МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Самарской области

Департамента образования Администрации городского округа Самара

МБОУ Школа № 42 г.о. Самара

РАССМОТРЕНО на заседании МО «Физическая культура. Искусство» Председатель МО _____ Лукьянова О.А. Протокол №1 от «28» августа 2023 г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора _____ Мельникова Н.С. Приказ №455-од от «29» августа 2023 г.	УТВЕРЖДЕНО Директор МБОУ Школа №42 г.о. Самара _____ Генгут Ю.Л. Приказ №455-од от «29» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по предмету «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Классы: 5-9

Подписано цифровой подписью:
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ШКОЛА № 42 С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ" ГОРОДСКОГО ОКРУГА САМАРА
Местонахождение: 443030, г.Самара, ул. Урицкого, д.1
Контактные данные: so_sdo.school_42@samara.edu.ru

Самара, 2023

Пояснительная записка.

Рабочая программа составлена на основе:

- ФГОС ООО (с изменениями и дополнениями)
- ООП ООО МБОУ Школы № 42 г.о. Самара
- Физическая культура. Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников А. П. Матвеева. 5–9 классы
- учебного плана МБОУ Школы № 42 г.о. Самара.

I. Цели и задачи реализации программы.

Цель школьного образования по физической культуре — формирование физически разносторонне развитой личности средствами и методами физической культуры, способной активно и целенаправленно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, овладения универсальными жизненно важными двигательными действиями и навыками, познания окружающего мира, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В стремлении к этой цели учебный процесс в основной школе направлен на углубление знаний в области физической культуры, развитие физических и психических качеств, формирование устойчивых мотивов и потребностей к занятиям физической культурой и спортом, бережное отношение к своему здоровью, формирование навыков организации здорового образа жизни.

В соответствии с целями учебного предмета «Физическая культура» формулируются его **задачи:**

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приёмами базовых видов спорта;
- формирование знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной
- деятельности.

Ориентируясь на решение задач образования школьников по физической культуре, настоящая программа в своём предметном содержании направлена на:

- реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащённостью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион, бассейн), региональными климатическими условиями и видом образовательной организации (городские, малокомплектные и сельские школы);

- реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;
- соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Согласно Базисному учебному плану основного общего образования на обязательное изучение всех учебных тем программы по физической культуры отводится 525 ч, из расчёта 3 ч в неделю с V по IX классы.

Вместе с тем для создания условий учителям физической культуры в реализации их творческих программ и инновационных разработок, индивидуальных педагогических технологий и подходов в программе предусматривается выделение соответствующего объёма учебного времени. Данный объём составляет не более 12% (60 ч) от объёма времени, отводимого на изучение учебного материала раздела «Физическое совершенствование».

При планировании учебного материала по базовым видам спорта допускается для бесснежных районов Российской Федерации заменять освоение раздела «Лыжные гонки» углублённым изучением содержания разделов «Гимнастики» и «Спортивные игры».

В свою очередь, тему «Плавание» можно вводить в учебный процесс при наличии соответствующих условий и материальной базы, а также решения местных органов управления образованием за счёт регионального или школьного компонента.

Вместе с тем при составлении рабочих программ допускается из общего объёма часов выделять время на учебный материал, подготовленный учителями или предлагаемый местными органами управления образованием. В таком случае, необходимо уменьшить время на освоение учебных тем настоящей программы и снизить, соответственно, уровень требований к достижению её планируемых результатов. Сохраняя обязательно общее количество учебных тем настоящей про- граммы, необходимо определить те из них, по которым будут снижены требования.

Изменения, внесенные в программу

Наименование разделов	Количество часов, предусмотренных в программе	Количество часов, предусмотренных в рабочей программе
раздел Спортивно-		раздел Спортивно-оздоровительная деятельность

оздоровительная деятельность подраздел «Лыжные гонки»		подраздел «Кроссовая подготовка» 7 класс-12 часов

II. Планируемые результаты освоения предмета физическая культура.

Личностные результаты:

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении учащихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Личностные результаты могут проявляться в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;
- владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности.

В области нравственной культуры:

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;
- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

В области трудовой культуры:

- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха;
- умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности;
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

В области эстетической культуры:

- красивая (правильная) осанка, умение длительно её сохранять при разнообразных формах движения и передвижений;
- хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;
- культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.

В области коммуникативной культуры:

- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры:

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

Метапредметные результаты:

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета «Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса (умение учиться), так и в реальной повседневной жизни учащихся.

Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры**.**

В области познавательной культуры:

- понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;
- понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;
- понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося) поведения.

В области нравственной культуры:

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;

- уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
- ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

В области трудовой культуры:

- добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий;
- рациональное планирование учебной деятельности, умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;
- поддержание оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности, активное использование занятий физической культурой для профилактики психического и физического утомления.

В области эстетической культуры:

- восприятие красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиций укрепления и сохранения здоровья;
- понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью;
- восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

В области коммуникативной культуры:

- владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;
- владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;
- владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника.

