

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Тульской области

МО Дубенский район

МКОУ Протасовская ООШ

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора по УВР

Соломатов В.С.

Протокол № 5

от "15" 06.22 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Николаева А.В.

Приказ № 23

от "15" 06.22 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 4086448)

учебного предмета

«Физическая культура»

для 7 класса основного общего образования

на 2022-2023 учебный год

Составитель: Соломатов Виктор Сергеевич
учитель физической культуры

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

При создании рабочей программы 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 самоопределения, саморазвития и самоактуализации. В рабочей программе нашли свои отражения объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития российского общества, условия деятельности образовательных организаций, возросшие требования родителей, учителей и методистов к совершенствованию содержания школьного образования, внедрению новых методик и технологий в учебно-воспитательный процесс.

В своей социально-ценностной ориентации рабочая программа сохраняет исторически сложившееся предназначение дисциплины «Физическая культура» в качестве средства подготовки учащихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств. Программа обеспечивает преемственность с Примерной рабочей программой начального среднего общего образования, предусматривает возможность активной подготовки учащихся к выполнению нормативов «Президентских состязаний» и «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО».

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Общей целью школьного образования по физической культуре является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В рабочей программе для 7 класса данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Развивающая направленность рабочей программы определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение школьниками знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможностью познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение рабочей программы заключается в содействии активной социализации школьников на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию. В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.

Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования в основной школе является воспитание целостной личности учащихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы. Реализация этой идеи становится возможной на основе содержания учебной дисциплины «Физическая культура», которое представляется двигательной деятельностью с её базовыми компонентами: информационным (знания о физической культуре), операциональным (способы самостоятельной деятельности) и мотивационно-процессуальным (физическое совершенствование).

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

Инвариантные модули включают в себя содержание базовых видов спорта: гимнастика, лёгкая атлетика, зимние виды спорта (на примере лыжной подготовки[1]), спортивные игры, плавание. Данные модули в своём предметном содержании ориентируются на всестороннюю физическую подготовленность учащихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

Вариативные модули объединены в рабочей программе модулем «Спорт», содержание которого разрабатывается образовательной организацией на основе Примерных модульных программ по физической культуре для общеобразовательных организаций, рекомендуемых Министерством

просвещения Российской Федерации. Основной содержательной направленностью вариативных модулей является подготовка учащихся к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, активное вовлечение их в соревновательную деятельность.

Исходя из интересов учащихся, традиций конкретного региона или образовательной организации, модуль «Спорт» может разрабатываться учителями физической культуры на основе содержания базовой физической подготовки, национальных видов спорта, современных оздоровительных систем. В настоящей рабочей программе в помощь учителям физической культуры в рамках данного модуля, представлено примерное содержание «Базовой физической подготовки».

В программе предусмотрен раздел «Универсальные учебные действия», в котором раскрывается вклад предмета в формирование познавательных, коммуникативных и регулятивных действий, соответствующих возможностям и особенностям школьников данного возраста. Личностные достижения непосредственно связаны с конкретным содержанием учебного предмета и представлены по мере его раскрытия.

Содержание рабочей программы, раскрытие личностных и метапредметных результатов обеспечивает преемственность и перспективность в освоении областей знаний, которые отражают ведущие идеи учебных предметов основной школы и подчёркивают её значение для формирования готовности учащихся к дальнейшему образованию в системе среднего полного или среднего профессионального образования.

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

В 7 классе на изучение предмета отводится 2 часа в неделю, суммарно 68 часа, третий час реализуется за счет программы внеурочной деятельности.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Знания о физической культуре. Зарождение олимпийского движения в дореволюционной России; роль А.Д. Бутовского в развитии отечественной системы физического воспитания и спорта. Олимпийское движение в СССР и современной России; характеристика основных этапов развития. Выдающиеся советские и российские олимпийцы.

Влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности современного человека.

Способы самостоятельной деятельности. Правила техники безопасности и гигиены мест занятий в процессе выполнения физических упражнений на открытых площадках. Ведение дневника по физической культуре.

Техническая подготовка и её значение для человека; основные правила технической подготовки. Двигательные действия как основа технической подготовки; понятие двигательного умения и двигательного навыка. Способы оценивания техники двигательных действий и организация процедуры оценивания. Ошибки при разучивании техники выполнения двигательных действий, причины и способы их предупреждения при самостоятельных занятиях технической подготовкой.

Планирование самостоятельных занятий технической подготовкой на учебный год и учебную четверть. Составление плана учебного занятия по самостоятельной технической подготовке. Способы оценивания оздоровительного эффекта занятий физической культурой с помощью «индекса Кетле», «ортостатической пробы», «функциональной пробы со стандартной нагрузкой».

