

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «АНДРЕЕВСКИЙ УЧЕБНО - ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ
КОМПЛЕКС ГОРОДСКОГО ОКРУГА ДОКУЧАЕВСК»

РАССМОТРЕНО

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДЕНО

На заседании ШМО

Зам. Директора по УР

Директор ГБОУ

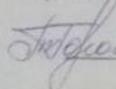
Протокол от «30» 08 2024г
№ 1

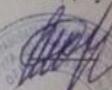
В.В. Михайловская «Андреевский УВК

«30» 08 2024г

г.о. Докучаевск»

Руководитель ШМО

 Т.Л. Горобий

 Е.Е. Дядыкова

«30» 08 2024г

М.П.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
по «Физической культуре»
для обучающихся среднего общего образования
для 10 - 11 классов

Рабочую программу составил:
Нечипуренко Николай
Николаевич
учитель физической культуры

2024— 2025 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре для 10–11 классов общеобразовательных организаций представляет собой методически оформленную концепцию требований ФГОС СОО и раскрывает их реализацию через конкретное содержание.

При создании программы по физической культуре учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для укрепления, поддержания здоровья и сохранения активного творческого долголетия.

В программе по физической культуре нашли свои отражения объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития российского общества, условия деятельности образовательных организаций, возросшие требования родителей, учителей и методистов к совершенствованию содержания общего образования, внедрение новых методик и технологий в учебно-воспитательный процесс.

При формировании основ программы по физической культуре использовались прогрессивные идеи и теоретические положения ведущих педагогических концепций, определяющих современное развитие отечественной системы образования:

концепция духовно-нравственного развития и воспитания гражданина Российской Федерации, ориентирующая учебно-воспитательный процесс на формирование гуманистических и патриотических качеств личности учащихся, ответственности за судьбу Родины;

концепция формирования универсальных учебных действий, определяющая основы становления российской гражданской идентичности обучающихся, активное их включение в культурную и общественную жизнь страны;

концепция формирования ключевых компетенций, устанавливающая основу саморазвития и самоопределения личности в процессе непрерывного образования;

концепция преподавания учебного предмета «Физическая культура», ориентирующая учебно-воспитательный процесс на внедрение новых технологий и инновационных подходов в обучении двигательным действиям, укреплении здоровья и развитии физических качеств;

концепция структуры и содержания учебного предмета «Физическая культура», обосновывающая направленность учебных программ на формирование целостной личности учащихся, потребность в бережном отношении к своему здоровью и ведению здорового образа жизни.

Общей целью общего образования по физической культуре является формирование разносторонней, физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В программе по физической

культуре для 10–11 классов данная цель конкретизируется и связывается с формированием потребности учащихся в здоровом образе жизни, дальнейшем накоплении практического опыта по использованию современных систем физической культуры в соответствии с личными интересами и индивидуальными показателями здоровья, особенностями предстоящей учебной и трудовой деятельности. Данная цель реализуется в программе по физической культуре по трём основным направлениям.

Развивающая направленность определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, повышением его надёжности, защитных и адаптивных свойств. Предполагаемым результатом данной направленности становится достижение обучающимися оптимального уровня физической подготовленности и работоспособности, готовности к выполнению нормативных требований комплекса «Готов к труду и обороне».

Обучающая направленность представляется закреплением основ организации и планирования самостоятельных занятий оздоровительной, спортивно – достиженческой и прикладно – ориентированной физической культурой, обогащением двигательного опыта за счёт индивидуализации содержания физических упражнений разной функциональной направленности, совершенствования технико-тактических действий в игровых видах спорта. Результатом этого направления предстают умения в планировании содержания активного отдыха и досуга в структурной организации здорового образа жизни, навыки в проведении самостоятельных занятий кондиционной тренировкой, умения контролировать состояние здоровья, физическое развитие и физическую подготовленность.