В области физической культуры:

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения;
- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

Предметные результаты:

Класс	Наименование	Ученик научится	Ученик получит возможность научиться

	раздела		
7 класс	Знания о физической культуре	Определять место нашей страны в мировом олимпийском движении в XX в.; устанавливать связь между ходом истории нашей страны в XX в. и развитием отечественного олимпийского движения; характеризовать значение Олимпийского комитета России; описывать Олимпийские игры на территории нашей страны; характеризовать вклад отечественных олимпийских чемпионов в историю мирового спорта	Объяснять и доказывать, чем знаменателен советский период развития олимпийского движения в России (СССР). Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Летних Олимпийских играх в Москве в 1980 г. Олимпийские игры в Сочи в 2014 г. Наиболее известные отечественные олимпийские чемпионы
	Организация здорового образа жизни	Раскрывать понятие «физическое развитие»; определять понятия «сила мышц», «быстрота», «выносливость», «гибкость», «ловкость»; называть основные показатели физического развития человека. Определять понятие «осанка»; объяснять связь между прямохождением и формой позвоночника человека; характеризовать значение правильной осанки; объяснять причины возникновения неправильной осанки; называть правила хорошей осанки; составлять и варьировать комплекс упражнений для профилактики нарушений осанки; выполнять упражнения для поддержания правильной осанки	Раскрывают понятие здорового образа жизни, выделять его основные компоненты и определять их взаимосвязь со здоровьем человека. Разучивают и выполняют комплексы упражнений утренней гимнастики. Оборудовать с помощью родителей место для самостоятельных занятий физкультурой в домашних условиях и приобретают спортивный инвентарь. Соблюдать основные гигиенические правила. Руководствоваться правилами профилактики нарушения осанки, подбирать и выполнять упражнения по профилактике ее нарушения и коррекции. Обосновывать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием основных физических качеств и основных систем организма. Регулировать физическую нагрузку и определять степень утомления по внешним признакам. Планировать самостоятельные занятия физической подготовкой, определять содержание и объем времени для каждой из частей занятий.
	Планирование знаний физической культурой	Определять назначение физических упражнений по их функциональной направленности; описывать виды упражнений для развития разных двигательных качеств; раскрывать зависимость между заболеваниями различных систем органов и упражнениями,	Выбирать режим правильного питания в зависимости от характера мышечной деятельности. Выполняют упражнения для тренировки различных групп мышц. Осмысливают, как занятия физическими

	оказывающими негативное воздействие на организм человека, страдающего такими заболеваниями. Называть и характеризовать основные части тренировочного занятия; отбирать по изученным критериям упражнения для составления индивидуального комплекса; составлять план индивидуальных занятий физической культурой. Формулировать правила выбора одежды и обуви для занятий физическими упражнениями в зависимости от температуры в помещении и (или) погодных условий; объяснять младшим школьникам принципы подбора спортивной одежды и обуви	упражнениями оказывают благотворное влияние на работу и развитие всех систем организма, на его рост и развитие. Разучивают и выполняют комплексы упражнений для самостоятельных занятий. Объясняют роль и значение занятий физической культурой в профилактике вредных привычек.
Физкультурно-оздоровительная деятельность	Определять понятие «оздоровительный»; называть способы проведения досуга средствами физической культуры; характеризовать такие виды занятий, как оздоровительная ходьба, оздоровительный бег, пешие оздоровительные прогулки; определять возможности для проведения досуга средствами физической культуры в своей местности; выбирать виды спортивных занятий для проведения собственного свободного времени; подбирать собственную нагрузку с оздоровительной направленностью; договариваться со сверстниками о совместных тренировках и занятиях спортивными играми в закрытом помещении и на свежем воздухе	Самостоятельно осваивать упражнения с различной оздоровительной направленностью и составлять из них соответствующие комплексы, подбирать дозировку упражнений в соответствии с индивидуальными особенностями развития и функционального состояния. Выполнять упражнения и комплексы с различной оздоровительной направленностью, включая их в занятия физической культурой, осуществлять контроль за физической нагрузкой во время этих занятий. Измерять пульс до, во время и после занятий физическими упражнениями. Заполнять дневник самоконтроля. Проводить занятия оздоровительной ходьбой и оздоровительным бегом, подбирать режимы нагрузок оздоровительной направленности.
Спортивно-оздоровительная деятельность:		
Гимнастика с основами акробатики	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений и упражнений на спортивных снарядах;	Знать и различать строевые команды, четко выполнять строевые приемы. Составлять акробатические комбинации из числа

	описывать технику длинного кувырка, переката назад из упора присев в стойку на лопатках, стойки на голове и руках, лазанья по канату; выполнять строевые приёмы и команды; выполнять акробатические упражнения, упражнения и комбинации на гимнастической перекладине и канате	разученных упражнений. Осваивать технику акробатических упражнений, предупреждая появление ошибок и соблюдая правила техники безопасности; в случае появления ошибок уметь их исправлять. Оказывать помощь сверстникам при освоении ими новых акробатических упражнений, уметь ана лизировать их технику выполнения упражнений, выявлять ошибки и активно помогать их исправлению
Легкая атлетика	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений по лёгкой атлетике; описывать технику метания малого мяча на дальность с разбега; выполнять беговые и прыжковые упражнения, метания малого мяча; бегать на дистанцию 60 м с максимальной скоростью и 1 км на время; метать малый мяч на дальность и на точность	Выполнять технику беговых, прыжковых, метательных упражнений разными способами, осваивать ее самостоятельно, выявлять и устранять характерные ошибки в процессе освоения. Демонстрировать вариантные выполнения беговых, прыжковых, метательных упражнений. Применять разученные упражнения для развития скоростных, скоростно-силовых способностей и выносливости. Раскрывать значение легкоатлетических упражнений для укрепления здоровья и основных систем организма и для развития физических способностей. Выбирать индивидуальный режим физической нагрузки, осуществлять самоконтроль за физической нагрузкой во время этих занятий. Выполнять контрольные упражнения и контрольные тесты по легкой атлетике. Измерять результаты, помогать их оценивать и проводить соревнования. Оказывать помощь в подготовке мест проведения занятий. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых, прыжковых, метательных упражнений. Соблюдать правила соревнований.

