

Мастер-класс по теме: «Эффективный способ решения учебных задач по подготовке учащихся к успешной сдаче нормативов ГТО»



Учитель физической
культуры и ОБЖ
МБОУ СОШ №11
а.Ходзь
Бегеретов А.Ш.

Цель:

Поделиться способами и методами работы с обучающимися, с помощью которых они достигают хороших показателей и успешно сдают нормы ГТО.



Задачи:

- Способствовать гармоничному развитию физических качеств учащихся.
- Воспитать у учащихся чувство коллективизма.



«РЕЗИНОЧКА»

Развивает вестибулярный аппарат, координацию, внимание.

Учит тренироваться, побеждать, достойно проигрывать, прыгать выше всех и дружить с ребятами.



«АРТ-ЦАПЛЯ»

Действует на мышцы спины и ног.

Развивает гибкость.



«ПЫЛЕСОС»

Развивает: гибкость, мелкую моторику и скорость реакции.



«Ч Ы Н»

Развивает: меткость, внимание, мышцы рук, спины и ног.





МИНИСТЕРСТВО СПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Комитет РФ по физической
культуре и спорту

УДОСТОВЕРЕНИЕ № 16079/78
Крибичев
Александр
Александрович

НАГРАЖДЕН(А)
СЕРЕБРЯНЫМ ЗНАКОМ ОТЛИЧИЯ
ВСЕРОССИЙСКОГО
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО
КОМПЛЕКСА
«ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»
IV СТУПЕНИ

Приказ от 05 июля 2016 г. № 403
М.П.



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Комитет РФ по физической
культуре и спорту

УДОСТОВЕРЕНИЕ № 16079/75
Вашков
Александр
Святиславович

НАГРАЖДЕН(А)
СЕРЕБРЯНЫМ ЗНАКОМ ОТЛИЧИЯ
ВСЕРОССИЙСКОГО
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО
КОМПЛЕКСА
«ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»
IV СТУПЕНИ

Приказ от 05 июля 2016 г. № 403
М.П.



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Комитет РФ по физической
культуре и спорту

УДОСТОВЕРЕНИЕ № 16079/77
Крибичев
Александр
Александрович

НАГРАЖДЕН(А)
СЕРЕБРЯНЫМ ЗНАКОМ ОТЛИЧИЯ
ВСЕРОССИЙСКОГО
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО
КОМПЛЕКСА
«ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»
IV СТУПЕНИ

Приказ от 05 июля 2016 г. № 403
М.П.



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Комитет РФ по физической
культуре и спорту

УДОСТОВЕРЕНИЕ № 16079/79
Фарсов
Александр
Александрович

НАГРАЖДЕН(А)
СЕРЕБРЯНЫМ ЗНАКОМ ОТЛИЧИЯ
ВСЕРОССИЙСКОГО
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО
КОМПЛЕКСА
«ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»
IV СТУПЕНИ

Приказ от 05 июля 2016 г. № 403
М.П.



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Комитет РФ по физической
культуре и спорту

УДОСТОВЕРЕНИЕ № 16079/80
Арашлов
Александр
Александрович

НАГРАЖДЕН(А)
СЕРЕБРЯНЫМ ЗНАКОМ ОТЛИЧИЯ
ВСЕРОССИЙСКОГО
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО
КОМПЛЕКСА
«ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»
IV СТУПЕНИ

Приказ от 05 июля 2016 г. № 403
М.П.



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Комитет РФ по физической
культуре и спорту

УДОСТОВЕРЕНИЕ № 16079/76
Лалашов
Александр
Александрович

НАГРАЖДЕН(А)
СЕРЕБРЯНЫМ ЗНАКОМ ОТЛИЧИЯ
ВСЕРОССИЙСКОГО
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО
КОМПЛЕКСА
«ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»
IV СТУПЕНИ

Приказ от 05 июля 2016 г. № 403
М.П.



Вывод:

- Развитие физических качеств для сдачи норм ГТО у детей наиболее эффективно проходит в ходе подвижной игры специальной направленности.
- Любые формы, которые развивают физические качества, могут быть полезны для подготовки к выполнению норм ГТО.



ГОТОВ К ТРУДУ
И ОБОРОНЕ

www.vlc.ru

Большое спасибо
за внимание!