Воспитывающая направленность программы заключается в содействии активной социализации обучающихся на основе формирования научных представлений о социальной сущности физической культуры, её месте и роли в жизнедеятельности современного человека, воспитании социально значимых и личностных качеств. В числе предполагаемых практических результатов данной направленности можно выделить приобщение учащихся к культурным ценностям физической культуры, приобретение способов общения и коллективного взаимодействия во время совместной учебной, игровой и соревновательной деятельности, стремление к физическому совершенствованию и укреплению здоровья.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета, придания ей лично значимого смысла содержание программы по физической культуре представляется системой модулей, которые структурными компонентами входят в раздел «Физическое совершенствование».

Вариативные модули объединены в программе по физической культуре модулем «Спортивная и физическая подготовка», содержание которого разрабатывается образовательной организацией на основе федеральной рабочей программы по физической культуре для общеобразовательных организаций. Основной содержательной направленностью вариативных модулей является подготовка учащихся к выполнению нормативных требований Всероссийского

физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», активное вовлечение их в соревновательную деятельность.

Исходя из интересов учащихся, традиций конкретного региона или образовательной организации модуль «Спортивная и физическая подготовка» может разрабатываться учителями физической культуры на основе содержания базовой физической подготовки, национальных видов спорта, современных оздоровительных систем. В настоящей программе по физической культуре в помощь учителям физической культуры в рамках данного модуля предлагается содержательное наполнение модуля «Базовая физическая подготовка».

Минпросвещения России координирует мероприятия по развитию детско-юношеского спорта в общеобразовательных организациях и в связи с этим при реализации вариантов федерального учебного плана, где количество часов на физическую культуру составляет 2 часа, третий час необходимо реализовывать образовательной организацией за счет часов внеурочной деятельности

Рабочая программа внеурочной деятельности по предмету "Физическая культура 10 - 11 классы" разработана в соответствии с основной образовательной программой среднего общего образования МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ «АНДРЕЕВСКИЙ УЧЕБНО - ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС ВОЛНОВАХСКОГО РАЙОНА». В соответствии с приказом ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ "АНДРЕЕВСКИЙ УЧЕБНО - ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС ГОРОДСКОГО ОКРУГА ДОКУЧАЕВСК" от 28.08.2024 № 64 " О внесении изменений в основные образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования ГБОУ "Андреевский УВК г.о. Докучаевск"

Общее число часов, отведенных для изучения физической культуры в 10 -11 классах (внеурочная деятельность), составляет 68 часов, по 1 часу в неделю за счет обязательной части учебного плана основного общего образования. В 2024 - 2025 учебном году, с учетом годового календарного графика, запланировано: 10 класс - 34 часа; 11 класс - 33 часа.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

10 КЛАСС

Модуль «Спортивная и физическая подготовка». Техническая и специальная физическая подготовка по избранному виду спорта, выполнение соревновательных действий в стандартных и вариативных условиях. Физическая подготовка к выполнению нормативов комплекса «Готов к труду и обороне» с использованием средств базовой физической подготовки, видов спорта и оздоровительных систем физической культуры, национальных видов спорта, культурно-этнических игр.

Раздел «Физическое совершенствование»:

выполнять упражнения корригирующей и профилактической направленности, использовать их в режиме учебного дня и системе самостоятельных оздоровительных занятий;

выполнять комплексы упражнений из современных систем оздоровительной физической культуры, использовать их для самостоятельных занятий с учётом индивидуальных интересов и потребностей в физическом развитии и физическом совершенствовании;

демонстрировать технику приёмов и защитных действий из атлетических единоборств, выполнять их во взаимодействии с партнёром;

демонстрировать основные технические и тактические действия в игровых видах спорта, выполнять их в условиях учебной и соревновательной деятельности (футбол, волейбол, баскетбол);

выполнять комплексы физических упражнений на развитие основных физических качеств, демонстрировать ежегодные приросты в тестовых заданиях Комплекса «Готов к труду и обороне».

11 КЛАСС

Программа вариативного модуля «Базовая физическая подготовка».

Общая физическая подготовка.