			Контролировать физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения упражнений, соблюдать правила безопасности
	Кроссовая подготовка	выполнять бег в равномерном и медленном темпе до 15 мин, кросс 1 км по слабопересеченной местности; выбирать индивидуальный темп передвижений, контролировать темп бега по частоте сердечных сокращений.	Описывать технику выполнения бега по пересеченной местности, осваивать ее самостоятельно, выявлять и устранять характерные ошибки в процессе освоения. Осваивать технику выполнения бега по пересеченной местности. Применять кроссовую подготовку для развития общей выносливости. Выполнять нормативы физической подготовки по легкой атлетике.
	Спортивные игры	Выполнять правила техники безопасности во время спортивных игр (баскетбол, волейбол, футбол; называть и показывать способы ведения, передачи, приёма и броски мяча; описывать технику элементов баскетбола, волейбола, футбола; развивать знания, навыки и умения игры в баскетбол; организовывать игры в баскетбол, волейбол, футбол со сверстниками и участвовать в играх; использовать баскетбол, волейбол, футбол в организации активного отдыха	Организовывать совместные занятия со сверстниками, осуществлять судейство игры. Описывать технику игровых действий и приемов, осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приемов, соблюдать правила безопасности. Моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Выполнять правила игры, уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. Определять степень утомления организма во время игровой деятельности, использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств. Применять правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе. Организовывать совместные занятия баскетболом со

			сверстниками, осуществлять судейство игры.
8 класс	Знания о физической культуре	Раскрывать понятия «физическая культура», «физическое воспитание»; описывать место физической культуры в общей культуре человечества; называть основные задачи физического воспитания; владеть техникой выполнения тестовых испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Называть и описывать виды спорта, включённые в программу зимних Олимпийских игр. Называть и описывать виды спорта, включённые в программу летних Олимпийских игр	Раскрывают историю возникновения и формирования физической культуры Объяснять причины включения упражнений из базовых видов спорта в школьную программу по физической культуре Определять основные направления развития физической культуры в обществе, раскрывать целевое предназначение каждого из них Определять пеший туристский поход как форму активного отдыха, характеризовать основы его организации и проведения Готовят рефераты по темам
	Организация здорового образа жизни	Определять понятие «режим дня»; раскрывать зависимость между изменением умственной и физической работоспособности и видами деятельности школьника в течение дня; составлять и соблюдать правильный режим дня. Формулировать правила утренней гигиенической гимнастики (место в режиме дня, объём нагрузки, порядок выполнения упражнений); составлять и варьировать комплекс упражнений для утренней гигиенической гимнастики; Называть виды физкультурной деятельности, которые можно осуществлять в закрытых помещений; использовать физические упражнения и оздоровительные прогулки на открытом воздухе для укрепления здоровья. Формулировать правила здорового питания; характеризовать правильный рацион питания школьника в течение дня. Описывать правильно оборудованное место для выполнения домашних заданий; объяснять значение краткого отдыха, а также сна для работоспособности человека; объяснять значение сна; включать физкультминутки в режим дня.	Определять назначение физкультурно-оздоровительных занятий, их роль и значение в режиме дня; Раскрывать понятие здорового образа жизни, выделять его основные компоненты и определять их взаимосвязь со здоровьем человека; Отбирать основные средства коррекции осанки и телосложения, осуществлять их планирование в самостоятельных формах занятий; выполнять утреннюю гигиеническую гимнастику в режиме дня. составлять план занятий физической культурой на открытом воздухе (виды упражнений, спортивная одежда и обувь, место в режиме дня, продолжи-тельность и нагрузка); Использовать правила подбора и составления комплексов физических упражнений для физкультурно-оздоровительных занятий; Определять дозировку температурных режимов для закаливающих процедур, руководствоваться правилами безопасности при их проведении;