Физическое совершенствование. Физкультурно-оздоровительная деятельность. Оздоровительные комплексы для самостоятельных занятий с добавлением ранее разученных упражнений: для коррекции телосложения и профилактики нарушения осанки; дыхательной и зрительной гимнастики в режиме учебного дня.

Спортивно-оздоровительная деятельность. Модуль «Гимнастика». Акробатические комбинации из ранее разученных упражнений с добавлением упражнений ритмической гимнастики (девочки). Простейшие акробатические пирамиды в парах и тройках (девочки). Стойка на голове с опорой на руки; акробатическая комбинация из разученных упражнений в равновесии, стойках, кувырках (мальчики).

Комплекс упражнений степ-аэробики, включающий упражнения в ходьбе, прыжках, спрыгивании и запрыгивании с поворотами разведением рук и ног, выполняемых в среднем и высоком темпе (девочки).

Комбинация на гимнастическом бревне из ранее разученных упражнений с добавлением упражнений на статическое и динамическое равновесие (девочки). Комбинация на низкой гимнастической перекладине из ранее разученных упражнений в висах, упорах, переворотах (мальчики). Лазанье по канату в два приёма (мальчики).

Модуль «Лёгкая атлетика». Бег с преодолением препятствий способами «наступление» и «прыжковый бег»; эстафетный бег. Ранее освоенные беговые упражнения с увеличением скорости передвижения и продолжительности выполнения; прыжки с разбега в длину способом «согнув ноги» и в высоту способом «перешагивание».

Метание малого (теннисного) мяча по движущейся (катящейся) с разной скоростью мишени.

Модуль «Зимние виды спорта». Торможение и поворот на лыжах упором при спуске с пологого склона; переход с передвижения попеременным двухшажным ходом на передвижение одновременным одношажным ходом и обратно во время прохождения учебной дистанции; спуски и подъёмы ранее освоенными способами.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Передача и ловля мяча после отскока от пола; бросок в корзину двумя руками снизу и от груди после ведения. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов без мяча и с мячом: ведение, приёмы и передачи, броски в корзину.

Волейбол. Верхняя прямая подача мяча в разные зоны площадки соперника; передача мяча через сетку двумя руками сверху и перевод мяча за голову. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Футбол. Средние и длинные передачи мяча по прямой и диагонали; тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Совершенствование техники ранее разученных гимнастических и акробатических упражнений, упражнений лёгкой атлетики и зимних видов спорта, технических действий спортивных игр.

Модуль «Спорт». Физическая подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО с использованием средств базовой физической подготовки, видов спорта и оздоровительных систем физической культуры, национальных видов спорта, культурно-этнических игр.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев;

готовность отстаивать символы Российской Федерации во время спортивных соревнований, уважать традиции и принципы современных Олимпийских игр и олимпийского движения;

готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга;

готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;

готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом;

стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;

готовность организовывать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей;

осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;

осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;

способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;

готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

готовность соблюдать правила и требования к организации бивуака во время туристских походов, противостоять действиям и поступкам, приносящим вред окружающей среде;

освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, игровой и соревновательной деятельности;

повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей;

формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Универсальные познавательные действия:

проводить сравнение соревновательных упражнений Олимпийских игр древности и современных Олимпийских игр, выявлять их общность и различия;

осмысливать Олимпийскую хартию как основополагающий документ современного олимпийского движения, приводить примеры её гуманистической направленности;

анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек;

характеризовать туристские походы как форму активного отдыха, выявлять их целевое предназначение в сохранении и укреплении здоровья; руководствоваться требованиями техники безопасности во время передвижения по маршруту и организации бивуака;

устанавливать причинно-следственную связь между планированием режима дня и изменениями показателей работоспособности;

устанавливать связь негативного влияния нарушения осанки на состояние здоровья и выявлять причины нарушений, измерять индивидуальную форму и составлять комплексы упражнений по профилактике и коррекции выявляемых нарушений;

устанавливать причинно-следственную связь между уровнем развития физических качеств, состоянием здоровья и функциональными возможностями основных систем организма;

устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;

устанавливать причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма.

Универсальные коммуникативные действия:

выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источников об образцах техники выполнения разучиваемых упражнений, правилах планирования самостоятельных занятий физической и технической подготовкой;

вести наблюдения за развитием физических качеств, сравнивать их показатели с данными возрастно-половых стандартов, составлять планы занятий на основе определённых правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и внешним признакам утомления;

описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы движений, подбирать подготовительные упражнения и планировать последовательность решения задач обучения; оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;

наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими учащимися, сравнивать её с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;

изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого упражнения, рассматривать и моделировать появление ошибок, анализировать возможные причины их появления, выяснять способы их устранения.

