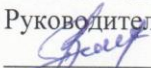


Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Георгиевская средняя общеобразовательная школа»
Локтевского района Алтайского края

Согласовано:

Руководитель ШМО ГЦ
 Зинченко Т.П.
Протокол № 1 от
« 26 » 08 2019 г.

Принято:

на педагогическом совете
Протокол № 10 от 27.08.2019г

Утверждено:

Директор школы
 Веременинова

А. Приказ № 10 от
« 28 » 08 2019 г.



Рабочая программа
учебного предмета «Физическая культура»,
образовательная область
«Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности»,
8 класс, основное общее образование, базовый уровень.
2019 – 2020 учебный год

Автор программа:

Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В. И. Ляха. 5-9 кл: пособие для учителей общеобразоват. организаций / В. И. Лях.-2-е изд. М.: Просвещение, 2012

Разработана: Какуниным Евгением Геннадьевичем
учителем физической культуры
высшей квалификационной категории

с. Георгиевка
2019 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Физической культуре для 8 класса разработана на основе основной образовательной программы основного общего образования (ФГОС ООО) образовательного учреждения МКОУ «Георгиевская СОШ» с учётом УМК авторов М.Я. Виленского, В. И. Лях. «Физическая культура», 5-9 класс

1.Используемый УМК:

- 1.Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В. И. Ляха. 5-9 кл: пособие для учителей общеобразоват. организаций / В. И. Лях.-2-е изд. М.: Просвещение, 2012г
- 2.Учебник «Физическая культура. 8-9 классы», В.И. Лях.- М.: Просвещение, 2014г
- 3.Физическая культура. Методические рекомендации. 5-9 классы: пособие для учителей общеобразоват. организаций / М.Я.Виленский, В.Т.Чичикин, Т.Ю.Торочкова; под редакцией М.Я. Виленского.-2-е изд. М.: «Просвещение». 2014 г..
- 4.В. И. Лях. Физическая культура. Тестовый контроль. 5-9 классы. пособие для учителей общеобразоват. организаций М.: «Просвещение». 2014г

2. Место предмета в учебном плане:

На изучение учебного предмета «Физическая культура» в 8 классе в учебном плане МКОУ «Георгиевская СОШ» предусмотрено 105 учебных часов (из расчета 3 часа в неделю).

3. 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 обучающимся с учётом 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:

- требований к результатам освоения образовательной программы основного общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте основного общего образования;
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;
- Закона «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального закона «О физической культуре и спорте»;
- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.;
- примерной программы основного общего образования по физической культуре;
- Письмо Минобрнауки РФ от 19.11. 2010 г. № 6842-03/30 «О введении третьего часа физической культуры в недельный объём учебной нагрузки обучающихся в общеобразовательных учреждениях»

4. Цели и задачи:

В основу планирования учебного материала в логике поэтапного его освоения было положено соблюдение дидактических правил от известного к неизвестному и от простого к сложному.

Задачу формирования целостного мировоззрения обучающихся, всестороннего раскрытия взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов в сфере физической культуры учитель реализует на основе расширения межпредметных связей из области разных предметов: литературы, истории, математики, анатомии, гигиены, физиологии, психологии и др.

Общей целью образования в области физической культуры является формирование у учащихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

В соответствии с этим, программа физического воспитания учащихся 8 классов своим предметным содержанием ориентируется на достижение следующих практических задач:

- на содействие гармоническому развитию личности, укрепление здоровья учащихся, закрепление навыков правильной осанки, профилактики плоскостопия, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развитие двигательных способностей на основе знаний о системе организма;
- углублённое представление об основных видах спорта;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятием любимым видом спорта в свободное время;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- содействие развитию психических процессов и обучению психической саморегуляции.

5. Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Результаты освоения содержания предмета «Физическая культура» определяют те итоговые результаты, которые должны демонстрировать школьники по завершении обучения в основной школе.

Требования к результатам изучения учебного предмета выполняют двоякую функцию. Они, с одной стороны, предназначены для оценки успешности овладения программным содержанием, а с другой стороны, устанавливают минимальное содержание образования, которое в обязательном порядке должно быть освоено каждым ребенком, оканчивающим основную школу.

Результаты освоения программного материала по предмету «Физическая культура» в основной школе оцениваются по трем базовым уровням, исходя из принципа «общее — частное — конкретное», и представлены соответственно метапредметными, предметными и личностными результатами.

