, товарищей, родителей;- способность к самооценке на основе критериев успешности исследовательской деятельности.	
30	Передвижение по наклонной гимнастической скамейке	1			Секундомер, свисток, гимнастическая скамья,	понимание причин успеха в исследовательской деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, понимание предложений и оценок учителя, взрослых, товарищей, родителей;- способность к самооценке на основе критериев успешности исследовательской деятельности.	
31	Челночный бег	1			Свисток, секундомер	понимание причин успеха в исследовательской деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, понимание предложений и оценок учителя, взрослых, товарищей, родителей;- способность к самооценке на основе критериев успешности исследовательской деятельности.	
32	Круговая тренировка на развитие координации	1			Секундомер, свисток, гимнастическая скамья,	понимание причин успеха в исследовательской деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, понимание предложений и оценок учителя, взрослых, товарищей, родителей;- способность к самооценке на основе критериев успешности исследовательской деятельности.	
33	Бег с преодолением препятствий	1			Секундомер, свисток, гимнастическая скамья,	понимание причин успеха в исследовательской деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, понимание предложений и оценок учителя, взрослых, товарищей, родителей;- способность к самооценке на основе критериев успешности исследовательской деятельности.	
34	Игры и эстафеты на развитие координации	1			Свисток, секундомер	понимание причин успеха в исследовательской деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, понимание предложений и оценок учителя, взрослых, товарищей, родителей;- способность к самооценке на основе критериев успешности исследовательской деятельности.	
						использованием учебной и дополнительной литературы в открытом информационном пространстве, в т.ч. контролируемом пространстве Интернет;- использовать знаки, символы, модели, схемы для решения познавательных задач и	

						<p>представления их результатов;</p> <ul style="list-style-type: none">- высказываться в устной и письменной формах;-ориентироваться на разные способы решения познавательных исследовательских задач;-владеть основами смыслового чтения текста;- анализировать объекты, выделять главное;- осуществлять синтез (целое из частей);-проводить сравнение, сериацию, классификацию по разным критериям;- устанавливать причинно-следственные связи;- строить рассуждения об объекте;- обобщать (выделять класс объектов по какому-либо признаку);-подводить под понятие;-устанавливать аналогии;- оперировать такими понятиями, как проблема, гипотеза, наблюдение, эксперимент, умозаключение, вывод и т.п.;- видеть проблемы, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, планировать и проводить наблюдения и эксперименты, высказывать суждения, делать	
--	--	--	--	--	--	--	--

						умозаключения и выводы, аргументировать (защищать) свои идеи и т.п.	
--	--	--	--	--	--	--	--

СОГЛАСОВАНО
протокол заседания МО
учителей физической культуры и ОБЖ
МАОУ СОШ № 104 от 31.08.2023 № 1.


_____ Д.А. Егоров

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
 Е.А. Гришина

"31" августа 2023г.

РЕЦЕНЗИЯ

на рабочую программу внеурочной деятельности
«Волейбол» для учащихся 10 - 11 классов, разработанную учителем физической культуры
МАОУ СОШ № 104 г. Краснодара
Передрий Екатериной Васильевной

Рабочая программа внеурочной деятельности «ГТО» разработанная учителем физической культуры МАОУ СОШ № 104 г. Краснодара Передрий Екатериной Васильевной для обучающихся в возрасте 16-18 лет. Срок реализации программы: 1 год, имеет объем 34 часа.

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу. Общая продолжительность обучения составляет 34 учебных часа практических и теоретических занятий и имеет физкультурно - спортивную направленность.

Цель программы: создание условий для физического развития учащихся, укрепления их здоровья; подготовка и сдача 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.

Программа разработана с учетом обеспечения интеграции различных видов деятельности. Пути реализации программы четко описаны и доступны в применении. Программа состоит из: планируемых результатов, содержания программы, тематического планирования.

Программа внеурочной деятельности «ГТО» ориентирована на активное приобщение детей к спорту и носит оздоровительный характер.

Программа может быть успешно реализована в общеобразовательных учреждениях и учреждениях дополнительного образования города.

