

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному курсу «Физическая культура» разработана на основе:

- Стандарта основного общего образования по физической культуре (базовый уровень) приказа Минобрнауки РФ от 05.03.2004 N 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования», с изменениями и дополнениями (Приказ Минобрнауки РФ от 03.06.2008 N 164);

- «Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов». Авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич М.: Просвещение, 2012г

- планируемых результатов освоения обучающимися основной образовательной программы среднего (полного) общего образования МБОУ СОШ №10 ст. Медведовская;

- формирование ключевых компетенций – готовности учащихся использовать усвоенные знания, умения и способы деятельности в реальной жизни для решения практических задач.

В целях усиления роли командных (игровых) видов спорта в процессе обучения физической культуре и совершенствования её преподавания в образовательных учреждениях Российской Федерации, реализующих основные образовательные программы начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования внесены изменения в федеральный компонент государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования, утверждённые приказом Министерства образования Российской Федерации от 5 марта 2004г. №1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» в ред. Приказа Минобрнауки РФ от 03.06.2008 N 164.

УМК В.И.Ляха и А.А.Зданевич включены в действующий Федеральный перечень учебников и рекомендованы к использованию в 2015-2016 учебном году, в связи с чем «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов». Авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич взята за основу при разработке настоящей рабочей программы.

При составлении рабочей программы произведена корректировка примерной и авторской программы в плане изменения числа тем, последовательности их изложения и перераспределения часов. Данные изменения вызваны климатическими условиями края и возможностями материально-технической базы учебного учреждения.

При планировании учебного материала настоящей программы тема «Лыжные гонки» и «Плавание» заменены на углублённое освоение содержания тем «Гимнастика», «Спортивные игры» и раздел легкой атлетики «Кроссовая подготовка».

При разработке рабочей программы соблюдена практико-ориентированная направленность и логическая последовательность освоения программного содержания темы «Элементы единоборств». Данный раздел программы оказывает разностороннее воздействие на развитие координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реагирования и перестроения двигательных действий, равновесие, вестибулярная устойчивость, способность к произвольному расслаблению мышц, дифференцирование силовых параметров движения) и кондиционных (скоростно-силовых, силовых, силовой выносливости) способностей.

Для обеспечения большей прикладности, разностороннего воздействия на кондиционные и координационные способности рекомендуется проводить занятия на местности, в условиях преодоления естественных и искусственных препятствий.

Занятия на открытом воздухе обеспечивают выраженный оздоровительный эффект, способствуют закаливанию организма, укреплению здоровья.

Поэтому большая часть программного материала спланирована на открытом воздухе (легкая атлетика, кроссовая подготовка, спортивные игры, полоса препятствий). В связи с тем, что погодные условия периодически меняются и не всегда соответствуют нормальному режиму, прохождение отдельных разделов программы в ходе учебного процесса может меняться местами изучения. При этом обязательный минимум государственного стандарта общеобразовательной подготовки в сфере физической культуры изучается в полном объеме.

Физическая культура — обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях, является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения — физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня и второй половины дня (гимнастика до занятий, физкультурные минутки, физические упражнения и игры на удлинённых переменах и в группах продлённого дня), внеклассной работой по физической культуре (группы общефизической подготовки, спортивные секции), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья и спорта, подвижные игры и соревнования, спортивные праздники, спартакиады, туристические слёты и походы) — достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

В Федеральном законе «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007 г. № 329–ФЗ отмечено, что организация физического воспитания и образования в образовательных учреждениях включает в себя проведение обязательных занятий по физической культуре в пределах основных образовательных программ в объёме, установленном государственными образовательными стандартами, а также дополнительных (факультативных) занятий физическими упражнениями и спортом в пределах дополнительных образовательных программ.

Данная программа создавалась с учётом того, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения.

Изучение физической культуры на ступени основного общего образования направлено на достижение следующих целей:

- развитие основных физических качеств и способностей, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью; приобретение навыков в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- воспитание устойчивых интересов и положительного эмоционально-ценностного отношения к физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.

**В результате изучения физической культуры ученик должен:
знать/понимать:**

- роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактике вредных привычек;

- основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;
- способы закаливания организма и основные приемы самомассажа;

уметь:

- составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;

- выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения, технические действия в спортивных играх;

- выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;

- осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и индивидуальной физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимом физической нагрузки;

- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;

- осуществлять судейство школьных соревнований по одному из базовых видов спорта;

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;

- включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

2.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Предметом обучения физической культуре в основной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Понятийная база и содержание курса основаны на положениях нормативно-правовых актов Российской Федерации, в том числе:

• требованиях к результатам освоения образовательной программы основного общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте начального общего образования;

• Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;

• Законе «Об образовании»;

• Федеральном законе «О физической культуре и спорте»;

- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.;
- приказе Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889.

Программа состоит из трех разделов:

- Основы физической культуры и здорового образа жизни;
- Физкультурно-оздоровительная деятельность (с учетом медицинских показаний, уровня физического развития, физической подготовленности и климатических условий региона);
- Спортивно-оздоровительная деятельность;

Содержание первого раздела «Основы физической культуры и здорового образа жизни» включает в себя освоение современных оздоровительных систем физического воспитания, основы законодательства РФ, правила основ техники безопасности, правила соревнований по игровым видам спорта.

