

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Геройская средняя школа» Сакского района Республики Крым

РАССМОТРЕНО
на заседании
педагогического
совета
Протокол № 10
От 31.08. 2022 год



УТВЕРЖДЕНО

директор

МБОУ «Геройская средняя школа»

Э.Л.Тохтарова

Приказ № 137-0

От 31.08.2022 г

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Я ВЫБИРАЮ ГТО»
V ступень

Направленность – физкультурно-спортивная.
Срок реализации программы 1 год
Вид программы – модифицированная
Уровень - стартовый
Возраст обучающихся - 16-17 лет
Составитель: Демко Надежда Николаевна
должность – педагог дополнительного образования

с. Геройское,

2022.г

1. Комплекс основных характеристик программы.

1.1 Пояснительная записка

Рабочая программа дополнительного образования «Я выбираю ГТО» (далее РПДО) разработана в соответствии следующей нормативно-правовой базой:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 №2 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на 01.07.2020);
- Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями на 31.07.2020);
- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» ;
- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;
- Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 №16) ;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р ;
- Концепция развития дополнительного образования детей, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р;
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3 ;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.12.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298н «Об утверждении профессионального»;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);

- Письмо Министерства образования и науки РФ от 29.03.16 № ВК- 641/ «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);

- Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.02.2019 № ТС - 551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;

- Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 № 131-ЗРК/2015 (с изменениями на 10.09.2019);

- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;

Устав МБОУ «Геройская средняя школа» Сакского района Республики Крым от 08.02.2018.№44.

- Положение об организации дополнительного образования обучающихся МБОУ «Геройская средняя школа»

Направленность. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Я выбираю ГТО» относится к программам **физкультурно-спортивной** направленности и предназначена для детей в возрасте 16-17 лет. Программа рассчитана на 1 год обучения (5 ступень)

Актуальность. В соответствии с Указом президента РФ «О всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) и 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.

Новизна программы «ГТО» заключается в внедрении комплекса ГТО и повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

Особенностью программы является методы интенсификации и оптимизации, которые повышают целенаправленность обучения и усиление 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.

Педагогическая целесообразность. В основе физического воспитания школьников лежит формирование физической культуры личности, которая достигается сочетанием следующих форм обучения – урок физической культуры и дополнительные занятия для учащихся. Физическое воспитание направлено на

культурой и спортом, в овладении основными видами физкультурно-спортивной деятельности, в разносторонней физической подготовленности занимающихся.

Адресат программы: программа предусматривает обучение в возрасте 16-17 лет.

Объем и срок освоения программы: 1 год

Уровень программы: стартовый

Формы обучения: очная

Особенности организации образовательного процесса: занятия проводятся в соответствии с учебным планом. Обучающиеся разбиты по группам согласно возрастным категориям

Режим занятий: : 1 час в неделю, согласно расписанию .(группа 2)

1.2 Цель и задачи программы

Цель: формирование разносторонней физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и сохранения здоровья через привлечение к выполнению норм ВФСК «ГТО».

Достижение цели осуществляется в ходе решения следующих **задач:**
обучающие;

овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека

повышение информированности учащихся о способах, средствах, формах организации самостоятельных занятий;

развивающие

развитие детского и детско-юношеского спорта в образовательной организации;

увеличение количества учащихся, регулярно занимающихся спортом;

увеличение уровня физической подготовленности учащихся;

соблюдение рекомендаций к недельному двигательному режиму;

обеспечение учащихся необходимой достоверной информацией о содержании ВФСК «ГТО» и его истории в нашей стране.

воспитательные

формирование у учащихся осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании, ведении здорового образа жизни;

подготовка команд образовательной организации для выступления на Фестивалях ГТО различных уровней;

Практическая значимость.

Внедрение ВФСК «ГТО» в общеобразовательных организациях является очень своевременным и актуальным. Данный комплекс предусматривает выполнение установленных нормативов, а также участие в физкультурно-

культурой и спортом, в овладении основными видами физкультурно-спортивной деятельности, в разносторонней физической подготовленности занимающихся.

Адресат программы: программа предусматривает обучение в возрасте 16-17 лет.

Объем и срок освоения программы: 1 год

Уровень программы: стартовый

Формы обучения: очная

Особенности организации образовательного процесса: занятия проводятся в соответствии с учебным планом. Обучающиеся разбиты по группам согласно возрастным категориям

Режим занятий: : 1 час в неделю, согласно расписанию .(группа 2)

1.2 Цель и задачи программы

Цель: формирование разносторонней физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и сохранения здоровья через привлечение к выполнению норм ВФСК «ГТО».

