

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Тульской области

Общественная организация Тульский областной еврейский благотворительный центр
«ХАСДЭЙ НЭШАМА» /»МИЛОСЕРДИЕ»/

«УТВЕРЖДЕНО»



Директор

Т.В.Оводова

Приказ № 41-а

от «31»августа» 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Учебного предмета
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**
(для 8 класса образовательных организаций)

Тула 2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

При создании рабочей программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации. В рабочей программе нашли свои отражения объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития российского общества, условия деятельности образовательных организаций, возросшие требования родителей, учителей и методистов к совершенствованию содержания школьного образования, внедрению новых методик и технологий в учебно-воспитательный процесс.

В своей социально-ценностной ориентации рабочая программа сохраняет исторически сложившееся предназначение дисциплины «Физическая культура» в качестве средства подготовки учащихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств.

Программа обеспечивает преемственность с Примерной рабочей программой начального среднего общего образования, предусматривает возможность активной подготовки учащихся к выполнению нормативов «Президентских состязаний» и «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО».

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Общей целью школьного образования по физической культуре является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В рабочей программе для 8 класса данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

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

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

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

о физической культуре), операциональным (способы самостоятельной деятельности) и мотивационно-процессуальным (физическое совершенствование). В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета, придания ей личностно значимого смысла, содержание рабочей программы представляется системой модулей, которые входят структурными компонентами в раздел «Физическое совершенствование».

Инвариантные модули включают в себя содержание базовых видов спорта: гимнастика, лёгкая атлетика, зимние виды спорта (на примере лыжной подготовки[1]), спортивные игры, плавание.

Данные модули в своём предметном содержании ориентируются на всестороннюю физическую подготовленность учащихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

Вариативные модули объединены в рабочей программе модулем «Спорт», содержание которого разрабатывается образовательной организацией на основе Примерных модульных программ по физической культуре для общеобразовательных организаций, рекомендуемых Министерством просвещения Российской Федерации. Основной содержательной направленностью вариативных модулей является подготовка учащихся к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, активное вовлечение их в соревновательную деятельность.

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

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

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

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

В 8 классе на изучение предмета отводится 2 часа в неделю, суммарно 68 часов. Вариативные модули (1 час в неделю) реализуются во внеурочной деятельности, в том числе в форме сетевого взаимодействия с организациями системы дополнительного образования детей.

При подготовке рабочей программы учитывались личностные и метапредметные результаты, зафиксированные в Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования и в «Универсальном кодификаторе элементов содержания и требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования».

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Знания о физической культуре. Физическая культура в современном обществе: характеристика основных направлений и форм организации. Всестороннее и гармоничное физическое развитие. Адаптивная физическая культура, её история и социальная значимость.

Способы самостоятельной деятельности. Коррекция осанки и разработка индивидуальных планов занятий корригирующей гимнастикой. Коррекция избыточной массы тела и разработка индивидуальных планов занятий корригирующей гимнастикой.

Составление планов-конспектов для самостоятельных занятий спортивной подготовкой. Способы учёта индивидуальных особенностей при составлении планов самостоятельных тренировочных занятий.

Физическое совершенствование. Физкультурно-оздоровительная деятельность. Профилактика перенапряжения систем организма средствами оздоровительной физической культуры: упражнения мышечной релаксации и регулирования вегетативной нервной системы, профилактики общего утомления и остроты зрения.

Спортивно-оздоровительная деятельность. Модуль «Гимнастика». Акробатическая комбинация из ранее освоенных упражнений силовой направленности, с увеличивающимся числом технических элементов в стойках, упорах, кувырках, прыжках (юноши).

Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне из ранее освоенных упражнений с увеличивающимся числом технических элементов в прыжках, поворотах и передвижениях (девушки). Гимнастическая комбинация на перекладине с включением ранее освоенных упражнений в упорах и висах (юноши). Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях с включением упражнений в упоре на руках, кувырка вперёд и соскока (юноши). Вольные упражнения на базе ранее разученных акробатических упражнений и упражнений ритмической гимнастики (девушки).

Модуль «Лёгкая атлетика». Кроссовый бег; прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись».

Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО. Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО в беговых (бег на короткие и средние дистанции) и технических (прыжки и метание спортивного снаряда) дисциплинах лёгкой атлетики.

Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение на лыжах одновременным бесшажным ходом; преодоление естественных препятствий на лыжах широким шагом, перешагиванием, перелазанием; торможение боковым скольжением при спуске на лыжах с пологого склона; переход с попеременного двухшажного хода на одновременный бесшажный ход и обратно; ранее разученные упражнения лыжной подготовки в передвижениях на лыжах, при спусках, подъёмах, торможении.