Раздел «Физкультурно-оздоровительная деятельность» направлен на использование упражнений и комплексов УГГ, для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, современных оздоровительных систем физического воспитания. Основ туристкой подготовки

Содержание раздела «Спортивно-оздоровительная деятельность» направлена на изучение техники упражнений в акробатических и гимнастических, легкоатлетических и спортивно-игровых видах спорта; специальной подготовки по футболу, баскетболу и волейболу.

3.ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Курс «Физическая культура» изучается с 5 по 9 класс из расчёта 3 ч в неделю: в 5 классе – 102 часа; в 7 классе - 102 ч , в 8 классе - 102ч., в 9 классе – 102 часа. Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введён приказом Минобрнауки от 30 августа 2010 г. М 889. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

Рабочая программа рассчитана на 306 ч на три года обучения (по 3 ч в неделю).

4.СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Обязательный минимум представлен в двух форматах. Прямым шрифтом выделено содержание, изучение которого является объектом контроля и оценки в рамках итоговой аттестации выпускников.

Прописными буквами выделено содержание, которое подлежит изучению, но не является объектом контроля и не включается в требования к уровню подготовки выпускников.

Данный способ представления обязательного минимума расширяет вариативность подхода к изучению учебного материала, представляет возможность разноуровневого обучения.

Обязательный минимум не устанавливает порядок (последовательность) изучения предметных тем (дидактических единиц) в рамках ступеней общего образования и не определяет нормативы учебного времени, отводимые на изучение данной дидактической единицы в рамках учебной программы (Приказ Минобрнауки России от 05.03.2004 N1089 (ред.от 31.01.2012))

Основы физической культуры и здорового образа жизни

Роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, профилактике вредных привычек. Оздоровительные системы физического воспитания и спортивная подготовка.

ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ ДРЕВНОСТИ И СОВРЕМЕННОСТИ. ДОСТИЖЕНИЯ ОТЕЧЕСТВЕННЫХ И ЗАРУБЕЖНЫХ СПОРТСМЕНОВ НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ.

ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В РОССИИ.

Двигательные действия, физические качества, физическая нагрузка.

Контроль за индивидуальным физическим развитием и физической подготовленностью, техникой выполнения упражнений, соблюдением режимов физической нагрузки.

Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений.

НОРМЫ ЭТИЧЕСКОГО ОБЩЕНИЯ И КОЛЛЕКТИВНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ В ИГРОВОЙ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.

Правила соревнований по одному из базовых видов спорта.

Командные (игровые) виды спорта. Правила соревнований по футболу (мини-футболу), баскетболу (мини-баскетболу), волейболу, (в ред. Приказа Минобрнауки РФ от 03.06.2008 N 164)

Физкультурно-оздоровительная деятельность (С учетом состояния здоровья, уровня физического развития, физической подготовленности, медицинских показаний и климатических условий региона).

Комплексы утренней и дыхательной гимнастики, гимнастики для глаз, физкультпауз (физкультминуток), элементы релаксации и аутотренинга.

Комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, регулирования массы тела и формирования телосложения.

Комплексы упражнений для развития основных физических качеств, функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Упражнения и комплексы из современных оздоровительных систем физического воспитания, адаптивной физической культуры.

Основы туристской подготовки.

Способы закаливания организма, простейшие приемы самомассажа.

Спортивно-оздоровительная деятельность

Акробатические упражнения и комбинации (кувырки, перекаты, стойки, упоры, прыжки с поворотами, ПЕРЕВОРОТЫ).

Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах (висы, упоры, махи, перемахи, повороты, передвижения, стойки и соскоки). Гимнастическая полоса препятствий.

ОПОРНЫЕ ПРЫЖКИ.

Лазание по канату.

Упражнения и композиции ритмической гимнастики, танцевальные движения.

Легкая атлетика: СПОРТИВНАЯ ХОДЬБА, бег на короткие, средние и ДЛИННЫЕ дистанции, БАРЬЕРНЫЙ, эстафетный и кроссовый бег, прыжки в длину и высоту с разбега, метание малого мяча.

Лыжная подготовка: основные способы передвижения на лыжах, техника выполнения спусков, подъемов, поворотов, торможений.

Спортивные игры: технические приемы и тактические действия в баскетболе, волейболе, ФУТБОЛЕ, мини-футболе.

Основные способы плавания: кроль на груди и спине, брасс.

УПРАЖНЕНИЯ КУЛЬТУРНО-ЭТНИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ: СЮЖЕТНО-ОБРАЗНЫЕ И ОБРЯДОВЫЕ ИГРЫ.

ЭЛЕМЕНТЫ ТЕХНИКИ НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА.

Специальная подготовка: (абзац введен Приказом Минобрнауки РФ от 03.06.2008 N 164)

-футбол - передача мяча, ведение мяча, игра головой, использование корпуса, обыгрыш сближающихся противников. Финты; (абзац введен Приказом Минобрнауки РФ от 03.06.2008 N 164

-баскетбол - передача мяча, ведение мяча, броски в кольцо, действия нападающего против нескольких защитников; (абзац введен Приказом Минобрнауки РФ от 03.06.2008 N 164)

-волейбол - передача мяча через сетку, нижняя прямая подача, прием мяча после подачи, (абзац введен Приказом Минобрнауки РФ от 03.06.2008 N 164)

- подготовка к выполнению видов испытания (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно – спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО). (абзац введен Приказом Минобрнауки России от 23.06.2015 №609).

5. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

5 класс

Разделы	Содержание учебного предмета, темы	Основное содержание по темам
<p>Основы физической культуры и здорового образа жизни – 9 часов</p>	<p>Роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, профилактике вредных привычек. Оздоровительные системы физического воспитания и спортивная подготовка.</p> <p>ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ ДРЕВНОСТИ И СОВРЕМЕННОСТИ. ДОСТИЖЕНИЯ ОТЕЧЕСТВЕННЫХ И ЗАРУБЕЖНЫХ СПОРТСМЕНОВ НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ.</p> <p>ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В РОССИИ.</p> <p>Двигательные действия, физические качества, физическая нагрузка.</p> <p>Контроль за индивидуальным физическим развитием и физической подготовленностью, техникой выполнения упражнений, соблюдением режимов физической нагрузки.</p> <p>Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений.</p> <p>НОРМЫ ЭТИЧЕСКОГО ОБЩЕНИЯ И КОЛЛЕКТИВНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ В ИГРОВОЙ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.</p> <p>Правила соревнований по одному из базовых видов спорта.</p>	<p>Роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, профилактике вредных привычек. Оздоровительные системы физического воспитания и спортивная подготовка.</p> <p>ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ ДРЕВНОСТИ И СОВРЕМЕННОСТИ. ДОСТИЖЕНИЯ ОТЕЧЕСТВЕННЫХ И ЗАРУБЕЖНЫХ СПОРТСМЕНОВ НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ.</p> <p>ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В РОССИИ.</p> <p>Двигательные действия, физические качества, физическая нагрузка.</p> <p>Контроль за индивидуальным физическим развитием и физической подготовленностью, техникой выполнения упражнений, соблюдением режимов физической нагрузки.</p> <p>Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений.</p> <p>НОРМЫ ЭТИЧЕСКОГО ОБЩЕНИЯ И КОЛЛЕКТИВНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ В ИГРОВОЙ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.</p> <p>Правила соревнований по одному из базовых видов спорта.</p>

Спортивно-оздоровительная деятельность-243 часа.		
Гимнастика с элементами акробатики-18 часов.	<p>Акробатические упражнения и комбинации (кувырки, перекаты, стойки, упоры, прыжки с поворотами, ПЕРЕВОРОТЫ).</p> <p>Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах (висы, упоры, махи, перемахи, повороты, передвижения, стойки и соскоки). Гимнастическая полоса препятствий. ОПОРНЫЕ ПРЫЖКИ.</p> <p>Лазание по канату.</p> <p>Упражнения и композиции ритмической гимнастики, танцевальные движения.</p>	<p>Акробатические упражнения и комбинации (кувырки, перекаты, стойки, упоры, прыжки с поворотами, ПЕРЕВОРОТЫ).</p> <p>Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах (висы, упоры, махи, перемахи, повороты, передвижения, стойки и соскоки).</p> <p>Гимнастическая полоса препятствий. ОПОРНЫЕ ПРЫЖКИ.</p> <p>Лазание по канату.</p> <p>Упражнения и композиции ритмической гимнастики, танцевальные движения.</p>
Легкая атлетика – 21 час.	<p>СПОРТИВНАЯ ХОДЬБА, бег на короткие, средние и ДЛИННЫЕ дистанции, БАРЬЕРНЫЙ, эстафетный и кроссовый бег, прыжки в длину и высоту с разбега, метание малого мяча.</p>	<p>СПОРТИВНАЯ ХОДЬБА, бег на короткие, средние и ДЛИННЫЕ дистанции, БАРЬЕРНЫЙ, эстафетный и кроссовый бег, прыжки в длину и высоту с разбега, метание малого мяча.</p>
Спортивные игры- 18 часов.	<p>Баскетбол Волейбол Футбол</p>	<p>Спортивные игры: технические приемы и тактические действия в баскетболе, волейболе, ФУТБОЛЕ, мини-футболе.</p> <p>УПРАЖНЕНИЯ КУЛЬТУРНО-ЭТНИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ: СЮЖЕТНО-ОБРАЗНЫЕ И ОБРЯДОВЫЕ ИГРЫ.</p> <p>ЭЛЕМЕНТЫ ТЕХНИКИ НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА.</p>
Кроссовая подготовка – 18 часов	<p>Медленный бег. Бег «фартлек». Бег «гандикапом».</p> <p>Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий.</p> <p>Переменный бег, Повторный бег. Бег со сменой лидера.</p>	<p>Медленный бег. Бег «фартлек». Бег «гандикапом».</p> <p>Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий. Переменный бег, Повторный бег. Бег со сменой лидера.</p>