Достижение цели осуществляется в ходе решения следующих **задач:**
обучающие;

овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека

повышение информированности учащихся о способах, средствах, формах организации самостоятельных занятий;

развивающие

развитие детского и детско-юношеского спорта в образовательной организации;

увеличение количества учащихся, регулярно занимающихся спортом;

увеличение уровня физической подготовленности учащихся;

соблюдение рекомендаций к недельному двигательному режиму;

обеспечение учащихся необходимой достоверной информацией о содержании ВФСК «ГТО» и его истории в нашей стране.

воспитательные

формирование у учащихся осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании, ведении здорового образа жизни;

подготовка команд образовательной организации для выступления на Фестивалях ГТО различных уровней;

Практическая значимость.

Внедрение ВФСК «ГТО» в общеобразовательных организациях является очень своевременным и актуальным. Данный комплекс предусматривает выполнение установленных нормативов, а также участие в физкультурно-

спортивных мероприятиях. Возрождение комплекса призвано способствовать повышению уровня физического воспитания, формированию здорового образа жизни, готовности к труду и обороне у подрастающего поколения.

Рабочая программа дополнительного образования «Я выбираю ГТО» призвана оказать помощь в подготовке учащихся к выполнению норм ВФСК «ГТО», положительно мотивировать к увеличению двигательной активности через участие в предлагаемых дополнительных занятиях.

Подготовка и непосредственно выполнение тестов ГТО позволит более качественно проводить мониторинг состояния здоровья учащихся, отслеживать динамику изменения здоровья (учитывать их спортивный прогресс или регресс), понимать его причины.

Регулярные занятия физическими упражнениями и вовлечение подростков в осознанное ведение здорового образа жизни будут фундаментом, для укрепления здоровья населения России.

1.3 Воспитательный потенциал

Воспитательная работа по программы «Я выбираю ГТО» предполагает, что в результате проведения воспитательных мероприятий (сдача нормативов), будет достигнут высокий уровень сплоченности коллектива, повышения интереса к физическим занятиям и уровня личностных достижений.

1.4 Содержание программы

У СТУПЕНЬ

№ п/п	Тема	Количество часов			Форма контроля
		теория	практика	всего	
1.	<i>Обязательные испытания</i>				
	Вводное занятие				
	Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений	1		1	
	Комплекс ГТО в общеобразовательной организации.				
2.	Первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом	1		1	
3.	Разминка и её значение в занятиях физическими упражнениями	1		1	
4.	Техника высокого старта.			1	

	стартового разгона, финиширования	1			
5.	Бег на 30 м		1	1	
6.	Бег на 30 м		1	1	
7.	Эстафетный бег.		1	1	
8.	Бег на 60 м		1	1	
9.	Бег на 100 м		1	1	
10.	Стартовый контроль.		1	1	соревнования
11.	Бег в равномерном темпе 2 км		1	1	
12.	Бег в равномерном темпе 3 км		1	1	
13.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши)		1	1	
14.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши)		1	1	
15.	Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине (девушки)		1	1	
16.	Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине (девушки) или рывок гири 16 кг для юношей		1	1	
17.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу		1	1	
18.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу		1	1	
19.	Упражнения для развития силы. Упражнения для развития гибкости Наклон вперёд из положения ,стоя с прямыми ногами на полу		1	1	
20.	Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на полу Упражнения для развития силы. Упражнения для развития гибкости		1	1	
	Испытания				
21.	<i>(тесты) по выбору</i> Челночный бег 3—10 м		1	1	
22.	Челночный бег 3—10 м		1	1	
23.	Прыжок в длину с разбега		1	1	

24.	Прыжок в длину с разбега		1	1	
25.	Промежуточный контроль		1	1	соревнования
26.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		1	1	
27.	Прыжки на скакалке до 3 минут.		1	1	
28.	Прыжки на скакалке до 3 минут.		1	1	
29.	Метание спортивного снаряда : весом 700г (юноши)		1	1	
30.	Метание спортивного снаряда : весом 500г (девушки)		1	1	
31.	Поднимание туловища из положения лежа на спине		1	1	
32.	Поднимание туловища из положения лежа на спине		1	1	
33.	Кросс на 3 км по пересеченной местности (девушки)		1	1	
34.	Кросс на 5 км по пересеченной местности (юноши)		1	1	
35.	Итоговый контроль		1	1	соревнование
36.	Итоговый контроль	1		1	
	ИТОГО	5	31	36	

Содержание рабочей программы дополнительного образования «Я выбираю ГТО» состоит из двух разделов: «Теория ВФСК «ГТО»» и Практика «Физическое совершенствование».