Универсальные учебные регулятивные действия:

составлять и выполнять индивидуальные комплексы физических упражнений с разной функциональной направленностью, выявлять особенности их воздействия на состояние организма, развитие его резервных возможностей с помощью процедур контроля и функциональных проб;

составлять и выполнять акробатические и гимнастические комплексы упражнений, самостоятельно разучивать сложно-координированные упражнения на спортивных снарядах;

активно взаимодействовать в условиях учебной и игровой деятельности, ориентироваться на указания учителя и правила игры при возникновении конфликтных и нестандартных ситуаций, признавать своё право и право других на ошибку, право на её совместное исправление;

разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодействуют при совместных тактических действиях в защите и нападении, терпимо относится к ошибкам игроков своей команды и команды соперников;

организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, применять способы и приёмы помощи в зависимости от характера и признаков полученной травмы.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения в 7 классе обучающийся научится:

проводить анализ причин зарождения современного олимпийского движения, давать характеристику основным этапам его развития в СССР и современной России;

объяснять положительное влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание личностных качеств современных школьников, приводить примеры из собственной жизни;

объяснять понятие «техника физических упражнений», руководствоваться правилами технической подготовки при самостоятельном обучении новым физическим упражнениям, проводить процедуры оценивания техники их выполнения;

составлять планы самостоятельных занятий физической и технической подготовкой, распределять их в недельном и месячном циклах учебного года, оценивать их оздоровительный эффект с помощью «индекса Кетле» и «ортостатической пробы» (по образцу);

выполнять лазанье по канату в два приёма (юноши) и простейшие акробатические пирамиды в парах и тройках (девушки);

составлять и самостоятельно разучивать комплекс степ-аэробики, включающий упражнения в ходьбе, прыжках, спрыгивании и запрыгивании с поворотами, разведением рук и ног (девушки);

выполнять стойку на голове с опорой на руки и включать её в акробатическую комбинацию из ранее освоенных упражнений (юноши);

выполнять беговые упражнения с преодолением препятствий способами «наступление» и «прыжковый бег», применять их в беге по пересечённой местности;

выполнять метание малого мяча на точность в неподвижную, качающуюся и катящуюся с разной скоростью мишень;

выполнять переход с передвижения попеременным двухшажным ходом на передвижение одновременным одношажным ходом и обратно во время прохождения учебной дистанции; наблюдать и анализировать его выполнение другими учащимися, сравнивая с заданным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы устранения (для бесснежных районов — имитация перехода);

демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр:

баскетбол (передача и ловля мяча после отскока от пола; броски мяча двумя руками снизу и от груди в движении; использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

волейбол (передача мяча за голову на своей площадке и через сетку; использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

футбол (средние и длинные передачи футбольного мяча; тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии; использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы				
Раздел 1. ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ								
1.1.	Зарождение олимпийского движения	0.25	0	0.25	Укажите период	обсуждают условия и ситуации, в которых проявляются качества личности на занятиях физической культурой и спортом;;	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/
1.2.	Олимпийское движение в СССР и современной России	0.25	0	0.25	Укажите период	обсуждают биографии многократных чемпионов летних Олимпийских игр, их спортивные успехи и достижения;;	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/
1.3.	Знакомство с выдающимися олимпийскими чемпионами	0.25	0	0.25	Укажите период	обсуждают биографии многократных чемпионов зимних Олимпийских игр, их спортивные успехи и достижения;;	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/
1.4.	Воспитание качеств личности в процессе занятий физической культурой и спортом	0.25	0	0.25	Укажите период	узнают примеры проявления личностных качеств великими спортсменами, приводят примеры из своего жизненного опыта;	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		1						
Раздел 2. СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ								
2.1.	Ведение дневника физической культуры	0.25	0	0.25	Укажите период	составляют и заполняют дневник физической культуры в течение учебного года;;	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/
2.2.	Понятие «техническая подготовка»	0.25	0	0.25	Укажите период	осмысливают понятие «техническая подготовка», выясняют значение технической подготовки в жизни человека и его профессиональной деятельности, укреплении здоровья и физической подготовленности, приводят примеры необходимости технической подготовки для школьников;;	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/
2.3.	Понятия «двигательное действие», «двигательное умение», «двигательный навык»	0.25	0	0.25	Укажите период	изучают основные правила технической подготовки, осмысливают необходимость их	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/