6 класс

Разделы	Содержание учебного предмета, темы	Основное содержание по темам
<p>Основы физической культуры и здорового образа жизни – 9 часов</p>	<p>Роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, профилактике вредных привычек. Оздоровительные системы физического воспитания и спортивная подготовка.</p> <p>ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ ДРЕВНОСТИ И СОВРЕМЕННОСТИ. ДОСТИЖЕНИЯ ОТЕЧЕСТВЕННЫХ И ЗАРУБЕЖНЫХ СПОРТСМЕНОВ НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ.</p> <p>ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В РОССИИ.</p> <p>Двигательные действия, физические качества, физическая нагрузка.</p> <p>Контроль за индивидуальным физическим развитием и физической подготовленностью, техникой выполнения упражнений, соблюдением режимов физической нагрузки.</p> <p>Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений.</p> <p>НОРМЫ ЭТИЧЕСКОГО ОБЩЕНИЯ И КОЛЛЕКТИВНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ В ИГРОВОЙ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.</p> <p>Правила соревнований по одному из базовых видов спорта.</p>	<p>Роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, профилактике вредных привычек. Оздоровительные системы физического воспитания и спортивная подготовка.</p> <p>ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ ДРЕВНОСТИ И СОВРЕМЕННОСТИ. ДОСТИЖЕНИЯ ОТЕЧЕСТВЕННЫХ И ЗАРУБЕЖНЫХ СПОРТСМЕНОВ НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ.</p> <p>ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В РОССИИ.</p> <p>Двигательные действия, физические качества, физическая нагрузка.</p> <p>Контроль за индивидуальным физическим развитием и физической подготовленностью, техникой выполнения упражнений, соблюдением режимов физической нагрузки.</p> <p>Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений.</p> <p>НОРМЫ ЭТИЧЕСКОГО ОБЩЕНИЯ И КОЛЛЕКТИВНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ В ИГРОВОЙ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.</p> <p>Правила соревнований по одному из базовых видов спорта.</p>
<p>Спортивно-оздоровительная деятельность-243 часа.</p>		
<p>Гимнастика с элементами</p>	<p>Акробатические упражнения и комбинации (кувырки, перекаты, стойки, упоры, прыжки с поворотами, ПЕРЕВОРОТЫ).</p> <p>Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных</p>	<p>Акробатические упражнения и комбинации (кувырки, перекаты, стойки, упоры, прыжки с поворотами, ПЕРЕВОРОТЫ).</p> <p>Гимнастические упражнения и комбинации на</p>

акробатики-18 часов.	снарядах (висы, упоры, махи, перемахи, повороты, передвижения, стойки и соскоки). Гимнастическая полоса препятствий. ОПОРНЫЕ ПРЫЖКИ. Лазание по канату. Упражнения и композиции ритмической гимнастики, танцевальные движения.	спортивных снарядах (висы, упоры, махи, перемахи, повороты, передвижения, стойки и соскоки). Гимнастическая полоса препятствий. ОПОРНЫЕ ПРЫЖКИ. Лазание по канату. Упражнения и композиции ритмической гимнастики, танцевальные движения.
Легкая атлетика – 21 час.	СПОРТИВНАЯ ХОДЬБА , бег на короткие, средние и ДЛИННЫЕ дистанции, БАРЬЕРНЫЙ , эстафетный и кроссовый бег, прыжки в длину и высоту с разбега, метание малого мяча.	СПОРТИВНАЯ ХОДЬБА , бег на короткие, средние и ДЛИННЫЕ дистанции, БАРЬЕРНЫЙ , эстафетный и кроссовый бег, прыжки в длину и высоту с разбега, метание малого мяча.
Спортивные игры- 18 часов.	Баскетбол Волейбол Футбол	Спортивные игры: технические приемы и тактические действия в баскетболе, волейболе, ФУТБОЛЕ , мини-футболе. УПРАЖНЕНИЯ КУЛЬТУРНО-ЭТНИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ: СЮЖЕТНО-ОБРАЗНЫЕ И ОБРЯДОВЫЕ ИГРЫ. ЭЛЕМЕНТЫ ТЕХНИКИ НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА.
Кроссовая подготовка – 18 часов	Медленный бег. Бег «фартлек». Бег «гандикапом». Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий. Переменный бег, Повторный бег. Бег со сменой лидера.	Медленный бег. Бег «фартлек». Бег «гандикапом». Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий. Переменный бег, Повторный бег. Бег со сменой лидера.

7 класс

Разделы	Содержание учебного предмета, темы	Основное содержание по темам
Основы физической	Роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, профилактике вредных привычек.	Роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни,