	Раскрывать понятие «закаливание»; называть методы закаливания и правила закаливания; сравнивать интенсивные и традиционные методы закаливания; описывать традиционные методы закаливания, изученные в предыдущие годы обучения; объяснять важность соблюдения дозировки закаливающих процедур; выполнять закаливающие процедуры и соблюдать правила гигиены при выполнении закаливающих процедур	
Наблюдение и контроль за состоянием организма	Определять понятия «самоконтроль», «функциональные резервы организма»; раскрывать понятие «функциональная проба»; называть показатели, оцениваемые при самоконтроле; объяснять цель измерения показателей состояния организма — длины и массы тела, окружности грудной клетки, осанки, частоты сердечных сокращений; описывать методику измерения соотношения длины и массы тела, окружности грудной клетки, осанки, частоты сердечных сокращений; характеризовать взаимосвязи массы и длины тела, правильности осанки и состояния здоровья; описывать с помощью рисунка в учебнике виды нарушений осанки и называть способы их профилактики; проводить мониторинг собственных показателей состояния и развития организма	Используют разученные комплексы упражнений в самостоятельных занятиях. Осуществляют самоконтроль за физической нагрузкой во время занятий. Пробуют выполнять нормативы общей физической подготовленности. Начинают вести дневник самоконтроля учащегося, куда заносят показатели своей физической подготовленности
Физкультурно-оздоровительная деятельность	Составлять, варьировать и выполнять комплекс упражнений для утренней гигиенической гимнастики. Выполнять физкультминутки в режиме дня. Раскрывать понятие «дыхательная гимнастика»; характеризовать влияние дыхательной гимнастики на организм; выполнять комплекс упражнений дыхательной гимнастики в режиме дня в домашних условиях. Раскрывать понятия «адаптивная физическая культура», «психорегуляция»; называть области применения адаптивной физической культуры; характеризовать возможности физической культуры в плане коррекции телосложения у школьников;	Самостоятельно осваивать упражнения с различной оздоровительной направленностью и составлять из них соответствующие комплексы, подбирать дозировку упражнений в соответствии с индивидуальными особенностями развития и функционального состояния. Выполнять упражнения и комплексы с различной оздоровительной направленностью, включая их в занятия физической культурой, осуществлять контроль за физической нагрузкой во время этих занятий. С учетом имеющихся индивидуальных нарушений в показателях здоровья выполнять упражнения и

	называть упражнения, помогающие корректировать те или иные недостатки телосложения; объяснять назначение упражнений для психорегуляции;	комплексы лечебной физической культуры, включая их в занятия физической культурой, осуществлять контроль за физической нагрузкой во время этих занятий. Обосновывают целесообразность развития адаптивной физической культуры в обществе, раскрывают содержание и направленность занятий применять соответствующие упражнения для психорегуляции и включать их в физкультминутки, выполняемые в течение дня
Спортивно-оздоровительная деятельность:		
Гимнастика с основами акробатики	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на спортивных снарядах; описывать технику упражнений на гимнастической перекладине; анализировать технику упражнений на гимнастической перекладине, выполняемых сверстниками, и выявлять ошибки; выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах	Знать и различать строевые команды, четко выполнять строевые приемы. Описывать технику акробатических упражнений и составлять акробатические комбинации из числа разученных упражнений. Самостоятельно осваивать технику акробатических упражнений, предупреждая появление ошибок и соблюдая правила техники безопасности; в случае появления ошибок уметь их исправлять. Оказывать помощь сверстникам при освоении ими новых акробатических упражнений, уметь анализировать их технику выполнения упражнений, выявлять ошибки и активно помогать их исправлению. Описывать технику упражнений на гимнастических снарядах и составлять гимнастические комбинации из числа разученных упражнений. Оказывать помощь сверстникам в освоении новых гимнастических упражнений, уметь анализировать их технику, выявлять ошибки и активно помогать в их исправлении
Легкая атлетика	Соблюдать правила техники безопасности на уроках по лёгкой атлетике;	Выполнять технику беговых, прыжковых, метательных упражнений разными способами,

		описывать технику выполнения беговых упражнений и метаний малого мяча; выполнять беговые и прыжковые упражнения, метания малого мяча; бегать на дистанцию 60 м с максимальной скоростью, а также 1,5 км (юноши) и 1 км (девушки) на время; метать малый мяч на дальность и на точность; включать беговые упражнения и метания малого мяча в индивидуальный комплекс занятий физической культурой	осваивать ее самостоятельно, выявлять и устранять характерные ошибки в процессе освоения. Демонстрировать вариантные выполнения беговых, прыжковых, метательных упражнений. Применять разученные упражнения для развития скоростных, скоростно-силовых способностей и выносливости. Раскрывать значение легкоатлетических упражнений для укрепления здоровья и основных систем организма и для развития физических способностей. Выбирать индивидуальный режим физической нагрузки, осуществлять самоконтроль за физической нагрузкой во время этих занятий. Выполнять контрольные упражнения и контрольные тесты по легкой атлетике. Измерять результаты, помогать их оценивать и проводить соревнования. Оказывать помощь в подготовке мест проведения занятий. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых, прыжковых, метательных упражнений. Соблюдать правила соревнований. Контролировать физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения упражнений, соблюдать правила безопасности
	Кроссовая подготовка	выполнять бег в равномерном и медленном темпе до 15 мин, кросс 2 км по слабопересеченной местности; выбирать индивидуальный темп передвижений, контролировать темп бега по частоте сердечных сокращений.	Описывать технику выполнения бега по пересеченной местности, осваивать ее самостоятельно, выявлять и устранять характерные ошибки в процессе освоения. Осваивать технику выполнения бега по пересеченной местности. Применять кроссовую подготовку для развития общей выносливости.

