



**ГБОУ ДПО ЦПКС  
Фрунзенского района Санкт-Петербурга  
«Информационно-методический центр»  
Директор О.А. Римкявичене**

**Адрес:** 192241, Санкт-Петербург, ул. Турку, д.20, корп.2  
**Телефоны:** +7 (812) 705-60-35; факс: (812) 268-79-67  
**E-mail:** info@edu-frn.spb.ru  
**Internet:** http://edu-frn.spb.ru

**САЙТ для учителей физической культуры**  
**Физическая культура в ОУ Фрунзенского района**  
<http://fizkult-imc.ru>

Методист ИМЦ Р.Ю. Бегунов, **E-mail:** [methodist-ruslan@yandex.ru](mailto:methodist-ruslan@yandex.ru)

**ГБОУ СОШ № 311  
Фрунзенского района, Санкт-Петербурга  
Директор: Виноградова Вероника Львовна**

**Адрес:** 192212, Санкт-Петербург,  
улица Белградская, дом 14, корпус 2, литер А  
**Телефоны:** +7 (812) 774-32-25  
**Официальный сайт:** <http://www.school311.spb.ru>  
**Электронная почта:** [school311@edu-frn.spb.ru](mailto:school311@edu-frn.spb.ru)

**В подготовке семинара приняли участие:**

Н.Е. Афонина, Т.Н. Васильева, И.Н. Кузьменкова, Р.Ю. Бегунов, Е.И. Круглова, И.П. Степанова, О.А. Круглова, О.И. Коваленко, В.Л. Виноградова, Е.В. Лавреева, М.Г. Бидерман.



**Государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного педагогического профессионального образования центра повышения квалификации специалистов Фрунзенского района Санкт-Петербурга «Информационно-методический центр»**

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 311 с углубленным изучением физики Фрунзенского района Санкт-Петербурга**



**ПРОГРАММА  
районного семинара**

**для председателей школьных методических объединений и учителей физической культуры Фрунзенского района.**

**ТЕМА СЕМИНАРА:**

**«Гимнастика. Виды группировок, перекаты, акробатическая комбинация.»**

**Санкт-Петербург  
09 декабря 2015 года**

**Дата проведения: 09 декабря 2015 года**

**Место проведения: ГБОУ СОШ № 311  
Фрунзенского района Санкт-Петербурга**

**Цель мероприятия:**

- обмен опытом: посредством открытого урока и мастер класса.
- информационная и методическая поддержка учителей физической культуры Фрунзенского района.

**Задачи мероприятия:**

- проведения открытого урока по физической культуре по теме «Школьная гимнастика- здоровье и пластика».
- обсуждение плана мероприятий на вторую половину 2015-2016 учебного года.
- подведение итогов районного этапа олимпиады по физической культуре 2015-2016 учебного года.
- конкурсы: педагогического мастерства.



## **РАЙОННЫЙ СЕМИНАР**

### **«Гимнастика. Виды группировок, перекаты, акробатическая комбинация.»**

**14.40-15.00**

Регистрация участников. Спортивный зал.

**15.00-15.05**

Вступительное слово методиста ИМЦ Фрунзенского района Санкт-Петербурга **Бегунова Руслана Юрьевича**

**Приветственное слово:**

директора ГБОУ СОШ № 311

**Виноградовой Вероники Львовны**

Заместителя директора по УВР ГБОУ СОШ № 311

**Лавреевой Елены Валентиновны**

**15.05-15.25**

**Открытый урок:**

«Школьная гимнастика - здоровье и пластика!» – учитель физической культуры ГБОУ СОШ № 311:

**Бидерман Михаил Геннадьевич.** Спортивный зал.

**15.25-15.30**

Обсуждение открытого урока.

**Р.Ю. Бегунов,** методист ИМЦ Фрунзенского района, учителя района.

**15.30-15.40**

**Переход в лекционный зал**

**15.45- 16.00**

- подведение итогов районного этапа олимпиады по физической культуре 2015-2016 учебного года

- подведение итогов городского мониторинг по ГТО 2015-2016 учебного года.

- обсуждение плана мероприятий на вторую половину 2015-2016 учебного года.

- конкурсы: педагогического мастерства

**Р.Ю. Бегунов,** методист ИМЦ Фрунзенского района Санкт-Петербурга

**16.00- 16.10**

**Открытый микрофон. Подведение итогов.**

**Дополнительная информация от ИМЦ на ноябрь:**

**Следующий районный семинар 15 января 2016 г.**

**ГБОУ СОШ № 305 Фрунзенского района Санкт-Петербурга**

**адрес: 192242, Санкт-Петербург, улица Будапештская, дом 8, корпус 3,  
литер А**

**Внешний мониторинг:**

**Сдача внешнего мониторинга до 10 февраля 2016 г.**

**3 класс**

- Челночный бег 3x10

- Подтягивание (мальчики высокая перекладина, девочки низкая)

**4 класс**

- Челночный бег 3x10

- Подтягивание (мальчики высокая перекладина, девочки низкая)