<p>культуры и здорового образа жизни – 9 часов</p>	<p>Оздоровительные системы физического воспитания и спортивная подготовка. ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ ДРЕВНОСТИ И СОВРЕМЕННОСТИ. ДОСТИЖЕНИЯ ОТЕЧЕСТВЕННЫХ И ЗАРУБЕЖНЫХ СПОРТСМЕНОВ НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ. ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В РОССИИ.</p>	<p>профилактике вредных привычек. Оздоровительные системы физического воспитания и спортивная подготовка. ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ ДРЕВНОСТИ И СОВРЕМЕННОСТИ. ДОСТИЖЕНИЯ ОТЕЧЕСТВЕННЫХ И ЗАРУБЕЖНЫХ СПОРТСМЕНОВ НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ. ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В РОССИИ.</p>
<p>Физкультурно-оздоровительная деятельность-18 часов.</p>	<p>Комплексы утренней и дыхательной гимнастики, гимнастики для глаз, физкультпауз (физкультминуток), элементы релаксации и аутотренинга. Комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, регулирования массы тела и формирования телосложения. Комплексы упражнений для развития основных физических качеств, функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Упражнения и комплексы из современных оздоровительных систем физического воспитания, адаптивной физической культуры. Основы туристской подготовки. Способы закаливания организма, простейшие приемы самомассажа.</p>	<p>Комплексы утренней и дыхательной гимнастики, гимнастики для глаз, физкультпауз (физкультминуток), элементы релаксации и аутотренинга. Комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, регулирования массы тела и формирования телосложения. Комплексы упражнений для развития основных физических качеств, функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Упражнения и комплексы из современных оздоровительных систем физического воспитания, адаптивной физической культуры. Основы туристской подготовки. Способы закаливания организма, простейшие приемы самомассажа.</p>
<p>Спортивно-оздоровительная деятельность-243 часа.</p>		
<p>Гимнастика с элементами акробатики-</p>	<p>Акробатические упражнения и комбинации (кувырки, перекаты, стойки, упоры, прыжки с поворотами, ПЕРЕВОРОТЫ). Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах (висы, упоры, махи, перемахи, повороты, передвижения, стойки и соскоки). Гимнастическая полоса</p>	<p>Акробатические упражнения и комбинации (кувырки, перекаты, стойки, упоры, прыжки с поворотами, ПЕРЕВОРОТЫ). Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах (висы, упоры, махи, перемахи, повороты, передвижения, стойки и соскоки).</p>

18часов.	препятствий. ОПОРНЫЕ ПРЫЖКИ. Лазание по канату. Упражнения и композиции ритмической гимнастики, танцевальные движения.	Гимнастическая полоса препятствий. ОПОРНЫЕ ПРЫЖКИ. Лазание по канату. Упражнения и композиции ритмической гимнастики, танцевальные движения.
Легкая атлетика – 21 час.	СПОРТИВНАЯ ХОДЬБА , бег на короткие, средние и ДЛИННЫЕ дистанции, БАРЬЕРНЫЙ , эстафетный и кроссовый бег, прыжки в длину и высоту с разбега, метание малого мяча.	СПОРТИВНАЯ ХОДЬБА , бег на короткие, средние и ДЛИННЫЕ дистанции, БАРЬЕРНЫЙ , эстафетный и кроссовый бег, прыжки в длину и высоту с разбега, метание малого мяча.
Спортивные игры- 32 часа.	Баскетбол Волейбол Футбол	Спортивные игры: технические приемы и тактические действия в баскетболе, волейболе, ФУТБОЛЕ , мини-футболе. УПРАЖНЕНИЯ КУЛЬТУРНО-ЭТНИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ:СЮЖЕТНО-ОБРАЗНЫЕ И ОБРЯДОВЫЕ ИГРЫ. ЭЛЕМЕНТЫ ТЕХНИКИ НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА.
Кроссовая подготовка – 16 часов	Медленный бег. Бег «фартлек». Бег «гандикапом». Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий. Переменный бег, Повторный бег. Бег со сменой лидера.	Медленный бег. Бег «фартлек». Бег «гандикапом». Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий. Переменный бег, Повторный бег. Бег со сменой лидера.
Элементы единоборств-6 часов.	Стойки и передвижения в стойке. Захваты рук и туловища.. Техника безопасности на занятиях единоборствами. Страховка. Приемы самостраховки. Учебная схватка. Приемы защиты и самообороны из атлетических единоборств. Подвижная игра «Бой петухов», «Часовые и разведчики», «Перетягивание в парах». Силовые упражнения в единоборствах. Правила соревнований в единоборствах.	Стойки и передвижения в стойке. Захваты рук и туловища.. Техника безопасности на занятиях единоборствами. Страховка. Приемы самостраховки. Учебная схватка. Приемы защиты и самообороны из атлетических единоборств. Подвижная игра «Бой петухов», «Часовые и разведчики», «Перетягивание в парах». Силовые упражнения в единоборствах. Правила соревнований в единоборствах.

8 класс

Разделы	Содержание учебного предмета, темы	Основное содержание по темам
Основы физической культуры и здорового образа жизни – 9 часов	<p>Двигательные действия, физические качества, физическая нагрузка.</p> <p>Контроль за индивидуальным физическим развитием и физической подготовленностью, техникой выполнения упражнений, соблюдением режимов физической нагрузки.</p> <p>Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений.</p> <p>НОРМЫ ЭТИЧЕСКОГО ОБЩЕНИЯ И КОЛЛЕКТИВНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ В ИГРОВОЙ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.</p> <p>Правила соревнований по одному из базовых видов спорта.</p>	<p>Двигательные действия, физические качества, физическая нагрузка.</p> <p>Контроль за индивидуальным физическим развитием и физической подготовленностью, техникой выполнения упражнений, соблюдением режимов физической нагрузки.</p> <p>Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений.</p> <p>НОРМЫ ЭТИЧЕСКОГО ОБЩЕНИЯ И КОЛЛЕКТИВНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ В ИГРОВОЙ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.</p> <p>Правила соревнований по одному из базовых видов спорта.</p>
Физкультурно-оздоровительная деятельность-18 часов.	<p>Комплексы утренней и дыхательной гимнастики, гимнастики для глаз, физкультпауз (физкультминуток), элементы релаксации и аутотренинга.</p> <p>Комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, регулирования массы тела и формирования телосложения.</p> <p>Комплексы упражнений для развития основных физических качеств, функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем.</p> <p>Упражнения и комплексы из современных оздоровительных систем физического воспитания, адаптивной физической культуры.</p> <p>Основы туристской подготовки.</p> <p>Способы закаливания организма, простейшие приемы самомассажа.</p>	<p>Комплексы утренней и дыхательной гимнастики, гимнастики для глаз, физкультпауз (физкультминуток), элементы релаксации и аутотренинга.</p> <p>Комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, регулирования массы тела и формирования телосложения.</p> <p>Комплексы упражнений для развития основных физических качеств, функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем.</p> <p>Упражнения и комплексы из современных оздоровительных систем физического воспитания, адаптивной физической культуры.</p> <p>Основы туристской подготовки.</p> <p>Способы закаливания организма, простейшие приемы самомассажа.</p>