Развитие силовых способностей. Комплексы общеразвивающих и локально воздействующих упражнений, отягощённых весом собственного тела и с использованием дополнительных средств (гантелей, эспандера, набивных мячей, штанги и других). Комплексы упражнений на тренажёрных устройствах. Упражнения на гимнастических снарядах (брусках, перекладинах, гимнастической стенке и других). Броски набивного мяча двумя и одной рукой из положений стоя и сидя (вверх, вперёд, назад, в стороны, снизу и сбоку, от груди, из-за головы). Прыжковые упражнения с дополнительным отягощением (напрыгивание и спрыгивание, прыжки через скакалку, многоскоки, прыжки через препятствия и другие). Бег с дополнительным отягощением (в горку и с горки, на короткие дистанции, эстафеты). Передвижения в висе и упоре на руках. Лазанье (по канату, по гимнастической стенке с дополнительным отягощением). Переноска непредельных тяжестей (сверстников способом на

спине). Подвижные игры с силовой направленностью (импровизированный баскетбол с набивным мячом и другое).

Развитие скоростных способностей.

Бег на месте в максимальном темпе (в упоре о гимнастическую стенку и без упора). Челночный бег. Бег по разметке с максимальным темпом. Повторный бег с максимальной скоростью и максимальной частотой шагов (10–15 м). Бег с ускорениями из разных исходных положений. Бег с максимальной скоростью и собиранием малых предметов, лежащих на полу и на разной высоте. Стартовые ускорения по дифференцированному сигналу. Метание малых мячей по движущимся мишеням (катящейся, раскачивающейся, летящей). Ловля теннисного мяча после отскока от пола, стены (правой и левой рукой). Передача теннисного мяча в парах правой (левой) рукой и попеременно. Ведение теннисного мяча ногами с ускорением по прямой, по кругу, вокруг стоек. Прыжки через скакалку на месте и в движении с максимальной частотой прыжков. Преодоление полосы препятствий, включающей в себя прыжки на разную высоту и длину, по разметке, бег с максимальной скоростью в разных направлениях и с преодолением опор различной высоты и ширины, повороты, обегание различных предметов (легкоатлетических стоек, мячей, лежащих на полу или подвешенных на высоте). Эстафеты и подвижные игры со скоростной направленностью. Технические действия из базовых видов спорта, выполняемые с максимальной скоростью движений.

Развитие выносливости.

Равномерный бег и передвижение на лыжах в режимах умеренной и большой интенсивности. Повторный бег и передвижение на лыжах в режимах максимальной и субмаксимальной интенсивности. Кроссовый бег и марш-бросок на лыжах.

Развитие координации движений.

Жонглирование большими (волейбольными) и малыми (теннисными) мячами. Жонглирование гимнастической палкой. Жонглирование волейбольным мячом головой. Метание малых и больших мячей в мишень (неподвижную и двигающуюся). Передвижения по возвышенной и наклонной, ограниченной по ширине опоре (без предмета и с предметом на голове). Упражнения в статическом равновесии. Упражнения в воспроизведении пространственной точности движений руками, ногами, туловищем. Упражнение на точность дифференцирования мышечных усилий. Подвижные и спортивные игры.

Развитие гибкости.

Комплексы общеразвивающих упражнений (активных и пассивных), выполняемых с большой амплитудой движений. Упражнения на растяжение и расслабление мышц. Специальные упражнения для развития подвижности суставов (полушпагат, шпагат, выкруты гимнастической палки).

Упражнения культурно-этнической направленности. Сюжетно-образные и обрядовые игры. Технические действия национальных видов спорта.