Личностные результаты освоения предмета физической культуры

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 нагрузки 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 ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и пере движений;
- 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 физической культурой;
- 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 освоения физической культуры

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 освоения физической культуры

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

Предметные результаты, так же как и метапредметные, проявляются в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

В области нравственной культуры:

- способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;
- умение оказывать помощь занимающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;
- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

В области эстетической культуры:

- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;
- способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения координационной, ритмической и пластической направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;
- способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

В области физической культуры:

- способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки;
- способность составлять планы занятий физической культурой с различной педагогической направленностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;
- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

Планируемые результаты.

Личностные УУД. Воспринимать объединяющую роль России как государства, территории проживания и общности языка. Соотносить понятия «родная природа» и «Родина».

2. Проявлять уважение к своей семье, ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей.

3. Принимать новый статус «ученик», внутреннюю позицию школьника на уровне положительного отношения к школе, принимать образ «хорошего ученика».

4. Внимательно относиться к собственным переживаниям и переживаниям других людей; нравственному содержанию поступков.
5. Выполнять правила личной гигиены, безопасного поведения в школе, дома, на улице, в общественных местах.
6. Внимательно относиться к красоте окружающего мира, произведениям искусства.
7. Адекватно воспринимать оценку учителя

Регулятивные УУД:

1. Организовывать свое рабочее место под руководством учителя.
2. Осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном.
3. Вносить необходимые дополнения, исправления в свою работу, если она расходится с эталоном (образцом).
4. В сотрудничестве с учителем определять последовательность изучения материала, опираясь на иллюстративный ряд.

Познавательные УУД

1. Ориентироваться в учебниках (система обозначений, структура текста, рубрики, словарь, содержание).
2. Осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника (под руководством учителя).
3. Понимать информацию, представленную в виде текста, рисунков, схем.
4. Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.
5. Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям

Коммуникативные УУД

1. Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить.
2. Вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное).
3. Сотрудничать с товарищами при выполнении заданий в паре: устанавливать и соблюдать очерёдность действий, корректно сообщать товарищу об ошибках.
4. Участвовать в коллективном обсуждении учебной проблемы.
5. Сотрудничать со сверстниками и взрослыми для реализации проектной деятельности.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)

6. Формы и методы работы с детьми, испытывающими трудности в обучении:

индивидуальная работа; наглядный, словесный, игровой методы, решение упражнений «с комментированием», консультирование.

Специфические методы в работе с детьми с ЗПР и ОВЗ:

1. Детям с ЗПР свойственна низкая степень устойчивости внимания, поэтому необходимо специально организовывать и направлять внимание детей. Полезны все упражнения, развивающие все формы внимания.
2. Они нуждаются в большем количестве проб, чтобы освоить способ деятельности, поэтому необходимо предоставить возможность действовать ребенку неоднократно в одних и тех же условиях.

3. Интеллектуальная недостаточность этих детей проявляется в том, что сложные инструкции им недоступны. Необходимо дробить задание на короткие отрезки и предъявлять ребенку поэтапно, формулируя задачу предельно четко и конкретно.

4. Высокая степень истощаемости детей с ЗПР может принимать форму как утомления, так и излишнего возбуждения. Поэтому нежелательно принуждать ребенка продолжать деятельность после наступления утомления. Однако многие дети с ЗПР склонны манипулировать взрослыми, используя собственную утомляемость как предлог для избегания ситуаций, требующих от них произвольного поведения,

5. Чтобы усталость не закрепилась у ребенка как негативный итог общения с педагогом, обязательна церемония «прощания» с демонстрацией важного положительного итога работы. В среднем длительность этапа работы для одного ребенка не должна превышать 10 минут.

7. Краткая характеристика класса: в 8 классе 3 обучающихся, все обучаются по основной образовательной программе ООО

8. Общая характеристика организации учебного процесса.

Технологии	Методы	Формы	Средства
системно– деятельностный подход; коммуникативно– ориентированное обучение; дифференцированный подход; здоровьесберегающие технологии;	Беседа, объяснение учителя; самостоятельная работа при консультативной помощи учителя; работа в парах; работа в группах, командах	урок открытия нового знания; урок общеметодологической направленности; урок рефлексии; урок развивающего контроля	Учебник, Спортивный инвентарь в спортивном зале, спортивный стадион, спортивные площадки на улице

10. Контрольно- измерительные материалы взяты из УМК:

Программой предусмотрено проведение зачетов, сдача нормативов.

11. Нормы оценки знаний , умений и навыков обучающихся.

Нормы и критерии оценивания знаний, умений и навыков обучающихся по предмету соответствуют норм и критериям оценивания согласно Положения МКОУ «Георгиевская СОШ» «О системе оценок знаний, умений, навыков, компетенций учащихся основного, среднего общего образования МКОУ «Георгиевская СОШ» и УМК автора.

12. Содержание учебного предмета.