			Выполнять нормативы физической подготовки по легкой атлетике.
	Спортивные игры	Выполнять правила техники безопасности во время игры в футбол и волейбол; пересказывать правила игры в футбол и волейбол; называть элементы техники футбола (удары по мячу, способы остановки, ведения мяча, отбор мяча у соперника) и волейбола (способы приёма мяча, удары по мячу, блокировка мяча); описывать технику игровых действий футбола и волейбола; развивать навыки и умения игры в футбол и волейбол; организовывать и проводить футбольные и волейбольные матчи среди школьников 5-8 классов, а также игры на основе футбола и волейбола (по упрощённым правилам) среди младших школьников; использовать игру в футбол и волейбол для организации активного отдыха с друзьями; договариваться о правилах игры со сверстниками	Описывать технику игровых действий и приемов, осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приемов, соблюдать правила безопасности. Моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Выполнять правила игры, уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. Применять правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, использовать игру в волейбол и футбол в организации активного отдыха Организовывать совместные занятия футболом и волейболом со сверстниками, осуществлять судейство игры.
9 класс	Знания о физической культуре	Называть олимпийские виды спорта, изучаемые в школе; раскрывать особенности занятий олимпийскими видами спорта в общеобразовательной школе. Определять понятие «физическое воспитание»; называть и характеризовать виды физического воспитания в современном обществе	Анализируют положение Федерального закона « О физической культуре и спорте». Готовят рефераты на одну из тем предложенных в учебнике.
	Организация здорового образа жизни	Называть и сравнивать виды бань, существующие в современном мире; объяснять природу эффекта закаливания, наступающего во время банных процедур; описывать технику парения веником; формулировать правила проведения банных процедур; применять банные процедуры для закаливания. Формулировать понятие «массаж»; характеризовать основные приёмы массажа; раскрывать особенности видов массажа;	Продолжают усваивать основные гигиенические правила. Определяют назначения физкультурно-оздоровительных занятий, их роль и значение в режиме дня. Используют правила подбора и составления комплекса физических упражнений для физкультурно-оздоровительных занятий. Простейшие приёмы и правила Определяют дозировку температурных режимов для

		выполнять основные приёмы массажа. Определять понятие «первая помощь»; называть и характеризовать главные правила оказания первой помощи; описывать признаки основных видов кровотечений и называть методы их остановки; демонстрировать приёмы оказания первой помощи при разных видах кровотечений, при повреждениях суставов, мышц и сухожилий. Определять понятие «нравственность»; раскрывать проблему относительности положительных и отрицательных качеств характера человека; называть положительные качества личности, на которые можно повлиять занятиями физической культурой, и обосновывать своё мнение по этому вопросу; объяснять значение высоких моральных установок личности для нормального существования человека в обществе и коллективе, с которым человек взаимодействует. Описывать особенности наступления половой зрелости у человека по сравнению с другими представителями живого мира; объяснять значение подросткового периода для формирования нормальной манеры общения с противоположным полом; раскрывать представление об ответственности взрослого человека в половых отношениях. Определять понятие «допинг»; раскрывать понятие «антидопинговый контроль»; характеризовать негативное влияние допинга на здоровье спортсмена; называть сферу применения антидопингового контроля. Описывать последствия появления таких вредных привычек, как регулярное употребление алкоголя и наркотиков, для жизни человека; объяснять причину, по которой в подростковый период человек легко приобретает вредные привычки; описывать механизм привыкания человека к	закаливающих процедур, руководствуются правилами безопасности при их проведении. Проводят самостоятельные сеансы массажа. Объясняют оздоровительное значение бани, руководствуются правилами проведения банных процедур. Раскрывают причины возникновения травм и повреждений при занятиях физической культурой и спортом, характеризуют типовые травмы и используют простейшие приёмы и правила оказания первой помощи при травмах. Раскрывают значение нервной системы в управлении движениями и в регуляции основных систем организма. Используют знания о своих возрастно-половых и индивидуальных особенностях, своего физического развития при осуществлении физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности.

	курению.	
Наблюдение и контроль за состоянием организма	Объяснять назначение пробы Штанге, пробы Руфье, шестиминутной функциональной пробы; описывать методику взятия функциональных проб; проводить оценку собственных функциональных резервов организма. Определять основные двигательные качества человека; характеризовать взаимозависимость развития двигательных качеств человека; называть способы оценки быстроты, ловкости, выносливости, мышечной силы, гибкости; проводить двигательные тесты для оценки развития собственных двигательных качеств и соотносить полученные результаты с нормативами. Называть и описывать показатели состояния организма, подлежащие мониторингу и контролю при физической подготовке; объяснять значение ведения дневника самонаблюдений; Вести дневник самоконтроля учащегося; Раскрывать понятие «техническая ошибка»; называть основные элементы техники бега, прыжка в длину, метаний малого мяча, требующие особого внимания; называть типичные технические ошибки при выполнении беговых, прыжковых упражнений и метаний малого мяча; формулировать правила оценки техники спортивных движений; анализировать собственную технику двигательных действий и технику своих сверстников, предупреждать и исправлять ошибки в процессе развития собственных спортивных навыков и умений	Выявлять особенности в приросте показателей физического развития в течение учебного года, сравнивать их с возрастными стандартами. Выполняют разученные комплексы упражнений для развития двигательных способностей. Выполняют специально подобранные самостоятельные контрольные упражнения. Осуществляют самоконтроль за физической нагрузкой во время занятий. Характеризовать величину нагрузки по показателю частоты сердечных сокращений, регистрировать (измерять) ее разными способами Тестировать развитие основных физических качеств и соотносить их с показателями физического развития, определять приросты этих показателей по учебным четвертям и соотносить их с содержанием и направленностью занятий физической культурой. Анализировать технику движений и предупреждать появление ошибок в процессе ее освоения. Обосновывают уровень освоенности новых двигательных действий и руководствуются правилами профилактики появления и устранения ошибок. формулировать правила ведения записей в дневнике самонаблюдений. Оформлять дневник самонаблюдения по основным разделам физкультурно-оздоровительной деятельности.
Физкультурно-оздоровительная деятельность	Называть способы тренировки основных двигательных качеств; составлять из предложенных упражнений и варьировать индивидуальные комплексы для развития основных двигательных качеств;	Самостоятельно осваивать упражнения с различной оздоровительной направленностью и составлять из них соответствующие комплексы, подбирать дозировку упражнений в соответствии с индивидуальными особенностями развития и