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
ПРОЦЕССА
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

1. Физическая культура. 10 -11 классы: базовый уровень Г.И Погодаев - 8 - е изд. - М.: Дрофа
2. Физическая культура, 10-11 классы/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Физическая культура. 10 -11 классы: базовый уровень Г.И Погодаев - 8 - е изд. - М.: Дрофа
2. Давыдова С.А., Галеев А.Р., Синявский Н.И., Фурсов А.В. Комплекс ГТО как основа физкультурно-оздоровительной и спортивно массовой работы в школе : учебно-методическое пособие / С.А. Давыдова, А.Р. Галеев, Н.И.Синявский, А.В. Фурсов. Нижневартовск: изд-во НВГУ, 2021.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ

ИНТЕРНЕТ

Официальный сайт ВФСК "ГТО" <https://www.gto.ru/>
Российская электронная школа <https://resh.edu.ru/subject/>
ЦОС Моя школа <https://myschool.edu.ru>

Тематическое планирование

10 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контроль ные работы	Практичес кие работы	
Модуль «Спортивная и физическая подготовка»					
1.1	Модуль «Спортивная подготовка»	10			
	Базовая физическая подготовка	24			
Итого по разделу		34			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	0	

Тематическое планирование

11 КЛАСС

№ п/п	Наименован ие разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательн ые ресурсы
		Всего	Контроль ные работы	Практичес кие работы	
Раздел. Спортивно-оздоровительная деятельность					
1.1	«Спортивная подготовка»	10			
1.2	«Базовая физическая подготовка»	23			
Итого по разделу		33			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		33	0	0	

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «АНДРЕЕВСКИЙ УЧЕБНО - ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ
КОМПЛЕКС ГОРОДСКОГО ОКРУГА ДОКУЧАЕВСК»

РАССМОТРЕНО

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДЕНО

На заседании ШМО

Зам. Директора по УР

Директор ГБОУ

Протокол от «30» 08, 2024г
№ 1

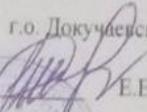
___ В.В. Михайловская «Андреевский УВК

«___» ___ 2024г

г.о. Докучаевск»

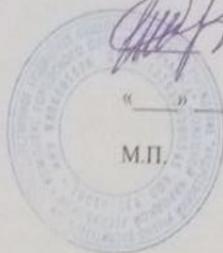
Руководитель ШМО

 Т.Л. Горобий

 Е.Е. Дядькова

«___» ___ 2024г

М.П.



КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

предмета физическая культура
для 10 класса
(внеурочная деятельность)

Разработано учителем:
Нечипуренко Н.Н.

2024 - 2025 учебный год

Поурочное планирование 10 класс

№ п/п	дата		Тема урока	Количество часов
	план	факт		
Модуль «Спортивная и физическая подготовка»				
1.	06.09		Спортивная подготовка (СФП) волейболу	
2.	13.09		Спортивная подготовка (СФП) волейболу	
3.	20.09		Спортивная подготовка (СФП) волейболу	
4.	27.09		Спортивная подготовка (СФП) волейболу	
5.	04.10		Спортивная подготовка (СФП) волейболу	
6.	11.10		Спортивная подготовка (СФП) волейболу	
7.	18.10		Спортивная подготовка (СФП) волейболу	
8.	25.10		Спортивная подготовка (СФП) бадминтону	
9.	08.11		Спортивная подготовка (СФП) бадминтону	
10.	15.11		Спортивная подготовка (СФП) бадминтону	
11.	22.11		ТБ при выполнении нормативов ГТО. Знания о ГТО	
12.	29.11		Техника и тактика бега на спринтерские дистанции	
13.	06.12		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 60 м или 100 м	
14.	13.12		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 60 м или 100 м	
15.	20.12		Техника и тактика бега на стайерские дистанции	
16.	27.12		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 2000 м или 3000 м	
17.	10.01		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 2000 м или 3000 м	
18.	17.01		Техника и тактика бега по пересечённой местности	
19.	24.01		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км или 5 км	
20.			Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км или 5 км	