Для образовательных учреждений Российской Федерации на изучение физической культуры на уровне основного общего образования отводится не менее 510 часов из расчета 3 часа в неделю с 5 по 9 класс. Рабочая программа для 5 - 9 классов рассчитана на 3 часа в неделю:

Содержание программного материала состоит из **двух основных частей:**

Базовый компонент составляет основу общегосударственного стандарта общеобразовательной подготовки в сфере физической культуры и не зависит от региональных, национальных и индивидуальных особенностей ученика.

Вариативная (дифференцированная) часть физической культуры обусловлена необходимостью учёта индивидуальных способностей детей, региональных, национальных и местных особенностей работы школ.

Темы раздела единоборства изучаются в разделе «Гимнастика», часы , отведенные на раздел единоборства переносятся на раздел «Легкая атлетика», «Гимнастика». Вариативная часть включает в себя программный материал по баскетболу, волейболу, гимнастике.

Для прохождения теоретических сведений можно выделять время , как в процессе уроков, так и один час урочного времени в каждой четверти.

8 класс

Раздел 1. «Что вам надо знать» (6 часов)

Физическое развитие человека.

- влияние возрастных особенностей организма на физическое развитие и физическую подготовленность.
- роль опорно-двигательного аппарата в выполнении физических упражнений.
- значение нервной системы в управлении движениями и регуляции систем организма.
- психические процессы в обучении двигательным действиям.
- самоконтроль при занятиях физическими упражнениями.
- личная гигиена в процессе занятий физическими упражнениями.
- предупреждение травматизма и оказание первой помощи при травмах и ушибах.

История возникновения и формирование физической культуры

- физическая культура и олимпийское движение в России (СССР).
- возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения.

Раздел 2. «Базовые виды спорта школьной программы»

Легкая атлетика (27 часов)

Беговые упражнения (овладение техникой спринтерского бега).

- низкий старт до 30м.
- бег с ускорением от 70 до 80м.
- скоростной бег до 70м.
- бег на результат 60м.

Беговые упражнения (овладение техникой длительного бега).

- бег в равномерном темпе: мальчики до 20 мин, девочки до 15 мин.
- бег на 1500м.

Овладение техникой прыжка в длину.

- прыжки в длину с 11-13 шагов разбега.

Овладение техникой метания мяча в цель и на дальность.

- метание мяча весом 150 г с места на дальность и с 4-5 бросковых шагов с разбега в коридор 10м на дальность и заданное расстояние.
- бросок набивного мяча (2 кг) двумя руками из различных и.п., стоя грудью и боком в направлении метания с места, с шага, с двух шагов, с трех шагов, с четырех шагов вперед-вверх.
- ловля набивного мяча (2 кг) двумя руками после броска партнера, после броска вверх.

Развитие выносливости.

- кросс до 15 мин.
- бег с препятствиями и на местности, минутный бег.
- эстафеты.
- круговая тренировка.

Развитие скоростно-силовых способностей.

- всевозможные прыжки и многоскоки.
- метания в цель и на дальность разных снарядов из различных исходных положений.
- толчки и броски набивных мячей весом до 3 кг с учетом возрастных и половых особенностей.

Развитие скоростных способностей.

- эстафеты.
- старты из различных исходных положений.
- бег с ускорением, с максимальной скоростью.

Знания о физической культуре.

- влияние легкоатлетических упражнений на укрепление здоровья и на основные системы организма.
- название разучиваемых упражнений и основы правильной техники их выполнения.
- правила соревнования в беге, прыжках и метаниях.

- разминка для выполнения легкоатлетических упражнений.
- представления о темпе, скорости и объеме легкоатлетических упражнений, направленных на развитие выносливости, быстроты, силы, координационных способностей.
- правила техники безопасности при занятиях легкой атлетикой.

Самостоятельные занятия

- упражнения и простейшие программы развития выносливости, скоростно-силовых, скоростных и координационных способностей на основе освоенных легкоатлетических упражнений.
- правила самоконтроля и гигиены.

Овладение организаторскими умениями.

- измерение результатов.
- подача команд.
- демонстрация упражнений.
- помощь в оценке результатов и проведении соревнований, в подготовке места проведения занятий.

Гимнастика (19 часов)

Освоение строевых упражнений.

- команда «Прямо!», повороты в движении направо, налево.

Освоение ОРУ без предметов на месте и в движении и с предметами.

- сочетание различных положений рук, ног, туловища.
- сочетание движений руками с ходьбой на месте и в движении, с маховыми движениями ног, с подскоками, с приседаниями, с поворотами.
- простые связки.
- общеразвивающие упражнения в парах.
- мальчики: общеразвивающие упражнения с набивным и большим мячом (1-3 кг).
- девочки: общеразвивающие упражнения с обручами, большим мячом, палками.