	организовывать и проводить занятия по развитию собственных двигательных качеств в закрытом помещении и на открытом воздухе; раскрывать значение внимания в жизни человека; включать упражнения для тренировки внимания в комплексы физических упражнений для самостоятельных занятий. Объяснять значение оздоровительного бега для здоровья; описывать нагрузку и состав занятия оздоровительным бегом; применять оздоровительный бег для укрепления здоровья. Раскрывать понятие «туристский поход»; характеризовать пеший туристский поход как эффективную форму активного отдыха; описывать правила подготовки к походу, правила укладывания рюкзака; правила поведения во время пешего туристского похода; организовывать собственное участие и участвовать в пеших туристских походах	функционального состояния. Выполнять упражнения и комплексы с различной оздоровительной направленностью, включая их в занятия физической культурой, осуществлять контроль за физической нагрузкой во время этих занятий. Раскрывают основы обучения технике двигательных действий и используют правила её освоения в самостоятельных занятиях. Раскрывают историю формирования туризма. Формируют на практике навыки в пешем походе.
Спортивно-оздоровительная деятельность:		
Гимнастика с основами акробатики	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений и упражнений на спортивных снарядах; описывать технику выполнения упражнений на параллельных и разновысоких брусьях; анализировать технику выполнения кувырков и упражнений на брусьях; выполнять акробатические упражнения и упражнения на брусьях	Оказывать помощь сверстникам в освоении новых гимнастических упражнений, уметь анализировать их технику, выявлять ошибки и активно помогать в их исправлении. Составлять гимнастические комбинации из числа разученных упражнений. Осваивать технику гимнастических упражнений на брусьях, предупреждая появление ошибок и соблюдая правила безопасности.
Легкая атлетика	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых и прыжковых упражнений, метаний малого мяча; выполнять беговые и прыжковые упражнения, метания малого мяча; бегать на дистанцию 100 м с максимальной скоростью и на	Выполнять технику беговых, прыжковых, метательных упражнений разными способами, осваивать ее самостоятельно, выявлять и устранять характерные ошибки в процессе освоения. Демонстрировать вариантные выполнения беговых,

	дистанцию 2 км (юноши) и 1,5 км (девушки) на время; метать малый мяч на дальность и на точность; использовать бег, прыжки и метания малого мяча с разбега по движущейся мишени для развития собственных двигательных качеств	прыжковых, метательных упражнений. Применять разученные упражнения для развития скоростных, скоростно-силовых способностей и выносливости. Раскрывать значение легкоатлетических упражнений для укрепления здоровья и основных систем организма и для развития физических способностей. Выбирать индивидуальный режим физической нагрузки, осуществлять самоконтроль за физической нагрузкой во время этих занятий. Выполнять контрольные упражнения и контрольные тесты по легкой атлетике. Измерять результаты, помогать их оценивать и проводить соревнования. Оказывать помощь в подготовке мест проведения занятий. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых, прыжковых, метательных упражнений. Соблюдать правила соревнований. Контролировать физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения упражнений, соблюдать правила безопасности
Кроссовая подготовка	выполнять бег в равномерном и медленном темпе до 20 мин, кросс 2 км по слабопересеченной местности; выбирать индивидуальный темп передвижений, контролировать темп бега по частоте сердечных сокращений.	Описывать технику выполнения бега по пересеченной местности, осваивать ее самостоятельно, выявлять и устранять характерные ошибки в процессе освоения. Осваивать технику выполнения бега по пересеченной местности. Применять кроссовую подготовку для развития общей выносливости. Выполнять нормативы физической подготовки по легкой атлетике.
Спортивные	Выполнять правила техники безопасности во время игры в	Описывать технику игровых действий и приемов,

	игры	волейбол и баскетбол; пересказывать правила игры в волейбол и баскетбол; называть различные игровые действия в волейболе и баскетболе; описывать технику элементов волейбола и баскетбола; развивать знания, навыки и умения игры в волейбол и баскетбол; организовывать и проводить игры в волейбол и баскетбол среди сверстников и других учащихся основной школы, а также игры на основе волейбола (по упрощённым правилам) среди младших школьников; использовать игру в волейбол и баскетбол для проведения досуга на открытом воздухе; договариваться о правилах игры со сверстниками	осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приемов, соблюдать правила безопасности. Моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Выполнять правила игры, уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. Применять правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, использовать игру в волейбол и баскетбол в организации активного отдыха Организовывать совместные занятия баскетболом и волейболом со сверстниками, осуществлять судейство игры.
	Физическая подготовка с прикладной направленностью	Раскрывать понятие «прикладная направленность»; описывать цель физической подготовки с прикладной направленностью; определять место физической подготовки с прикладной направленностью в обычной жизни; описывать способы переноски пострадавшего; называть правила переноски пострадавшего в зависимости от вида травмы; выполнять упражнения прикладной подготовки; договариваться со сверстниками во время занятий в парах и группах	Организовывать и проводить самостоятельные занятий прикладной физической подготовкой, составлять их содержание и планировать в системе занятий физической культурой. Владеть вариативным выполнением прикладных упражнений, перестраивать их технику в зависимости от возникающих задач и изменяющихся условий. Применять прикладные упражнения для развития физических качеств, контролировать физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений. Преодолевать трудности и проявлять волевые качества личности при выполнении прикладных упражнений. Организовывать и проводить самостоятельные занятий физической подготовкой, составлять их содержание и планировать в системе занятий физической культурой.