						соблюдения при самостоятельных занятиях по обучению новым физическим упражнениям;;		
2.4.	Способы и процедуры оценивания техники двигательных действий	0.25	0	0.25	Укажите период	осмысливают понятие «двигательное действие», его общность и различие с понятием «физическое упражнение», рассматривают примеры и выявляют отличительные признаки, устанавливают причинно-следственную связь между двигательными действиями и физическими упражнениями;;	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/
2.5.	Ошибки в технике упражнений и их предупреждение	0.25	0	0.25	Укажите период	знакомятся с понятием «техника двигательного действия», рассматривают основные проявления техники, приводят примеры двигательных действий с хорошей и недостаточной техникой выполнения;;	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/
2.6.	Планирование занятий технической подготовкой	0.25	0	0.25	Укажите период	устанавливают причинно-следственную связь между техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;;	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/
2.7.	Составление плана занятий по технической подготовке	0.25	0	0.25	Укажите период	осмысливают понятия «двигательное умение» и «двигательный навык», их общие и отличительные признаки, устанавливают связь с техникой выполнения двигательных действий, характеризуют особенности выполнения физических упражнений на уровне умения и навыка;;	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/
2.8.	Правила техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями	0.25	0	0.25	Укажите период	обсуждают роль психических процессов внимания и памяти в освоении новых физических упражнений, приводят примеры и доказывают их значение в обучении физическим упражне-	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/

						ниям;;		
2.9.	Оценивание оздоровительного эффекта занятий физической культурой	1	0	1	Укажите период	устанавливают причинно-следственную связь между скоростью и техникой освоения физических упражнений и активностью процессов внимания и памяти;;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		3						
Раздел 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ								
3.1.	Упражнения для коррекции телосложения	1	0	1	Укажите период	знакомятся со способами и правилами измерения отдельных участков тела;; разучивают способы измерения окружности плеча, груди, талии, бедра, голени (обучение в парах);;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
3.2.	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1	0	1	Укажите период	планируют самостоятельные занятия по коррекции телосложения в дневнике физической культуры и контролируют их эффективность с помощью измерения частей тела.;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
3.3.	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Акробатическая комбинация	1	0	1	Укажите период	составляют акробатическую комбинацию из ранее освоенных упражнений и добавляют новые упражнения;;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
3.4.	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Акробатические пирамиды	1	0	1	Укажите период	разучивают добавленные в комбинацию акробатические упражнения повышенной сложности и разучивают комбинацию в целом в полной координации (обучение в парах);;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
3.5.	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Стойка на голове с опорой на руки	1	0	1	Укажите период	анализируют способы построения пирамид и описывают последовательность обучения входящих в них упражнений;;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
3.6.	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения стойке на голове с опорой на руки, разработке акробатической комбинации из хорошо освоенных упражнений	1	0	1	Укажите период	разучивают построение пирамиды и демонстрируют её выполнение (обучение в парах и тройках).;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/

3.7.	Модуль «Гимнастика». Лазанье по канату в два приёма	1	0	1	Укажите период	контролируют технику выполнения лазанья по канату в два приёма другими учащимися, сравнивают её с образцом и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в группах);;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
3.8.	Модуль «Гимнастика». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения лазанью по канату в два приёма	1	0	1	Укажите период	составляют план самостоятельного обучения лазанью по канату в два приёма и разучивают его по фазам движения и в полной координации;;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
3.9.	Модуль «Гимнастика». Упражнения степ-аэробики	1	0	1	Укажите период	просматривают видеоматериал комплекса степ-аэробики с направленностью на развитие выносливости (комплекс для начинающих);;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
3.10.	Модуль «Лёгкая атлетика». Бег с преодолением препятствий	1	1	0	Укажите период	наблюдают и анализируют образец бега с преодолением гимнастической скамейки (препятствия) способом «наступление», определяют основные фазы движения и определяют их технические сложности, делают выводы по задачам самостоятельного обучения;;	Зачет;	https://resh.edu.ru/
3.11.	Модуль «Лёгкая атлетика». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения технике преодоления препятствий способами «наступление» и «прыжковый бег»	1	0	1	Укажите период	описывают технику выполнения бега с наступанием на гимнастическую скамейку, разучивают выполнение упражнения по фазам и в полной координации;;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
3.12.	Модуль «Лёгкая атлетика». Эстафетный бег	2	1	1	Укажите период	наблюдают и анализируют образец техники эстафетного бега, определяют основные фазы движения и определяют их технические сложности, делают выводы по задачам самостоятельного обучения;;	Зачет; Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
3.13.	Модуль «Лёгкая атлетика». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения технике эстафетного бега	2	0	2	Укажите период	описывают технику выполнения передачи эстафетной палочки во время бега по дистанции и сравнивают с техникой скоростного бега с высокого старта, выделяют отличительные	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/