Освоение акробатических упражнений.

Мальчики:

- кувырок назад в упор стоя ноги врозь.
- кувырок вперед и назад.
- длинный кувырок.
- стойка на голове и руках.

Девочки:

- «мост» и поворот в упор стоя на одном колене.
- кувырки вперед и назад.

Развитие силовых способностей и силовой выносливости.

- лазанье по гимнастической лестнице.
- подтягивания, упражнения в висах и упорах, с набивными мячами.

Развитие скоростно-силовых способностей.

- прыжки со скакалкой.
- броски набивного мяча.

Развитие гибкости.

- общеразвивающие упражнения с повышенной амплитудой для плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов и позвоночника.
- упражнения с партнером, акробатические, на гимнастической стенке.
- упражнения с предметами.

Знания о физической культуре.

- значение гимнастических упражнений для развития координационных способностей.
- страховка и помощь во время занятий, обеспечение техники безопасности.

Самостоятельные занятия.

- упражнения и простейшие программы по развитию силовых, координационных способностей и гибкости с предметами и без предметов, акробатические.

- правила самоконтроля.
- способы регулирования физической нагрузки.

Овладение организаторскими умениями.

- самостоятельное составление простейших комбинаций упражнений, направленных на развитие координационных и кондиционных способностей.
- дозировка упражнений.

Волейбол (19 часов)

Краткая характеристика вида спорта. Требования к технике безопасности.

- история волейбола. Основные правила игры в волейбол. Основные приемы игры в волейбол.
- правила техники безопасности.

Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.

- стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.
- ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.)
- комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения).

Освоение техники приема и передач мяча.

- передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед через сетку.
- передачи мяча над собой, во встречных колоннах.
- отбивание мяча кулаком через сетку.

Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.

- игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на укороченных площадках.
- совершенствование развития психомоторных (двигательных) способностей и навыков игры.

Развитие координационных способностей.

- упражнения по овладению и совершенствованию в технике перемещений и владения мячом типа бег с изменением направления, скорости, челночный бег с ведением и без ведения мяча и др.
- упражнение на быстроту и точность реакций.
- прыжки в заданном ритме.
- игровые упражнения типа 2:1, 3:1, 2:2, 3:2, 3:3.

Развитие выносливости.

- эстафеты.
- круговая тренировка.
- подвижные игры с мячом.
- двусторонние игры.

Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

- бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма, из различных исходных положений.
- подвижные игры, эстафеты с мячом и без мяча.
- прием мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед. То же через сетку.

Освоение техники нижней прямой подачи.

- нижняя прямая подача мяча. Прием подачи.

Освоение техники прямого нападающего удара.

- прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.

Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей.

- комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар.

Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей.

- дальнейшее закрепление техники и продолжение развития координационных способностей.

Освоение техники игры.

- закрепление тактики свободного нападения.
- позиционное нападение и изменение позиций.

Знания о спортивной игре.

- терминология игры: техника приема и передачи.
- правила и организация игры (цель и смысл игры, игровое поле, количество участников, поведение игроков в нападении и защите).
- правила техники безопасности при занятиях волейболом.

Самостоятельные занятия прикладной физической подготовкой.

- упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости.
- игровые упражнения по совершенствованию технических приемов (передачи мяча, прием, удар).
- подвижные игры и игровые задания, приближенные к игре волейбол.
- правила самоконтроля.

Овладение организаторскими способностями.

- организация и проведение подвижных игр и игровых заданий по волейболу.
- помощь в судействе, комплектование команды.

Лыжная подготовка (20 час)

Краткая характеристика вида спорта. Требования к технике безопасности.

- история лыжного спорта. Основные правила соревнований.
- одежда, обувь и лыжный инвентарь.
- правила техники безопасности.

Освоение техники лыжных ходов.

- одновременный одношажный ход (стартовый вариант).
- коньковый ход.
- торможение и поворот «плугом».
- прохождение дистанции 4,5 км.
- игры: «Гонки с выбыванием», «Как по часам», «Биатлон».

Знания.

- правила самостоятельного выполнения упражнений и домашних заданий.
- значение занятий лыжным спортом для поддержания работоспособности.
- техника безопасности при занятиях лыжным спортом.
- оказание помощи при обморожениях и травмах.

Баскетбол (14 часов)

Краткая характеристика вида спорта. Требования к технике безопасности.

- история баскетбола. Основные правила игры в баскетбол. Основные приемы игры.
- правила техники безопасности.

Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.

- стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.
- остановка двумя шагами и прыжком.
- повороты без мяча и с мячом.
- комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорения).