Спортивно-оздоровительная деятельность-243часа.		
Гимнастика с элементами акробатики-18часов.	<p>Акробатические упражнения и комбинации (кувырки, перекаты, стойки, упоры, прыжки с поворотами, ПЕРЕВОРОТЫ).</p> <p>Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах (висы, упоры, махи, перемахи, повороты, передвижения, стойки и соскоки). Гимнастическая полоса препятствий. ОПОРНЫЕ ПРЫЖКИ.</p> <p>Лазание по канату.</p> <p>Упражнения и композиции ритмической гимнастики, танцевальные движения.</p>	<p>Акробатические упражнения и комбинации (кувырки, перекаты, стойки, упоры, прыжки с поворотами, ПЕРЕВОРОТЫ).</p> <p>Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах (висы, упоры, махи, перемахи, повороты, передвижения, стойки и соскоки).</p> <p>Гимнастическая полоса препятствий. ОПОРНЫЕ ПРЫЖКИ.</p> <p>Лазание по канату.</p> <p>Упражнения и композиции ритмической гимнастики, танцевальные движения.</p>
Легкая атлетика – 21 час.	<p>СПОРТИВНАЯ ХОДЬБА, бег на короткие, средние и ДЛИННЫЕ дистанции, БАРЬЕРНЫЙ, эстафетный и кроссовый бег, прыжки в длину и высоту с разбега, метание малого мяча.</p>	<p>СПОРТИВНАЯ ХОДЬБА, бег на короткие, средние и ДЛИННЫЕ дистанции, БАРЬЕРНЫЙ, эстафетный и кроссовый бег, прыжки в длину и высоту с разбега, метание малого мяча.</p>
Спортивные игры- 29 часов.	<p>Баскетбол Волейбол Футбол</p>	<p>Спортивные игры: технические приемы и тактические действия в баскетболе, волейболе, ФУТБОЛЕ, мини-футболе.</p> <p>УПРАЖНЕНИЯ КУЛЬТУРНО-ЭТНИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ:СЮЖЕТНО-ОБРАЗНЫЕ И ОБРЯДОВЫЕ ИГРЫ.</p> <p>ЭЛЕМЕНТЫ ТЕХНИКИ НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА.</p>
Кроссовая подготовка – 16 часов	<p>Медленный бег. Бег «фартлек». Бег «гандикапом».</p> <p>Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий.</p> <p>Переменный бег, Повторный бег. Бег со сменой лидера.</p>	<p>Медленный бег. Бег «фартлек». Бег «гандикапом».</p> <p>Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий. Переменный бег, Повторный бег. Бег со сменой лидера.</p>
	<p>Стойки и передвижения в стойке. Захваты рук и туловища..</p>	<p>Стойки и передвижения в стойке. Захваты рук и</p>

Элементы единоборств-9 часов.	Техника безопасности на занятиях единоборствами. Страховка. Приемы самостраховки. Учебная схватка. Приемы защиты и самообороны из атлетических единоборств. Подвижная игра «Бой петухов», «Часовые и разведчики», «Перетягивание в парах». Силовые упражнения в единоборствах. Правила соревнований в единоборствах.	туловища.. Техника безопасности на занятиях единоборствами. Страховка. Приемы самостраховки. Учебная схватка. Приемы защиты и самообороны из атлетических единоборств. Подвижная игра «Бой петухов», «Часовые и разведчики», «Перетягивание в парах». Силовые упражнения в единоборствах. Правила соревнований в единоборствах.
--------------------------------------	--	---