						признаки при начальной фазе бега;;		
3.14.	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого мяча в катящуюся мишень	2	0	2	Укажите период	знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения технике эстафетного бега;;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
3.15.	Модуль «Лёгкая атлетика». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию упражнений с малым мячом на развитие точности движений	2	0	2	Укажите период	анализируют результативность самообучения метанию малого мяча по точности попадания в мишень, вносят коррекцию в процесс самообучения. ;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
3.16.	Модуль «Зимние виды спорта». Торможение на лыжах способом «упор»	2	0	2	Укажите период	наблюдают и анализируют образец техники торможения упором, выделяют его основные элементы и определяют трудности в их исполнении, формулируют задачи для самостоятельного обучения торможения упором при спуске на лыжах с пологого склона;;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
3.17.	Модуль «Зимние виды спорта». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения технике торможения упором	2	0	2	Укажите период	контролируют технику выполнения торможения другими учащимися, сравнивают её с образцом и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в парах).;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
3.18.	Модуль «Зимние виды спорта». Поворот упором при спуске с пологого склона	2	0	2	Укажите период	составляют план самостоятельного обучения повороту способом упора при спуске с пологого склона, разучивают его с постепенным увеличением крутизны склона;;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
3.19.	Модуль «Зимние виды спорта». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и имитационных упражнений для самостоятельного обучения торможению упором при спуске с пологого склона	2	0	2	Укажите период	контролируют технику выполнения поворота другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах).;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
3.20.	Модуль «Зимние виды спорта». Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	2	1	1	Укажите период	наблюдают и анализируют образец техники перехода с попеременного двухшажного хода на одновременный одношажный ход, обсуждают фазы движения, определяют	Зачет; Практическая работа;	https://resh.edu.ru/

						технические трудности в их выполнении;		
3.21.	Модуль «Зимние виды спорта». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и имитационных упражнений для самостоятельного обучения переходу с одного лыжного хода на другой при прохождении учебной дистанции	1	0	1	Укажите период	составляют план самостоятельного обучения переходу с попеременного двухшажного хода на одновременный одношажный ход, разучивают подводящие и имитационные упражнения, фазы движения и переход в целом в полной координации;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
3.22.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Ловля мяча после отскока от пола	2	0	2	Укажите период	составляют план самостоятельного обучения технике ловли мяча после отскока от пола и разучивают её (обучение в парах).;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
3.23.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения передаче и ловле баскетбольного мяча после отскока от пола	2	0	2	Укажите период	наблюдают и анализируют образец техники учителя, обсуждают её элементы и фазы, определяют трудности в их выполнении, делают выводы;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
3.24.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения	2	0	2	Укажите период	описывают технику броска и составляют план самостоятельного освоения этой техники по фазам и в полной координации;; контролируют технику броска мяча в корзину двумя руками снизу после ведения другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах).;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
3.25.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения технике броска мяча в корзину двумя руками снизу	2	1	1	Укажите период	контролируют технику броска мяча в корзину двумя руками снизу после ведения другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах).;	Зачет; Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
3.26.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Бросок мяча в корзину двумя руками от груди после ведения	2	0	2	Укажите период	закрепляют и совершенствуют бросок мяча двумя руками от груди, изменяя расстояние и угол броска по отношению к корзине;;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
3.27.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Верхняя прямая подача мяча	2	0	2	Укажите период	рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники верхней	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/

						прямой подачи мяча, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, делают выводы;;		
3.28.	<i>Модуль «Спортивные игры. Волейбол».</i> Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения технике выполнения верхней прямой подача мяча через сетку	2	0	2	Укажите период	планируют задачи для самостоятельного освоения техники верхней прямой подачи мяча, разучивают подводящие упражнения, технику броска по фазам и в полной координации;;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
3.29.	<i>Модуль «Спортивные игры. Волейбол».</i> Перевод мяча через сетку, способом неожиданной (скрытой) передачи за голову	2	0	2	Укажите период	рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники передачи мяча через сетку за голову, определяют её основные элементы, особенности технического выполнения, делают выводы;; разучивают технику передачи мяча за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах);; разучивают технику перевода мяча через сетку способом передачи за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах);;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
3.30.	<i>Модуль «Спортивные игры. Футбол».</i> Средние и длинные передачи футбольного мяча	2	0	2	Укажите период	рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники средних и длинных передач мяча, сравнивают между собой и с техникой коротких передач, определяют отличительные признаки, делают выводы по планированию задач для самостоятельного обучения;; разучивают технику длинных и коротких передач по «прямой» и по «диагонали» (обучение в группах).; знакомятся со стандартными тактическими действиями игроков при выполнении углового удара;;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
3.31.	<i>Модуль «Спортивные игры. Футбол».</i> Тактические действия игры футбол	2	0	2	Укажите период	разучивают тактические действия в стандартных игровых ситуациях (обучение в командах);; знакомятся со стандартными тактическими действиями игроков при вбрасывании мяча из-за боковой	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/