Освоение ловли и передач мяча.

- ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.

Освоение техники ведения мяча.

- ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости.
- ведение с пассивным сопротивлением защитника.

Освоение техники бросков мяча.

- броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли, в прыжке) с пассивным противодействием. Максимальное расстояние до корзины 4,80м.
- броски одной и двумя руками в прыжке.

Освоение индивидуальной техники защиты.

- перехват мяча.
- вырывание и выбывание мяча.

Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей.

- комбинация из освоенных элементов (ловля, передача, ведение, бросок).
- комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.

Освоение тактики игры.

- позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 на одну корзину.
- нападение быстрым прорывом (3:2).
- взаимодействие двух (трех) игроков в нападении и защите (тройка и малая, через «заслон», восмерка).

Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.

- игра по правилам мини-баскетбола.
- совершенствование психомоторных способностей.

Знания о спортивной игре.

- терминология игры: техника ловли, передачи, ведения мяча или броска.
- тактика нападений (быстрый прорыв, расстановка игроков, позиционное нападение) и защиты (зональная и личная защита).
- правила и организация игры (цель и смысл игры, игровое поле, количество участников, поведение игроков в нападении и защите).
- правила техники безопасности при занятиях баскетболом.

Самостоятельные занятия прикладной физической подготовкой.

- упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости.
- игровые упражнения по совершенствованию технических приемов (ловля, передача, броски или удары в цель, ведение, сочетание приемов).
- подвижные игры и игровые задания, приближенные к игре баскетбол.
- правила самоконтроля.

Овладение организаторскими способностями.

- организация и проведение подвижных игр и игровых заданий по баскетболу.
- помощь в судействе, комплектование команды.

Раздел 3. «Самостоятельные занятия физическими упражнениями»

Способы двигательной деятельности.

- основные двигательные способности: гибкость, сила, быстрота, выносливость и ловкость.

Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней гимнастики.

- гибкость: упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для пояса. Упражнения для ног и тазобедренных суставов.
 - сила: упражнения для развития силы рук, ног, мышц туловища.
 - быстрота: упражнения для развития быстроты движений (скоростных способностей).
- Упражнения, одновременно развивающие силу и быстроту.
- выносливость: упражнения для развития выносливости.
 - ловкость: упражнения для развития двигательной и локомоторной ловкости.

13. Структура изучаемого предмета

№ п.п.	Наименование раздела	Количество часов
1	Знания о физической культуре.	6 ч
2	Двигательные умения и навыки.	
2.1	Лёгкая атлетика	27
2.2	Гимнастика	19
2.3	Лыжная подготовка	20
2.4	Волейбол	19
2.5	Баскетбол	14
3	Развитие двигательных способностей	В процессе уроков
	ИТОГО	105

14. Календарно – тематическое планирование учебного предмета
«Физическая культура», 8 класс
105ч в год, 3ч в неделю

№ п\п	Раздел, тема урока	Кол-во часов	Дата	
			по плану	по факту
	Знания о физической культуре.	1		
1	Появление первых примитивных игр и физических упражнений. Олимпийское движение в дореволюционной России. Влияние возрастных особенностей на физическое развитие. Общие гигиенические правила, режим дня.	1		
	Лёгкая атлетика.	11		
	<i>Овладение техникой спринтерского бега</i>	3		
2	<i>Правила техники безопасности при занятиях лёгкой атлетикой. Влияние легкоатлетических упражнений на укрепление здоровья и основные системы организма. Низкий старт до 30 м.</i>	1		
3	Низкий старт от 70 до 80 м. Бег 30м, с. Тест.	1		
4	Низкий старт до 70 м. Бег на результат 60 м, с. Тест.	1		
	<i>Овладение техникой прыжка в длину.</i>	2		
5	Прыжки в длину с11-13 шагов разбега.	1		
6	Прыжки в длину с11-13 шагов разбега. Прыжок в длину с места, (см.) Тест.	1		
	<i>Овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность</i>	3		
7	Метание теннисного мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1:1м) девушки –с расстояния 12-14 м, юноши – до 16 м)	1		
8	Метание мяча (150г), м. Тест.	1		
9	Бросок набивного мяча (2 кг) двумя руками из различных и.п. Ловля набивного мяча.	1		
	<i>Развитие скоростных способностей</i>	3		
10	Эстафеты, старты из различных исходных положений, бег с ускорением, с максимальной скоростью.	1		
11	Эстафеты, старты из различных исходных положений, бег с ускорением, с максимальной скоростью.	1		
12	Эстафеты, старты из различных исходных положений, бег с ускорением, с максимальной скоростью.	1		
	Баскетбол	14		
	<i>Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.</i>	3		
13	Значение, история игры баскетбол. Основные правила проведения соревнований. Правила техники безопасности. Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд.	1		
14	Остановка двумя шагами и прыжком.	1		
15	Повороты без мяча и с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение).	1		