9 класс

Разделы	Содержание учебного предмета, темы	Основное содержание по темам
Основы физической культуры и здорового образа жизни – 9 часов	<p>Роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, профилактике вредных привычек. Оздоровительные системы физического воспитания и спортивная подготовка.</p> <p>ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ ДРЕВНОСТИ И СОВРЕМЕННОСТИ. ДОСТИЖЕНИЯ ОТЕЧЕСТВЕННЫХ И ЗАРУБЕЖНЫХ СПОРТСМЕНОВ НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ.</p> <p>ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В РОССИИ.</p> <p>Двигательные действия, физические качества, физическая нагрузка.</p> <p>Контроль за индивидуальным физическим развитием и физической подготовленностью, техникой выполнения упражнений, соблюдением режимов физической нагрузки.</p> <p>Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений.</p> <p>НОРМЫ ЭТИЧЕСКОГО ОБЩЕНИЯ И КОЛЛЕКТИВНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ В ИГРОВОЙ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.</p>	<p>Роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, профилактике вредных привычек. Оздоровительные системы физического воспитания и спортивная подготовка.</p> <p>ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ ДРЕВНОСТИ И СОВРЕМЕННОСТИ. ДОСТИЖЕНИЯ ОТЕЧЕСТВЕННЫХ И ЗАРУБЕЖНЫХ СПОРТСМЕНОВ НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ.</p> <p>ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В РОССИИ.</p> <p>Двигательные действия, физические качества, физическая нагрузка.</p> <p>Контроль за индивидуальным физическим развитием и физической подготовленностью, техникой выполнения упражнений, соблюдением режимов физической нагрузки.</p> <p>Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений.</p> <p>НОРМЫ ЭТИЧЕСКОГО ОБЩЕНИЯ И</p>

	Правила соревнований по одному из базовых видов спорта.	КОЛЛЕКТИВНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ В ИГРОВОЙ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ. Правила соревнований по одному из базовых видов спорта.
Физкультурно-оздоровительная деятельность-18 часов.	Комплексы утренней и дыхательной гимнастики, гимнастики для глаз, физкультпауз (физкультминуток), элементы релаксации и аутотренинга. Комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, регулирования массы тела и формирования телосложения. Комплексы упражнений для развития основных физических качеств, функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Упражнения и комплексы из современных оздоровительных систем физического воспитания, адаптивной физической культуры. Основы туристской подготовки. Способы закаливания организма, простейшие приемы самомассажа.	Комплексы утренней и дыхательной гимнастики, гимнастики для глаз, физкультпауз (физкультминуток), элементы релаксации и аутотренинга. Комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, регулирования массы тела и формирования телосложения. Комплексы упражнений для развития основных физических качеств, функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Упражнения и комплексы из современных оздоровительных систем физического воспитания, адаптивной физической культуры. Основы туристской подготовки. Способы закаливания организма, простейшие приемы самомассажа.
Спортивно-оздоровительная деятельность-243 часа.		
Гимнастика с элементами акробатики-18 часов.	Акробатические упражнения и комбинации (кувырки, перекаты, стойки, упоры, прыжки с поворотами, ПЕРЕВОРОТЫ). Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах (висы, упоры, махи, перемахи, повороты, передвижения, стойки и соскоки). Гимнастическая полоса препятствий. ОПОРНЫЕ ПРЫЖКИ . Лазание по канату. Упражнения и композиции ритмической гимнастики, танцевальные движения.	Акробатические упражнения и комбинации (кувырки, перекаты, стойки, упоры, прыжки с поворотами, ПЕРЕВОРОТЫ). Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах (висы, упоры, махи, перемахи, повороты, передвижения, стойки и соскоки). Гимнастическая полоса препятствий. ОПОРНЫЕ ПРЫЖКИ . Лазание по канату. Упражнения и композиции ритмической гимнастики, танцевальные движения.

Легкая атлетика – 21 час.	СПОРТИВНАЯ ХОДЬБА, бег на короткие, средние и ДЛИННЫЕ дистанции, БАРЬЕРНЫЙ, эстафетный и кроссовый бег, прыжки в длину и высоту с разбега, метание малого мяча.	СПОРТИВНАЯ ХОДЬБА, бег на короткие, средние и ДЛИННЫЕ дистанции, БАРЬЕРНЫЙ, эстафетный и кроссовый бег, прыжки в длину и высоту с разбега, метание малого мяча.
Спортивные игры- 29 часов.	Футбол Гандбол Волейбол Баскетбол	Спортивные игры: технические приемы и тактические действия в баскетболе, волейболе, ФУТБОЛЕ, мини-футболе. УПРАЖНЕНИЯ КУЛЬТУРНО-ЭТНИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ: СЮЖЕТНО-ОБРАЗНЫЕ И ОБРЯДОВЫЕ ИГРЫ. ЭЛЕМЕНТЫ ТЕХНИКИ НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА.
Кроссовая подготовка – 16 часов	Медленный бег. Бег «фартлек». Бег «гандикапом». Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий. Переменный бег, Повторный бег. Бег со сменой лидера.	Медленный бег. Бег «фартлек». Бег «гандикапом». Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий. Переменный бег, Повторный бег. Бег со сменой лидера.
Элементы единоборств-9 часов.	Стойки и передвижения в стойке. Захваты рук и туловища.. Техника безопасности на занятиях единоборствами. Страховка. Приемы самостраховки. Учебная схватка. Приемы защиты и самообороны из атлетических единоборств. Подвижная игра «Бой петухов», «Часовые и разведчики», «Перетягивание в парах». Силовые упражнения в единоборствах. Правила соревнований в единоборствах.	Стойки и передвижения в стойке. Захваты рук и туловища.. Техника безопасности на занятиях единоборствами. Страховка. Приемы самостраховки. Учебная схватка. Приемы защиты и самообороны из атлетических единоборств. Подвижная игра «Бой петухов», «Часовые и разведчики», «Перетягивание в парах». Силовые упражнения в единоборствах. Правила соревнований в единоборствах.