						линии;; разучивают тактические действия при вбрасывании мяча из-за боковой линии в стандартных игровых ситуациях (обучение в группах);; совершенствуют игровые и тактические действия в условиях игровой деятельности, играют по правилам с использованием разученных технических и тактических действий (обучение в командах);		
Итого по разделу		50						
Раздел 4. СПОРТ								
4.1.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	14	2	12	Укажите период	осваивают содержание Примерных модульных программ по физической культуре или рабочей программы базовой физической подготовки;; демонстрируют приросты в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО;	Зачет; Практическая работа;	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		14						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	6	62				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Теоретические знания. Правила поведения и техники безопасности при занятиях легкой атлетикой. Бег. Специальные беговые упражнения. Русская игра. Д/З. Прыжок в длину с места.	1	0	1		Практическая работа;
2.	Теоретические знания. Закрепление техники высокого старта, стартового разгона. Эстафетный бег	1	0	1		Практическая работа;
3.	Техника высокого старта. Развитие скоростной выносливости. Выполнение комплекса ВФСК ГТО IV ступени по легкой атлетике. Спортивные игры мини-футбол.	1	0	1		Практическая работа;
4.	Специальные беговые упражнения, Метание мяча. Развитие выносливости бег 1000 м. Спортивные игры	1	0	1		Практическая работа;
5.	Метание мяча с разбега. Эстафетный бег. Прыжок в длину. Спортивные игры: мини- футбол. Д/З. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	1	0	1		Практическая работа;
6.	Метание мяча с разбега (учет). Эстафетный бег. Прыжок в длину. Спортивные игры: мини- футбол.	1	0	1		Практическая работа;
7.	Метание мяча с разбега. Бег на выносливость 2000 метров (учет). Эстафетный бег. Спортивные игры: мини- футбол.	1	0	1		Практическая работа;
8.	Теоретические знания. Метание мяча с разбега. Спортивные	1	0	1		Практическая работа;

	игры: мини- футбол. Д/З. Подтягивание.					
9.	Теоретические знания. Метание мяча с разбега. Бег 60 метров (учет). Спортивные игры: мини- футбол.	1	1	0		Зачет;
10.	Теоретические знания. Метание мяча. Равномерный бег. Развитие скоростной выносливости. Спортивные игры	1	0	1		Практическая работа;
11.	Техника безопасности во время занятий спортигр. Техника передач и ловли мяча в баскетболе. Упражнения в парах на сопротивление.	1	0	1		Практическая работа;
12.	Техника быстрых передач мяча различными способами со сменой мест в тройках. Упражнения на сопротивление.	1	0	1		Практическая работа;
13.	Ведение мяча шагом и бегом одной рукой, на месте, в движении, змейкой, по кругу.	1	0	1		Практическая работа;
14.	Бросок мяча по кольцу после ведения. Игра с элементами ведения на 10 передач.	1	0	1		Практическая работа;
15.	Совершенствование броска по кольцу после ведения. Элементы баскетбола. Эстафеты с ведением мяча.	1	0	1		Практическая работа;
16.	Совершенствование элементов баскетбола. Учет техники броска по кольцу после ведения.	1	1	0		Зачет;
17.	Игра в баскетбол по упрощённым правилам 3х3. Комплекс упражнений с баскетбольными мячами.	1	0	1		Практическая работа;
18.	Передача мяча одной рукой от плеча. Бросок мяча в корзину двумя руками от груди.	1	0	1		Практическая работа;

19.	Передача и бросок мяча двумя руками от груди. Игра на 10 передач.	1	0	1		Практическая работа;
20.	Бросок мяча одной рукой от плеча. Двойной шаг. Штрафной бросок.	1	0	1		Практическая работа;
21.	Техника ведения мяча, бросков в кольцо. Штрафной бросок. Учебная игра	1	1	0		Зачет;
22.	Технические упражнения с мячом в баскетболе Бросок по кольцу. Правила соревнований, терминология и жесты	1	0	1		Практическая работа;
23.	История развития гимнастики. Правила техники безопасности. Лазание по канату. Акробатика, упражнения на снарядах Строевые упражнения	1	0	1		Практическая работа;
24.	Строевые упражнения. Акробатика. Упражнение на снарядах. Развитие гибкости. Д\З. Отжимание.	1	0	1		Практическая работа;
25.	Комплекс УГГ. ОРУ с оздоровительной направленностью. Строевые упражнения. Акробатические комбинации. Упражнение на снарядах. Развитие гибкости	1	0	1		Практическая работа;
26.	Теоретические знания. Строевые упражнения. Упражнение на брусьях, опорный прыжок. Лазание по канату (учет). Д\З Приседание на одной ноге.	1	0	1		Практическая работа;
27.	Самонаблюдение и самоконтроль. Спорт и спортивная подготовка. Лазание по канату. Опорный прыжок. Выполнение ВФСК ГТО	1	0	1		Практическая работа;
28.	Контроль и наблюдение за своим	1	0	1		Практическая работа;