	<i>Освоение ловли и передач мяча.</i>	1		
16	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (квадрате, круге). Дальнейшее закрепление техники ловли и передач мяча.	1		
	<i>Освоение техники ведения мяча.</i>	1		
17	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Челночный бег 3 по 10 м, с. Тест.	1		
	<i>Овладение техникой бросков мяча.</i>	2		
18	Броски одной и двумя руками с места и в прыжке. Максимальное расстояние до корзины-4,80м	1		
19	Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок.	1		
	<i>Освоение индивидуальной техники защиты.</i>	1		
20	Вырывание, выбивание, перехват мяча.	1		
	<i>Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей.</i>	1		
21	Комбинация из основных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Дальнейшее обучение технике движений.	1		
	<i>Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей.</i>	1		
22	Комбинация из основных элементов техники перемещений и владения мячом. Дальнейшее обучение технике движений.	1		
	<i>Освоение тактики игры.</i>	2		
23	Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 на одну корзину.	1		
24	Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (3:2)	1		
	<i>Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.</i>	2		
25	Игра по упрощённым правилам баскетбола.	1		
26	Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Ведение дневника самоконтроля.	1		
	Знания о физической культуре.	1		
27	Физическая культура в разные общественно экономические формации. Летние и зимние Олимпийские игры. Роль опорно-двигательного аппарата в выполнении физических упражнений.	1		
	Гимнастика	19		
	<i>Краткая характеристика вида спорта. Требования к Т.Б.</i>	1		
28	Значение гимнастических упражнений для развития координационных способностей. Правила техники безопасности и страховки во время занятий физическими упражнениями.	1		
	<i>Организуящие команды и приёмы. Освоение строевых упражнений.</i>	2		
29	Режим труда и отдыха. Выполнение команд «Пол-оборота направо!, Налево!, Полшага!, Полный шаг».	1		
30	Перестроение из колонны по два и по четыре в колонну по одному	1		

	разведением и слиянием, по восемь в движении.			
	Освоение общеразвивающих упражнений без предметов на месте и в движении.	2		
31	Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки. Сочетание различных положений рук, ног, туловища.	1		
32	Сочетание движений руками с ходьбой на месте и в движении, с маховыми движениями ногой, с подскоками. Простые связки.	1		
	Освоение общеразвивающих упражнений с предметами.	2		
33	Мальчики: с набивным и большим мячом, гантелями (1—3 кг). Девочки: с обручами, булавами, большим мячом, палками.	1		
34	Мальчики: с набивным и большим мячом, гантелями (1—3 кг). Девочки: с обручами, булавами, большим мячом, палками.	1		
	Освоение и совершенствование висов и упоров.	2		
35	Мальчики: подъём переворотом в упор толчком двумя; передвижение в вися; махом назад соскок. Девочки: махом одной и толчком другой подъём переворотом в упор на нижнюю жердь.	1		
36	Мальчики: подъём переворотом в упор толчком двумя; передвижение в вися; махом назад соскок. Девочки: махом одной и толчком другой подъём переворотом в упор на нижнюю жердь. Подтягивание, кол-во раз. Тест.	1		
	Освоение опорных прыжков.	3		
37	Мальчики: прыжок согнув ноги (козел в ширину, высота 100-115 см.). Девочки: Прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100-110 см.)	1		
38	Мальчики: прыжок согнув ноги (козел в ширину, высота 100-115 см.). Девочки: Прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100-110 см.)	1		
39	Мальчики: прыжок согнув ноги (козел в ширину, высота 100-115 см.). Девочки: Прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100-110 см.)	1		
	Освоение акробатических упражнений.	1		
40	Мальчики: кувырок вперёд в стойку на лопатках; стойка на голове с согнутыми ногами. Девочки: кувырок назад в полушпагат.	1		
	Развитие координационных способностей.	2		
41	Упражнения с гимнастической скамейкой. Акробатические упражнения.	1		
42	Прыжки с пружинного гимнастического мостика в глубину. Эстафеты и игры с использованием гимнастических упражнений.	1		
	Развитие силовых способностей и силовой выносливости.	1		
43	Лазание по канату. Подтягивания, упражнения в висах и упорах.	1		
	Развитие скоростно-силовых способностей	2		
44	Опорные прыжки, прыжки со скакалкой, броски набивного мяча.	1		
45	Опорные прыжки, прыжки со скакалкой, броски набивного мяча.	1		
	Развитие гибкости.	1		
46	Общеразвивающие упражнения с повышенной амплитудой для плечевых локтевых, коленных суставов. Поднимание туловища, кол-во раз за 30 с. Тест.	1		
	Знания о физической культуре.	1		
47	Мифы и легенды о зарождении Олимпийских игр в древности.	1		