6. ОПИСАНИЕ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

№	Наименование объектов и	Кол-во	
---	-------------------------	--------	--

п/п	средств материально-технического оснащения	Старшая школа	Примечание
1.	Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)		
1.1	Стандарт основного (полного) общего образования по физической культуре	1	Стандарт по физической культуре, примерные программы, авторские рабочие программы входят в состав обязательного программно-методического обеспечения кабинета по физической культуре (спортивного зала).
1.2	Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 10—11 классы	1	В составе библиотечного фонда
1.3	«Комплексной программы по физической культуре для учащихся 1–11 классов (Лях В. И, Зданевич А. А. – М.: Просвещение, 2012).	1	В составе библиотечного фонда
1.4	Лях В.И., Физическая культура. 10–11 кл.: учебник для общеобразовательных организаций: базовый уровень/ В.И. Ляха.- М.: Просвещение, 2014.	40	Учебники, рекомендованные Министерством образования и науки Российской Федерации, входят в библиотечный фонд
1.5	Учебная, научная, научно-популярная литература по физической культуре и спорту, олимпийскому движению	1	В составе библиотечного фонда
1.6	Методические издания по физической культуре для учителей	1	Методические пособия и рекомендации, журнал «Физическая культура в школе»
2	Демонстрационные учебные пособия		
2.1	Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности	1	
2.2	Плакаты методические	1	Комплекты плакатов по методике обучения двигательным действиям, гимнастическим комплексам, общеразвивающим и корригирующим упражнениям
3	Экранно-звуковые пособия		
3.1	Аудиовизуальные пособия по основным разделам и темам учебного предмета «Физическая культура» (на цифровых	1	

	носителях)		
3.2	Аудиозаписи	1	Для проведения гимнастических комплексов, обучения танцевальным движениям; проведения спортивных соревнований и физкультурных праздников
4	Технические средства обучения		
4.1	Мегафон	1	
5	Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование		
5.3	Бревно гимнастическое высокое	1	
5.4	Козёл гимнастический	1	
5.5	Конь гимнастический	1	
5.6	Перекладина гимнастическая	1	
5.7	Канат для лазанья с механизмом крепления	2	
5.8	Мост гимнастический подкидной	2	
5.9	Скамейка гимнастическая жёсткая	6	
5.10	Комплект навесного оборудования	1	В комплект входят перекладина, брусья
5.11	Скамья атлетическая наклонная	1	
5.12	Гантели наборные	8	
5.13	Коврик гимнастический	0	
5.14	Акробатическая дорожка	0	
5.15	Маты гимнастические	15	
5.16	Мяч набивной (1 кг, 2 кг)	10	
5.17	Мяч малый (теннисный)	10	
5.18	Скакалка гимнастическая	30	
5.19	Палка гимнастическая	5	
5.20	Обруч гимнастический	6	
<i>Лёгкая атлетика</i>			
5.21	Планка для прыжков в высоту	3	
5.22	Стойка для прыжков в высоту	2	
5.23	Флажки разметочные на опоре	0	
5.24	Рулетка измерительная (10 м, 50 м)	1	
<i>Спортивные игры</i>			

5.31	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой	2	
5.32	Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой	2	
5.33	Мячи баскетбольные для мини-игры	10	
5.34	Сетка для переноса и хранения мячей	1	
5.35	Жилетки игровые	10	
5.36	Стойки волейбольные универсальные	0	
5.37	Сетка волейбольная	1	
5.38	Мячи волейбольные	10	
5.39	Табло перекидное	1	
5.40	Ворота для мини-футбола	1	
5.41	Сетка для ворот мини-футбола	2	
5.42	Мячи футбольные	5	
5.43	Номера нагрудные	0	
5.44	Ворота для ручного мяча	2	
5.45	Мячи для ручного мяча	10	
<i>Туризм</i>			
5.46	Палатки туристские (двухместные)	5	
5.47	Рюкзаки туристские	5	
5.48	Комплект туристский бивуачный	5	
<i>Средства первой помощи</i>			
5.49	Аптечка медицинская	1	
<i>Дополнительный инвентарь</i>			
6.	Спортивные залы (кабинеты)		
6.1	Спортивный зал игровой	18x9м	С раздевалками для мальчиков и девочек (мягкие гимнастические скамейки, коврики), душевыми для мальчиков и девочек, туалетами для мальчиков и девочек
6.2	Спортивный зал гимнастический		
6.3	Зоны рекреации		Для проведения динамических пауз (перемен)
6.4	Кабинет учителя		
6.5	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования	1	Включает в себя стеллажи, контейнеры

7	Пришкольный стадион (площадка)		
7.1	Легкоатлетическая дорожка	1	
7.2	Сектор для прыжков в длину	2	
7.3	Сектор для прыжков в высоту	0	
7.4	Игровое поле для футбола (мини-футбола)	2	
7.5	Площадка игровая баскетбольная	2	
7.6	Площадка игровая волейбольная	1	
7.7	Гимнастический городок	1	
7.8	Полоса препятствий	1	

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания
методического объединения
учителей спортивно-технического
и эстетического цикла
от «29» августа 2015 года №1
Руководитель МО ОУ
_____ /Ярковой С.Н./

Заместитель директора по УВР
_____ /А.В.Басаева /
от «29» августа 2015 года