V СТУПЕНЬ

Теория ВФСК «ГТО».

Физическая подготовка и её связь с развитием физических качеств. Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств. Требования техники безопасности на занятиях внеурочной деятельностью. Первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом. Подготовка к занятиям физической культурой (выбор мест занятий, инвентаря и одежды, планирование занятий с разной функциональной направленностью).

Подбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней гимнастики, физкультминуток, физкультпауз, коррекции осанки и телосложения.

Практика Физическое совершенствование.

Упражнения для развития скоростно-силовых способностей: бег с ускорением от 30 до 100 м; техника низкого старта, стартового разгона, финиширования; бег на короткие дистанции (60 м, 100 м); эстафетный бег; челночный бег 3x10 м; прыжок в длину с места, прыжки в длину с разбега; прыжки через препятствия; техника метания снаряда (гранаты) на дальность; метание снаряда (гранаты) на дальность в коридор 5-6 м.

Упражнения для развития выносливости: бег в равномерном темпе от 8 до 12 минут, бег на длинные дистанции (2 км, 3 км), прыжки на скакалке до 3 минут.

Упражнения для развития силы: сгибания и разгибания рук в упоре лёжа, подтягивания на высокой перекладине (юноши) и низкой перекладине (девушки), отжимания на брусьях, приседания, поднятие туловища в положении лёжа за 1 минуту, поднятие ног в висе на гимнастической стенке, броски набивных мячей 2-5 кг.

Упражнения для развития координационных способностей: метание мяча в горизонтальную и вертикальную цель с 6-8 м,

Упражнения для развития гибкости: наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, наклон вперед в положении сидя, с помощью партнёра, выпады вперед и в сторону, полушпагат.

Соревнования: выполнение контрольных нормативов, предусмотренных в 5 ступени ВФСК «ГТО», стартовый контроль, промежуточный контроль, итоговый контроль.

1.5 Планируемые результаты

Личностные результаты отражаются в готовности учащихся к саморазвитию индивидуальных свойств личности, которые приобретаются в процессе подготовки к выполнению нормативов ВФСК «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.

Личностными результатами, формируемыми при реализации РПДО «Я выбираю ГТО», являются:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы, воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей.

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

В соответствии с ФГОС ООО, СОО метапредметные результаты включают в себя универсальные учебные действия (УУД). Выделяются три группы универсальных учебных действий: регулятивные, познавательные, коммуникативные.

Регулятивные УУД:

- умение самостоятельно определять цели своей деятельности, ставить и формулировать новые задачи во внеурочной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения поставленной задачи, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора во внеурочной деятельности.

Познавательные УУД:

- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения поставленных задач;
- формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

Коммуникативные УУД:

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками;
- умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (ИКТ).

Предметные результаты:

Ученик будет знать:

- Что такое комплекс ГТО в общеобразовательной организации;

– Понятие «Физическая подготовка – основа успешного выполнения нормативов комплекса ГТО».

Уметь:

- владеть техникой бега на 30м, 60 м, 100 м;
- владеть техникой челночного бега;
- прыгать в длину с места, через препятствия;
- бегать на длинные дистанции: 1 км, 2 км, 3 км, 5 км;
- подтягиваться, отжиматься;
- поднимать туловище в положении лежа за 1 минуту;
- метать мяч (снаряд);
- выполнить наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;

Учащиеся будут уметь демонстрировать:

- максимальный результат при сдаче норм ГТО.

Основным инструментарием для оценивания результатов является приказ 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).

2 Комплекс организационно – педагогических условий

Календарный учебный график программы

Продолжительность образовательного процесса – 34 учебных недель:
начало занятий – 1 сентября, завершение - 25 мая.

сентябрь				октябрь				ноябрь				декабрь				январь				февраль				март				апрель				май			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у
								к								к	к							к											

График занятий: 1 раза в неделю, занятия по 1 академическому часу с 10-минутным перерывом согласно расписанию по группам.