			Выполнять нормативы физической подготовки.

III.Содержание учебного предмета физическая культура.

Знания о физической культуре

Физическая культура в современном обществе. Задачи физического воспитания. Основные направления физического воспитания в современном обществе. Всероссийский физкультур-но-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Древние Олимпийские игры. Современные Олимпийские игры. Принципы олимпизма. Идеалы и символика Олимпийских игр. Олимпийское движение в России. Виды спорта зимних и летних Олимпийских игр. Олимпийские виды спорта, изучаемые в школе.

Организация здорового образа жизни

Показатели здоровья человека.

Правильный режим дня школьника. Здоровый образ жизни. Утренняя гигиеническая гимнастика. Занятия физическими упражнениями на свежем воздухе и оздоровительные прогулки. Правильный режим питания школьника. Домашние задания и отдых в режиме дня.

Показатели физического развития человека. Осанка человека. Профилактика нарушений осанки. Закаливание организма. Интенсивные и традиционные методы закаливания. Банные процедуры. Массаж.

Первая помощь.

Физическая культура и качества личности человека. Отношения между людьми противоположного пола. Допинг и честная конкуренция в спорте. Вещества, вызывающие привыкание.

Планирование занятий физической культурой. Наблюдение и контроль за состоянием организма

Виды физической подготовки.

Методика планирования занятий физической культурой. Составление комплекса физических упражнений для самостоятельных занятий физической культурой. Выбор одежды и обуви для спортивных занятий.

Показатели состояния организма, способы их измерения и оценки. Оценка функциональных резервов организма. Оценка двигательных качеств. Ведение дневника самонаблюдений. Выявление и устранение технических ошибок.

Физкультурно-оздоровительная деятельность

Физические упражнения для утренней гигиенической гимнастики. Физические упражнения для физкультминуток. Физические упражнения дыхательной гимнастики. Упражнения для занятий адаптивной и корригирующей физической культурой. Упражнения для развития двигательных качеств. Упражнения для психорегуляции и тренировки умения концентрировать внимание.

Досуг и физическая культура. Занятия в закрытых помещениях и на открытом воздухе. Оздоровительный бег. Пешие туристские походы.

Спортивно-оздоровительная деятельность

Гимнастика с основами акробатики (организующие команды и приёмы; акробатические упражнения; ритмическая гимнастика; упражнения и комбинации на гимнастическом коне, гимнастическом козле, гимнастическом бревне, гимнастической скамейке, гимнастической перекладине, брусьях; лазанье по канату и гимнастической стенке).

Лёгкая атлетика (беговые упражнения, прыжковые упражнения, метания малого мяча).

Кроссовая подготовка. Развитие выносливости, силы, координации движений, быстроты.

Спортивные игры: футбол, волейбол, баскетбол. Правила и техника игры. Организация школьных соревнований по футболу, волейболу, баскетболу.

Физическая подготовка с прикладной направленностью.

7 класс

Знания о физической культуре

Летние Олимпийские игры в Москве в 1980 г. Олимпийские игры в Сочи в 2014 г. Наиболее известные отечественные олимпийские чемпионы

Введение комплекса ГТО как основа создания отечественной системы физического воспитания.

Организация здорового образа жизни

Понятие «физическое развитие». Основные двигательные качества человека. Понятие «осанка». Причины нарушений осанки. Профилактика нарушений осанки. Упражнения для поддержания правильной осанки

Планирование занятий физической культурой.

Критерии отбора упражнений для составления индивидуального комплекса. Противопоказания для занятий физическими упражнениями. Составление комплекса физических упражнений для самостоятельных занятий физической культурой. Выбор одежды и обуви в зависимости от сезона и погоды. Правила подбора обуви

Физкультурно-оздоровительная деятельность

Занятия в закрытых помещениях: единоборства, шейпинг. Занятия на открытом воздухе: оздоровительная ходьба, оздоровительный бег, пешие оздоровительные прогулки

Спортивно-оздоровительная деятельность

Гимнастика с основами акробатики: Организующие команды и приёмы (команды «Шире шаг!», «Короче шаг!», «Полный шаг!», «Полшага!», «Чаще шаг!», «Реже шаг!»; повторение ранее изученного материала). Акробатические упражнения (длинный кувырок, перекат назад из упора присев в стойку на лопатках, стойка на голове и руках). Упражнения и комбинации на спортивных снарядах (передвижения в висе и упоре на руках на перекладине — юноши, лазанье по канату в два и три приёма)

Лёгкая атлетика: Беговые упражнения (бег с изменением направления, с поворотами вокруг своей оси, бег спиной вперёд, с чередованием максимальной и средней скорости, бег на короткую дистанцию 60 м, бег в условиях преодоления соревновательной дистанции (мальчики – 3000 м; девочки – 1500 м).