	Правила самостоятельного выполнения упражнений и домашних заданий. Подвижные игры и развлечения в зимнее время.			
	Лыжная подготовка	20		
	<i>Краткая характеристика вида спорта. Требования к Т.Б.</i>	1		
48	Значение занятий лыжным спортом для поддержания работоспособности. Виды лыжного спорта. Требования к технике безопасности. Применение лыжных мазей.	1		
	<i>Освоение техники лыжных ходов.</i>	19		
49	Требование к одежде и обуви занимающегося лыжами. Одновременный одношажный ход.	1		
50	Оказание помощи при обморожении и травмах. Одновременный одношажный ход.	1		
51	Одновременный одношажный ход (стартовый вариант).	1		
52	Одновременный одношажный ход.	1		
53	Одновременный одношажный ход.	1		
54	Коньковый ход.	1		
55	Коньковый ход. Игра: «Биатлон».	1		
56	Коньковый ход.	1		
57	Коньковый ход. Игра: «Как по часам».	1		
58	Торможение и поворот «плугом» Игра: «Карельская гонка».	1		
59	Торможение и поворот «плугом»	1		
60	Торможение и поворот «плугом». Игра: «Карельская гонка».	1		
61	Торможение и поворот «плугом»	1		
62	Игра: «Как по часам».	1		
63	Игры: «Гонка с преследованием», «Биатлон».	1		
64	Игры: «Гонки с выбыванием», «Биатлон».	1		
65	Прохождение дистанции 4,5 км.	1		
66	Прохождение дистанции 4,5 км.	1		
67	Прохождение дистанции 4,5 км.	1		
	Знания о физической культуре.	1		
68	Исторические сведения о развитии древних Олимпийских игр (виды состязаний, правила их проведения). Концепция честного спорта. Для чего человеку нужна правильная осанка.	1		
	Волейбол	19		
	<i>Краткая характеристика вида спорта. Требования к Т.Б.</i>	1		
69	Основные правила игры в волейбол. Терминология игры. Правила техники безопасности. <i>Вредные привычки. Допинг.</i>	1		
	<i>Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.</i>	2		
70	Стойки игрока. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений. Совершенствование техники передвижений.	1		
	<i>Освоение техники приёма и передач мяча.</i>	2		
71	<i>Режим дня. Утренняя гимнастика.</i> Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперёд. Прыжок через скакалку, кол-во раз в 1 мин. Тест.	1		
72	Передачи мяча над собой, во встречных колоннах. Отбивание мяча кулаком через сетку.	1		
	<i>Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.</i>	3		

73	Игра по упрощённым правилам волейбола.	1		
74	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на укороченных площадках.	1		
75	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на укороченных площадках.	1		
	Развитие координационных способностей.	2		
76	Упражнения по овладению и совершенствованию в технике перемещений и владения мячом.	1		
77	Метание в цель различными мячами, жонглирование, упражнения на быстроту, точность реакций.	1		
	Развитие выносливости.	1		
78	Эстафеты, круговая тренировка, подвижные игры с мячом, двусторонние игры с мячом, длительностью от 20с до 12 мин.	1		
	Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.	2		
79	Ведение мяча в высокой, средней и низкой стойке с максимальной частотой в течении 7-10 с.	1		
80	Приём мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперёд. Подвижные игры, эстафеты с мячом и без мяча.	1		
	Освоение техники нижней прямой подачи.	2		
81	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3—6 м от сетки, через сетку. Приём подачи.	1		
82	Нижняя прямая подача мяча. Приём подачи.	1		
	Освоение техники прямого нападающего удара.	2		
83	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром.	1		
84	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром.	1		
	Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей.	1		
85	Правила самоконтроля. Комбинации из освоенных элементов: приём, передача, удар.	1		
	Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей.	1		
86	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Сила кисти, кг. Тест.	1		
	Освоение тактики игры.	1		
87	Совершенствование тактики свободного нападения. Позиционное нападение с изменением позиций игроков .	1		
	Знания о физической культуре.	1		
88	Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх. Сведения о московской Олимпиаде 1980 г. И о зимней олимпиаде в Сочи 2014г.	1		
	Легкая атлетика	16		
	Овладение техникой прыжка в высоту.	4		
89	Правила техники безопасности при занятиях лёгкой атлетикой. Характеристика типовых травм, простейшие приёмы оказания самопомощи. Прыжки в высоту с 7—9 шагов разбега.	1		
90	Субъективные и объективные показатели самочувствия. Прыжки в высоту с 7—9 шагов разбега. Процесс совершенствования техники прыжка в высоту.	1		
91	Влияние лёгкоатлетических упражнений на укрепление здоровья. Прыжки в высоту с 7—9 шагов разбега.	1		
92	Прыжки в высоту с 7—9 шагов разбега.	1		