	здоровьем. Контроль за физической подготовленностью, физическим развитием. Строевые упражнения. ОРУ в парах. Упражнение на брусьях. Опорный прыжок.					
29.	Роль гимнастики в гармоничном физическом развитии. Упражнения на брусьях (м), (д), Опорный прыжок. Лазание по канату	1	0	1		Практическая работа;
30.	Перестроение. Упражнения на брусьях (м), (д), Опорный прыжок. Акробатика. Формирование силы, скоростно-силовых качеств. Лазание по канату	1	0	1		Практическая работа;
31.	История развития гимнастики. ОРУ адаптивной физической культуры. Опорный прыжок. Акробатическая комбинация. Упражнение на бревне и перекладине. Прыжки через скакалку	1	0	1		Практическая работа;
32.	Строевые упражнения. Опорный прыжок (м, д). Комбинация на бревне (д). Комбинация на перекладине. Развитие координационных способностей	1	0	1		Практическая работа;
33.	ОРУ. Упражнение на бревне и перекладине. Лазание по канату. Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств	1	0	1		Практическая работа;
34.	Акробатическая комбинация. Выполнение комплекса ВФСК ГТО IV ступени по гимнастике.	1	0	1		Практическая работа;

35.	Соблюдение правил техники безопасности, профилактика травматизма на занятиях лыжным спортом. Повторение техники попеременного двухшажного хода. Торможение. Спуски и подъемы.	1	0	1		Практическая работа;
36.	История лыжного спорта. Техника попеременного 2-шажного хода. Техника одновременного бесшажного хода. Спуски и подъемы. Прохождение дистанции	1	0	1		Практическая работа;
37.	Медицинская помощь. Техника попеременного 2-шажного хода. Техника одновременно одношажного хода.. Спуски и подъёмы. Равномерное прохождение дистанции	1	0	1		Практическая работа;
38.	Официальные правила в лыжном спорте. Техника попеременного двухшажного хода. Спуски и подъёмы. Равномерное прохождение дистанции	1	0	1		Практическая работа;
39.	Равномерное прохождение дистанции. Техника лыжных ходов. Попеременно двухшажный ход (учет). Круговая эстафета. Спуски и подъёмы	1	0	1		Практическая работа;
40.	Равномерное передвижение на лыжах дистанции. Одновременный одношажный ход Спуски в основной стойке (учет). Подъёмы	1	0	1		Практическая работа;
41.	Формирование выносливости.	1	0	1		Практическая работа;

	Закрепление техники лыжных ходов. Спуски и подъемы. Эстафета.					
42.	Подготовка и выполнение нормативов ВФСК ГТО IV ступени по лыжным гонкам. Одновременно одношажный ход.	1	0	1		Практическая работа;
43.	Формирование выносливости. Закрепление техники лыжных ходов. Горная часть. Спуски и подъемы (оценить)	1	1	0		Зачет;
44.	Формирование выносливости. Закрепление техники лыжных ходов. Горная часть. Спуски и подъемы.	1	0	1		Практическая работа;
45.	Формирование выносливости. Закрепление техники лыжных ходов. Горная часть. Спуски и подъемы.	1	0	1		Практическая работа;
46.	Техника безопасности. Правила соревнований. Технические действия в волейболе. Передача мяча сверху двумя руками. Д/З. Прыжок в длину с места.	1	0	1		Практическая работа;
47.	Контроль и самоконтроль при выполнении упражнений. Передача во встречных колоннах.	1	0	1		Практическая работа;
48.	Технические действия в волейболе. Передачи и приемы мяча.	1	0	1		Практическая работа;
49.	Технические действия в волейболе Передача мяча двумя руками через сетку в парах (учет). Приемы мяча в волейболе. Нижняя прямая подача.	1	0	1		Практическая работа;
50.	Технические действия в волейболе. Передачи мяча и прием мяча. Поддача. Прыжок в длину с места (учет)	1	0	1		Практическая работа;

51.	Правила соревнований в волейболе. Передачи мяча. Приемы мяча снизу двумя руками (учет). Поддача. Учебная игра. Развитие физических качеств. Д/З. Отжимание.	1	0	1		Практическая работа;
52.	Передача мяча, прием мяча. Пподача. Учебная игра. Развитие физических качеств	1	0	1		Практическая работа;
53.	Технические действия в волейболе. Приемы и передачи мяча. Нижняя прямая подача. Развитие ловкости Пресс (учет).	1	1	0		Зачет;
54.	Технические приемы в волейболе. Приемы и передачи мяча. Нижняя прямая подач (учет).	1	1	0		Зачет;
55.	Теоретические знания. Прыжок в высоту способом «перешагиванием». Развитие физических качеств. Контроль, самоконтроль за уровнем физической подготовленности	1	0	1		Практическая работа;
56.	Легкая атлетика. Прыжок в высоту. Развитие физических качеств. Контроль, самоконтроль за уровнем физической подготовленности.	1	0	1		Практическая работа;
57.	Техника прыжка в высоту. Развитие физических качеств. Плавание теория.	1	0	1		Практическая работа;
58.	Прыжок в высоту на результат. Развитие физических качеств. Специальная разминка для прыжков	1	0	1		Практическая работа;
59.	Плавание теория. Специальные беговые упражнения. Развитие физических качеств. Спринтерский бег	1	0	1		Практическая работа;
60.	Упражнения для	1	0	1		Практическая работа;