Прыжковые упражнения (прыжок в длину с разбега, многоскоки).

Метания малого мяча по движущейся мишени с небольшого расстояния (мальчики – 16 м; девочки – 12 м), стоя на месте. Метание малого мяча на дальность с разбега.

Правила безопасности при метаниях

Кроссовая подготовка: бег в равномерном и медленном темпе до 15 мин, кросс 1 км по слабопересеченной местности;

Спортивные игры: Баскетбол. Техника игры (ведение мяча левой и правой рукой, ловля и передача мяча одной и двумя руками от груди, передача одной и двумя руками снизу, бросок двумя руками от груди с места, бросок двумя руками из-за головы, бросок одной рукой от плеча с места, бросок одной рукой от головы с места, бросок в движении, приём мяча двумя руками). Правила игры в баскетбол.
Волейбол. Техника нижней боковой подачи. Техника приёма и передачи мяча. Техника верхней прямой передачи. Подводящие упражнения для самостоятельного освоения техники верхней прямой передачи. Игра в волейбол по правилам.
Футбол. Техника ведения мяча с ускорением. Техника передачи мяча в разных направлениях на большое расстояние. Техника удара с разбега по катящемуся мячу. Игра в футбол по правилам

IV.Тематическое планирование

7 класс

№ пп	Наименование разделов	Всего часов	В том числе	
			уроки	Сдача контрольных нормативов (тестирование)
1	Знания о физической культуре	*3	*	-
2	Способы двигательной деятельности	*6	*	-
3	Физкультурно- оздоровительная деятельность	*5	*	-
4	Спортивно-оздоровительная деятельность:			
	- Гимнастика с основами акробатики	18		
	- Легкая атлетика	21		
	- Кроссовая подготовка	14		
	Спортивные игры:			
	баскетбол	16		
	волейбол	18		
	футбол	15		
итого		102		

* в процессе урока

V. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса

Для отражения количественных показателей в требованиях используется следующая система обозначений:

Д — демонстрационный экземпляр (1 экз., кроме специально оговоренных случаев);

К — комплект (из расчета на каждого учащегося исходя из реальной наполняемости класса);

Г — комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих несколько учащихся.

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Необходимое количество	Примечание
		Основная школа	
1	**Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)**		
1.1	Стандарт основного общего образования по физической культуре	Д	Стандарт по физической культуре, примерные программы, авторские рабочие программы входят в состав обязательного программно-методического обеспечения кабинета по физической культуре (спортивного зала)
1.2	Примерная программа по физической культуре среднего (полного) общего образования (базовый профиль)	Д	
1.3	Авторские рабочие программы по физической культуре	Д	
1.4	Учебник по физической культуре	Г	В библиотечный фонд входят комплекты учебников, рекомендованных или допущенных Министерством образования и науки Российской Федерации
1.5	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению	Д	В составе библиотечного фонда
1.6	Методические издания по физической культуре для учителей	Д	Методические пособия и рекомендации, журнал «Физическая культура в школе»
2	**Демонстрационные печатные пособия**		
2.1	Таблицы по стандартам физического развития и	Д	

	физической подготовленности		
2.2	Плакаты методические	Д	Комплекты плакатов по методике обучения двигательным действиям, гимнастическим комплексам, общеразвивающим и корригирующим упражнениям
3	**Экранно-звуковые пособия**		
3.1	Видеофильмы по основным разделам и темам учебного предмета «физическая культура»	Д	
4	**Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование**		
4.1	Щит баскетбольный игровой	Д	
4.2	Щит баскетбольный тренировочный	Г	
4.3	Стенка гимнастическая	Г	
4.5	Скамейки гимнастические	Г	
4.6	Стойки волейбольные	Д	
4.7	Ворота, трансформируемые для гандбола и мини-футбола	Д	
4.8	Бревно гимнастическое напольное	Д	
4.9	Перекладина гимнастическая пристенная	Д	
4.10	Канат для лазания	Д	
4.11	Обручи гимнастические	Г	
4.12	Комплект матов гимнастических	Г	
4.13	Перекладина навесная универсальная	Д	
4.14	Набор для подвижных игр	К	
4.15	Аптечка медицинская	Д	
4.16	Спортивный туризм (палатки, рюкзаки, спальные мешки и др.)	Г	
4.17	Стол для настольного тенниса	Д	
4.18	Комплект для настольного тенниса	Г	
4.19	Мячи футбольные	Г	
4.20	Мячи баскетбольные	Г	
4.21	Мячи волейбольные	Г	
4.22	Сетка волейбольная	Д	
4.23	Оборудование полосы препятствий	Д	
5	**Спортивные залы (кабинеты)**		
5.1	Спортивный зал игровой (гимнастический)		С раздевалками для мальчиков и девочек
5.2	Кабинет учителя		Включает в себя: рабочий стол, стулья, сейф, шкафы книжные

			(полки), шкаф для одежды
5.3	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования		Включает в себя стеллажи, контейнеры
6	**Пришкольный стадион (площадка)**		
6.1	Легкоатлетическая дорожка	Д	
6.2	Сектор для прыжков в длину	Д	
6.3	Игровое поле для футбола (мини-футбола)	Д	
6.4	Гимнастический городок	Д	
6.5	Полоса препятствий	Д	