	Прыжок в высоту, см. Тест.			
	Овладение техникой спринтерского бега.	4		
93	Низкий старт до 30 м.	1		
94	Бег с ускорением от 70 до 80 м. Тест.	1		
95	Скоростной бег до 70 м.	1		
96	Бег на результат 60 м. Тест.	1		
	Овладение техникой прыжка в длину.	4		
97	Рациональное питание. Прыжки в длину с 11—13 шагов разбега.	1		
98	Прыжки в длину с 11—13 шагов разбега.	1		
99	Прыжки в длину с 11—13 шагов разбега.	1		
100	Прыжки в длину с 11—13 шагов разбега. Прыжок в длину с места, см. Тест.	1		
	Овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность.	4		
101	Метание теннисного мяча с места на дальность отскока от стены с места, с шага, с двух шагов, с трёх шагов.	1		
102	Метания в цель и на дальность разных снарядов из разных исходных положений.	1		
103	Бросок набивного мяча (2 кг) двумя руками из различных и.п. Ловля набивного мяча двумя руками после броска портнёра.	1		
104	Бросок набивного мяча (2 кг) двумя руками из различных и.п. Ловля набивного мяча двумя руками после броска портнёра.	1		
	Знания о физической культуре.	1		
105	Олимпиада современности. Подвижные игры и развлечения в летнее время. Закаливание водой.	1		
		105		

15. Материально – техническое обеспечение программы

№ п/п	Наименование объектов и средств материально- технического обеспечения	Необходимое количество
	Библиографический список методических и учебных пособий (книгопечатная продукция)	
1	Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В. И. Ляха. 5-9 кл: пособие для учителей общеобразоват. организаций / В. И. Лях.-2-е изд. М.: Просвещение, 2012	1
2	Учебник «Физическая культура. 8-9 классы», В.И. Лях.- М.: Просвещение, 2014	1
3	Физическая культура. Методические рекомендации. 8-9 классы: пособие для учителей общеобразоват. организаций / М.Я.Виленский, В.Т.Чичикин, Т.Ю.Торочкова; под редакцией М.Я. Виленского.-2-е изд. М.: «Просвещение». 2014 г..	1
4	1.4 В. И. Лях. Физическая культура. Тестовый контроль. 5-9 классы. пособие для учителей общеобразоват. организаций М.: «Просвещение». 2014	1
5	Инструкции по технике безопасности	1
	<i>Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование.</i>	
1	Мячи: баскетбольные, волейбольные, футбольные, малые-резиновые, мячи для метания	6
2	Скакалка детская	5
3	Маты гимнастические	10
4	Обруч пластиковый детский	6
5	Рулетка измерительная	2
6	Лыжный инвентарь.	5
7	Стенка гимнастическая.	1
8	Флажки.	5
10	- бревно гимнастическое напольное,	
11	- козел гимнастический,	
12	- конь гимнастический,	
13	- перекладина гимнастическая,	
14	- канат для лазанья,	
15	- мост гимнастический,	
16	- скамейка гимнастическая жёсткая,	
17	- комплект навесного оборудования,	
18	- гантели наборные ,	
19	- коврик гимнастический,	
20	- маты гимнастические,	
21	- мяч набивной (1кг, 2кг),	
22	- мяч малый (теннисный),	
23	- скакалка гимнастическая,	
24	- палка гимнастическая,	
25	- обруч гимнастический,	
26	- сетка для переноса малых мячей.	
27	<u>Легкая атлетика:</u>	

28	- планка для прыжков в высоту,	
29	- стойка для прыжков в высоту,	
30	- флажки разметочные на опоре,	
31	- лента финишная,	
32	- рулетка измерительная (10м, 50м)	

Средства первой помощи:

аптечка.

Дополнительный инвентарь:

-доска аудиторная с магнитной поверхностью,

Спортивные зал.

- спортивный зал игровой и гимнастический,

- кабинет учителя,

- подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования,

Пришкольный стадион.

- легкоатлетическая дорожка,

- сектор для прыжков в длину,

- игровое поле для футбола (мини-футбола),

- площадка игровая баскетбольная,

- площадка игровая волейбольная,

- гимнастический городок,

-лыжная трасса.