Главный специалист МКУ КНМЦ

Е.Ю.Корчагин

Подпись Е.Ю.Корчагин

удостоверяю,

Врио директора МКУ КНМЦ

Н.П.Олофинская

Дата 28.11.23 № 623



ОЛПИЯ ВЕРНА
ДИРЕКТОР





Международный образовательный портал «Солнечный Свет»
лицензия на осуществление образовательной деятельности №9757-п
свидетельство о регистрации СМИ №ЭЛ ФС 77-65391

ДИПЛОМ

Награждается

Передрий Екатерина Васильевна

МАОУ СОШ № 104
город Краснодар

ПОБЕДИТЕЛЬ (1 МЕСТО)

Международного конкурса
"Здоровье. Спорт"

Работа: Роль учителя физической культуры с детьми с ограниченными возможностями здоровья»

Номер документа: ТК5453591



17 ноября 2023 г.
Председатель оргкомитета
Ирина Космынина



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(МИНСПОРТ РОССИИ)

« 25 » 10.2023 20 __ г.

ПРИКАЗ

№ 187 нг

г. Москва

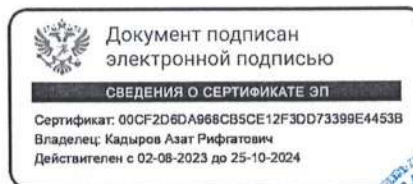
**О награждении золотым знаком отличия
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО)**

В соответствии с пунктом 6 порядка награждения лиц, выполнивших нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), соответствующими знаками отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденного приказом Министерства спорта Российской Федерации от 14 января 2016 г. № 16 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 26 февраля 2016 г., регистрационный № 41216), на основании представления АНО «Дирекция спортивных и социальных проектов» от 20 октября 2023 г. № 13-01/1799 п р и к а з ы в а ю:

1. Утвердить прилагаемый список награждаемых золотым знаком отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

2. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на заместителя Министра спорта Российской Федерации О.Х. Байсултанова.

Врио Министра



А.Р. Кадыров



33756. ОСИПОВА Ольга Игоревна ,21-23-0143258
 33757. ОСИПОВА Полина Александровна ,23-23-0042205
 33758. ОСИПОВА Марина Владимировна ,23-23-0148439
 33759. ОСОКИН Глеб Евгеньевич ,21-23-0113295
 33760. ОСОКИН Дмитрий Евгеньевич ,20-23-0116760
 33761. ОСТАПЕНКО Виталий Олегович ,23-23-0131935
 33762. ПАВЛОВ Николай Дмитриевич ,23-23-0126673
 33763. ПАВЛОВА Анна Алексеевна ,22-23-0104289
 33764. ПАВЛОВСКАЯ Елизавета Александровна ,23-23-0090782
 33765. ПАВЛОВСКИЙ Борис Викторович ,23-23-0094843
 33766. ПАЛОСУХИНА Елена Дмитриевна ,23-23-0112816
 33767. ПАНАСЮК Виктория Анатольевна ,23-23-0113810
 33768. ПАНИНА Марьям Андреевна ,23-23-0083925
 33769. ПАНОВ Василий Николаевич ,23-23-0078912
 33770. ПАНФИЛОВ Артем Сергеевич ,23-23-0126062
 33771. ПАНЧЕНКО Ирина Васильевна ,23-23-0149889
 33772. ПАНЬКО Татьяна Васильевна ,23-23-0149834
 33773. ПАПИКЯН Андроник Аведикович ,23-23-0019363
 33774. ПАРАДА Наталья Александровна ,23-23-0078736
 33775. ПАРАМОНОВА Татьяна Юрьевна ,21-23-0009229
 33776. ПАРХОМЕНКО Юлия Викторовна ,18-23-0227194
 33777. ПАРШИКОВ Алексей ,21-23-0149623
 33778. ПАТЕЕВ Николай Сергеевич ,17-23-0046281
 33779. ПАТОКА Кристина Александровна ,20-23-0008472
 33780. ПАТРОГИНА Ольга Сергеевна ,20-23-0207731
 33781. ПАХОМОВА Татьяна Николаевна ,23-23-0159860
 33782. ПАШКЕВИЧ Александр Павлович ,23-23-0111744
 33783. ПАШКИНА Светлана Сергеевна ,23-23-0126001
 33784. ПАШКОВ Виталий Сергеевич ,18-23-0006271
 33785. ПАЩЕНКО Константин Евгеньевич ,23-23-0164041
 33786. ПЕНСКИХ Галина Нуруловна ,23-23-0149014
 33787. ПЕРВУШКИНА Марина Игоревна ,19-23-0190114
 33788. ПЕРЕВАЛОВ Сергей Викторович ,17-23-0027647
 33789. ПЕРЕВАЛОВА Татьяна Сергеевна ,17-23-0121386
 33790. ПЕРЕДЕРИЙ Сергей Юрьевич ,19-23-0204842
 33791. ПЕРЕДРИЙ Денис Александрович ,23-91-0033546
 33792. ПЕРЕДРИЙ Екатерина Васильевна ,22-91-0017928
 33793. ПЕРЕПЕЛЯТ Наталья Алексеевна ,23-23-0152317
 33794. ПЕРХУН Юрий Алексеевич ,23-23-0095993
 33795. ПЕРЦЕВ Леонид ,21-23-0149624
 33796. ПЕСТОВА Елена Олеговна ,16-23-0184386
 33797. ПЕТРЕНКО Раиса Карповна ,22-23-0082106
 33798. ПЕТРОВ Александр Александрович ,17-23-0023083
 33799. ПЕТРОСЯН Юлия Сергеевна ,23-23-0125137



РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ

Автономная некоммерческая организация
дополнительного профессионального образования
«Краснодарский институт повышения квалификации
и профессиональной переподготовки»

УДОСТОВЕРЕНИЕ

О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

232414190263

Документ о квалификации

Регистрационный номер

27-2/3011-22

Город

Краснодар

Дата выдачи

30 ноября 2022 года

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

**Передрий
Екатерина Васильевна**

в период с 14.11.2022г. по 30.11.2022г.

прошел(а) повышение квалификации в (на)

АНО ДПО «Краснодарский институт повышения
квалификации и профессиональной переподготовки»



по дополнительной профессиональной программе
Реализация требований обновленных ФГОС НОО,
ФГОС ООО в работе учителя физической культуры

в объеме

72 часа



Руководитель

Секретарь

Алеко Л.А.

Максимова С.М.

ДИПЛОМ

О ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКЕ

ПП № 0022569

Документ о квалификации

Регистрационный номер 21945

Город Москва

Дата выдачи 23 мая 2023 г.

КОПИЯ ВЕРНА

ДИРЕКТОР МАОУ СОШ 104

Е. В. КИЧАЛОВА

МАОУ

СОШ № 104



Настоящий диплом свидетельствует о том, что

Передрий

Екатерина Васильевна

с 15 февраля 2023 г. по 23 мая 2023 г.

прошел(-ла) профессиональную переподготовку в (на)

ООО «Московский институт

профессиональной переподготовки и

повышения квалификации педагогов»

по программе

«Профессиональная деятельность педагога-психолога»

Решением от

23 мая 2023 г.

диплом предоставляет право
на ведение профессиональной деятельности в сфере

образования

и подтверждает присвоение квалификации

Педагог-психолог

Председатель комиссии

Руководитель

Секретарь



Частное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования

ИНСТИТУТ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ И ПЕРЕПОДГОТОВКИ КАДРОВ
(ЧОУ ДПО ИПКПК)

УДОСТОВЕРЕНИЕ

Настоящее удостоверение подтверждает, что

Передрий Екатерина Васильевна

с 13 апреля 2023 г. по 18 апреля 2023 г.

прошел(а) обучение в частном образовательном учреждении
дополнительного профессионального образования

«Институт повышения квалификации и переподготовки кадров» (ЧОУ ДПО ИПКПК)

по программе: «Доврачебная помощь в образовательных организациях»

в объеме 16 часов

Лицензия: выписка из реестра № 10049 от 04.08.2021

Регистрационный номер 00318/23

Краснодар 2023 г.



Руководитель

Секретарь

№ 002742

КОПИЯ ВЕРНА

ДИРЕКТОР МАОУ СОШ 104

Е. В. КАЧАЛОВСКАЯ