21.	31.01		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине.	
22.	07.02		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине.	
23.	14.02		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Рывок гири 16 кг. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	
24.	21.02		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Рывок гири 16 кг. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	
25.	28.02		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	
26.	07.03		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	
27.	14.03		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	
28.	21.03		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	
29.	04.04		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 500 г(д), 700 г(ю)	
30.	11.04		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 500 г(д), 700 г(ю)	
31.	18.04		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10 м	
32.	25.04		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10 м	
33.	16.05		Фестиваль «Мы готовы к ГТО!». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 6 ступени	
34.	23.05		Фестиваль «Мы готовы к ГТО!». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 6 ступени	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ				34

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «АНДРЕЕВСКИЙ УЧЕБНО - ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ
КОМПЛЕКС ГОРОДСКОГО ОКРУГА ДОКУЧАЕВСК»

РАССМОТРЕНО

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДЕНО

На заседании ШМО

Зам. Директора по УР

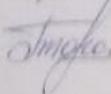
Директор ГБОУ

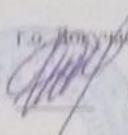
Протокол от «30» 08 2024г
№ 1

___ В.В. Михайловская «Андреевский УВК

«___» ___ 2024г г.о. Докучаевск»

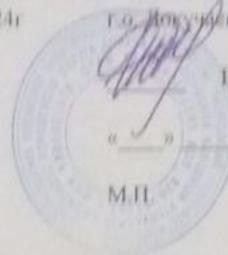
Руководитель ШМО

 Т.Л. Горобний


Т.Е. Дьялкова

«___» ___ 2024г

М.П.



КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

предмета физическая культура
для 11 класса
(внеурочная деятельность)

Разработано учителем:
Нечипуренко Н.Н.

2024 - 2025 учебный год

Поурочное планирование 11 класс

№	Дата		Тема урока	Количество часов
	п/п	план		
Раздел: Спортивно-оздоровительная деятельность				
Модуль 1: «Спорт»				
1.	06.09		Правила ТБ. Первая помощь при травмах. Подвижные игры	
2.	13.09		История ВФСК ГТО и ГТО в наши дни. Подвижные игры	
3.	20.09		Правила выполнения спортивных нормативов ВФСК ГТО 3-4 ступени.	
4.	27.09		Спортивная подготовка (СФП) по волейболу	
5.	04.10		Спортивная подготовка (СФП) по волейболу	
6.	11.10		Спортивная подготовка (СФП) по волейболу	
7.	18.10		Спортивная подготовка (СФП) по волейболу	
8.	25.10		Спортивная подготовка (СФП) по волейболу	
9.	08.11		Спортивная подготовка (СФП) по волейболу	
10.	15.11		Спортивная подготовка (СФП) по баскетболу	
11.	22.11		Спортивная подготовка (СФП) по баскетболу	
12.	29.11		Спортивная подготовка (СФП) по баскетболу	
13.	06.12		Спортивная подготовка (СФП) по баскетболу	
14.	13.12		Техника и тактика бега на спринтерские дистанции	
15.	20.12		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 60 м или 100 м	
16.	27.12		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 60 м или 100 м	
17.	10.01		Техника и тактика бега на средние дистанции	
18.	17.01		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 2000 м или 3000 м	

19.	24.01		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 2000 м или 3000 м	
20.	31.01		Техника и тактика бега по пересеченной местности	
21.	07.02		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км или 5 км	
22.	14.02		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км или 5 км	
23.	21.02		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине. Рывок гири 16 кг. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	
24.	28.02		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине. Рывок гири 16 кг. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	
25.	07.03		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	
26.	14.03		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	
27.	21.03		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	
28.	04.04		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	
29.	11.04		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 500 г(д), 700 г(ю)	
30.	18.04		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 500 г(д), 700 г(ю)	
31.	25.04		Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10 м	
32.	16.05		Фестиваль «Мы готовы к ГТО!». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 6-7 ступени	

33.	23.05		Фестиваль «Мы готовы к ГТО!». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 6-7 ступени	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ				33

Пропито, пронумеровано и скреплено печатью
14 (*zeinshilsgast*) листов

Должность Директор ГБОУ «Андреевский
УВК го. Докучаевск»
Подпись _____ / Е. Е. Дидыкова /