	развития скоростных способностей. Метание мяча. Развитие силовых качеств.					
61.	Низкий старт. Бег 800, 1000м Бег 60 метров. Метание мяча на дальность. Спортивные игры: технические приёмы и тактические действия в мини-футболе.	1	0	1		Практическая работа;
62.	Выполнение комплекса ВФСК ГТО IV ступени по легкой атлетике. Бег 2000м. Метание мяча. Туризм.	1	0	1		Практическая работа;
63.	Упражнения для развития скоростных способностей. Метание мяча. Бег 60 метров. Спортивные игры.	1	0	1		Практическая работа;
64.	Упражнения для развития скоростных способностей. Метание мяча. Бег 60 метров. Спортивные игры. Футбол.	1	0	1		Практическая работа;
65.	Упражнения для развития скоростных способностей. Метание мяча. Бег 100 метров. Спортивные игры. Футбол.	1	0	1		Практическая работа;
66.	Выполнение комплекса ВФСК ГТО IV ступени по легкой атлетике. Бег 2000м. Метание мяча	1	0	1		Практическая работа;
67.	Выполнение комплекса ВФСК ГТО IV ступени по легкой атлетике. Бег 60 м. Метание мяча	1	0	1		Практическая работа;
68.	Выполнение комплекса ВФСК ГТО IV ступени по легкой атлетике. Челночный бег бег 3x10 м. Метание мяча	1	0	1		Практическая работа;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	6	62		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 5-7 класс/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В. и другие, Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство Просвещение»;

Физическая культура. 5-6-7 классы: учебник для общеобразовательных учреждений [М.Я. Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова и др.]; под ред. М.Я. Виленского – М.: Просвещение, 201

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

настольная книга учителя,
тесты по ФК

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1. Российская электронная школа.

2. <http://www.sportreferats.narod.ru/> Рефераты на спортивную тематику.

3. <https://multiurok.ru/> Сайт для учителей

4. <https://banktestov.ru>

5. <https://videouroki.net/razrabotki/analiz-deyatelnosti-uchitelya-fizicheskoy->

6. <http://sport-lessons.com/teamgames/football/> Уроки футбола

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Компьютер

Принтер лазерный

Музыкальный центр

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Бревно гимнастическое высокое

Бревно гимнастическое напольное

Брусья гимнастические, параллельные

Брусья разновысокие

Канат для лазания с механизмом крепления

Шест для лазания

Скамейка гимнастическая (жесткая) 3 м

Скамейка гимнастическая (жесткая) 1.5 м

Козел гимнастический

Комплект навесного оборудования

Конь гимнастический

Маты акробатический

Маты гимнастические

Мост гимнастический подкидной

Мяч набивной (1 кг, 2 кг, 3 кг)

Мяч малый (теннисный)

Обруч гимнастический

Палка гимнастическая

Перекладина (универсальная) гимнастическая

Скакалка гимнастическая

Канат для перетягивания

Скамья атлетическая наклонная

Стенка гимнастическая

Штанги тренировочные

Легкая атлетика

Беговая дорожка электрическая
Номера нагрудные
Рулетка измерительная (3м, 5м)
Секундомер
Стойки и планка для прыжков в высоту
Флажки
Эстафетные палочки
Граната для метания (500 гр, 700гр.)
Мяч для метания резиновый (100гр)
Лыжная подготовка
Комплект (ботинки, крепления, лыжи, палки)
Спортивные игры
Ворота для мини-футбола
Жилетки игровые
Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой
Насос для накачивания мячей
Мячи баскетбольные
Мячи волейбольные
Мячи гандбольные
Мячи футбольные
Сетка волейбольная
Сетка для ворот
Фишки конусные разметочные
Средства до врачебной помощи
Аптечка медицинская
Спортивный зал
Кабинет учителя
Подсобные помещения для хранения инвентаря и оборудования
Спортивный зал игровой
Пришкольный стадион (площадка)
Гимнастический городок
Игровое поле для футбола
Комплект инструментов для подготовки мест занятий на спортивной площадке (лопата, грабли)
Легкоатлетическая дорожка
Лыжная трасса
Площадка игровая универсальная с покрытием
Площадка игровая волейбольная
Сектор для прыжков в длину