	приказом министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 г. № 1897).		
2.	Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха. 5-9 классы: уч. пос. для общеобразоват. Организаций/ В.И. Лях. – М.: Просвещение, 2015.	1	-
3.	Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» 5-9 класс.	1	-
4.	Требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО).	1	-
Список литературы для учащихся:			
1.	Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и др. / Под ред. Виленского М.Я. Физическая культура. 5-7 классы. – М.: Просвещение, 2013, 2014. «Рекомендовано МО РФ»		-
2.	Лях В.И. Физическая культура. 8-9 класс. – М.: Просвещение, 2014. «Рекомендовано МО РФ»		-
Специализированный программно-аппаратный комплекс педагога:			
1.	Персональный компьютер с предустановленным программным обеспечением (Операционная система Windows, MSOffice для создания, обработки и редактирования электронных таблиц, текстов и презентаций)	1	-
2.	Копировально-множительная техника	1	-

Мультифункциональное устройство для сканирования и печати)		
Измерительные приборы:		
Компрессор для накачивания мячей	0	-
Стереометр	1	-
Вертикальная шкала для измерения угломера наклона	1	-
Пульсометр	0	-
Весы медицинские с ростомером	0	-
Аптечка медицинская	1	-
Спортивное оборудование:		
Брусья гимнастические	1	-
Перекладина гимнастическая	1	-
Скамейка гимнастическая	3	-
Стенка гимнастическая	4	-
Маты гимнастические	4	-
Маты поролоновые	8	-
Скамейка атлетическая наклонная	1	-
Гантели наборные	1	-
Мяч волевой 1 кг	4	-
Мяч волевой 2 кг	4	-
Мяч волевой 5 кг	4	-
Мяч малый 150 г	5	-
Мяч теннисный	5	-
Скамейка гимнастическая	5	-
Палка гимнастическая	-	-
Платформа для прыжков в высоту	-	-
Стойка для прыжков в высоту	-	-
Рулетка измерительная 10 м	1	-
Эстафетные накладки	2	-
Колеса (оранжевые)	10	-
Финалы	10	-
Белетки стартовые	5	-
Информационные ресурсы:		
http://www.edu.ru – Образовательный портал «Российской образование»		

Кадровое обеспечение : занятия проводит педагог дополнительного образования Демко Надежда Николаевна.

Методическое обеспечение образовательной программы:

- **Особенности организации учебного процесса :** Занятия проходят очно в спортивном зале МБОУ « Геройская средняя школа»

- **Методы обучения :** словесный, наглядный , практический , игровой.

- **Формы организации образовательного процесса:** групповая

- **Формы организации учебного занятия :** практическое занятие, соревнование, эстафета.

- **Педагогические технологии :** технология группового обучения и технология здоровьесберегающая.

Алгоритм занятия.

План проведения занятия предполагает следующие этапы:

Приветствие.

Разминка.

Определение темы занятий,

Информация о теме,

Тренинг (игра..),

Усвоение темы,

Закрепление материала, подведение итогов.

Дидактические материалы:

- использование карточек (с заданиями, с описаниями упражнений)
- использование наглядности (презентации, слайды, фотографии, видео соревнований), инвентаря (маты . мячи, скакалки, скамейки..)
-

2.3 Формы аттестации и контроля

С целью выявления уровня освоения программы проводится: входной контроль – проводится с целью определения физической подготовки детей (беседа, сдача нормативов ГТО); промежуточная аттестация – с целью определения изменения уровня физической подготовки детей, их способностей (беседа, тестирование, спортивные соревнования); итоговая аттестация – с целью определения результатов обучения (итоговые занятия, контрольные нормативы, тестирование); текущий контроль – осуществляется постоянно (тестирование, опрос, сдача нормативов)

Успешность усвоения содержания программы контролируется с помощью таблицы мониторинга результатов (приложение №1(в разделе 3), где результаты отмечаются согласно показателям по нормативам

2.4 Список литературы

	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Имеется в наличии	Необходимо приобрести
Список литературы для педагога:			
1.	Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 г. № 1897).	1	-
2.	Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха. 5-9 классы: уч. пос. для общеобразоват. организаций/ В.И. Лях. – М.: Просвещение, 2015.	1	-
3.	Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» 5-9 класс.	1	-
4.	Требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО).	1	-
Список литературы для учащихся:			
1.	Виленский М.Я., Туревский И.М., Тодычова Т.Ю. и др. / Под ред. Виленского М.Я. Физическая культура. 5-7 классы. – М.: Просвещение, 2013, 2014. «Рекомендовано МО РФ»		-
2.	Лях В.И. Физическая культура. 8-9 класс. – М.: Просвещение, 2014. «Рекомендовано МО РФ»		-

1880

1880

1880

Year
1880
1881
1882
1883
1884
1885
1886
1887
1888
1889
1890

Прошито, пронумеровано
скреплено печатью
листов.

Директор *Э. Л. Тохтарова* Э. Л. Тохтарова.



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 506007919238457772130328223527430359021468957954

Владелец Тохтарова Эльвина Ленуровна

Действителен с 06.11.2022 по 06.11.2023