Модуль «Плавание». Старт прыжком с тумбочки при плавании кролем на груди; старт из воды толчком от стенки бассейна при плавании кролем на спине. Повороты при плавании кролем на груди и на спине. Проплывание учебных дистанций кролем на груди и на спине.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Повороты туловища в правую и левую стороны с удержанием мяча двумя руками; передача мяча одной рукой от плеча и снизу; бросок мяча двумя и одной рукой в прыжке. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Волейбол. Прямой нападающий удар; индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места; тактические действия в защите и нападении. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Футбол. Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы; остановка мяча внутренней стороной стопы. Правила игры в мини-футбол; технические и тактические действия. Игровая деятельность по правилам мини-футбола с использованием ранее разученных технических приёмов (девушки). Игровая деятельность по правилам классического футбола с использованием ранее

разученных технических приёмов (юноши).

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

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

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев; готовность отстаивать символы Российской Федерации во время спортивных соревнований, уважать традиции и принципы современных Олимпийских игр и олимпийского движения; готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга; готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях; готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом; стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта; готовность организовывать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей; осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом; осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок; готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды; готовность соблюдать правила и требования к организации бивуака во время туристских походов, противостоять действиям и поступкам, приносящим вред окружающей среде; освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, игровой и соревновательной деятельности; повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей; формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

<i>Универсальные</i>	<i>познавательные</i>	<i>действия:</i>
проводить сравнение соревновательных упражнений Олимпийских игр древности и современных Олимпийских игр, выявлять их общность и различия; осмысливать Олимпийскую хартию как основополагающий документ современного олимпийского движения, приводить примеры её гуманистической направленности;		

анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек; характеризовать туристские походы как форму активного отдыха, выявлять их целевое предназначение в сохранении и укреплении здоровья; руководствоваться требованиями техники безопасности во время передвижения по маршруту и организации бивуака; устанавливать причинно-следственную связь между планированием режима дня и изменениями показателей работоспособности;

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

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

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

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

Универсальные коммуникативные действия:

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

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

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

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

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

Универсальные учебные регулятивные действия:

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

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

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

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

организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий

физической культурой и спортом, применять способы и приёмы помощи в зависимости от характера и признаков полученной травмы.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения в 8 классе обучающийся научится:
проводить анализ основных направлений развития физической культуры в Российской Федерации, характеризовать содержание основных форм их организации;
анализировать понятие «всестороннее и гармоничное физическое развитие», раскрывать критерии и приводить примеры, устанавливать связь с наследственными факторами и занятиями физической культурой и спортом;
проводить занятия оздоровительной гимнастикой по коррекции индивидуальной формы осанки и избыточной массы тела;
составлять планы занятия спортивной тренировкой, определять их целевое содержание в соответствии с индивидуальными показателями развития основных физических качеств;
выполнять гимнастическую комбинацию на гимнастическом бревне из ранее освоенных упражнений с добавлением элементов акробатики и ритмической гимнастики (девушки);
выполнять комбинацию на параллельных брусьях с включением упражнений в упоре на руках, кувырка вперёд и соскока; наблюдать их выполнение другими учащимися и сравнивать с заданным образцом, анализировать ошибки и причины их появления, находить способы устранения (юноши);
выполнять прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись», наблюдать и анализировать технические особенности в выполнении другими учащимися, выявлять ошибки и предлагать способы устранения;
выполнять тестовые задания комплекса ГТО в беговых и технических легкоатлетических дисциплинах в соответствии с установленными требованиями к их технике;
выполнять передвижение на лыжах одновременным бесшажным ходом; переход с попеременного двухшажного хода на одновременный бесшажный ход; преодоление естественных препятствий на лыжах широким шагом, перешагиванием, перелазанием (для бесснежных районов — имитация передвижения);
соблюдать правила безопасности в бассейне при выполнении плавательных упражнений;
выполнять прыжки в воду со стартовой тумбы;
выполнять технические элементы плавания кролем на груди в согласовании с дыханием;
демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр: баскетбол (передача мяча одной рукой снизу и от плеча; бросок в корзину двумя и одной рукой в прыжке; тактические действия в защите и нападении; использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности); волейбол (прямой нападающий удар и индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места; тактические действия в защите и нападении; использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности); футбол (удары по неподвижному, катящемуся и летящему мячу с разбега внутренней и внешней частью подъёма стопы; тактические действия игроков в нападении и защите; использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);
тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы				
Раздел 1. ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ								
1.1.	Физическая культура в современном обществе	1	0	0		готовят рефераты по темам: «Связь занятий физической культурой с всесторонним и гармоничным физическим развитием»; «Характеристика основных критериев всестороннего и гармоничного физического развития; и их историческая обусловленность»; «Всестороннее и гармоничное физическое развитие современного человека»;	Устный опрос;	resh.edu.ru
1.2.	Всестороннее и гармоничное физическое развитие	1	0	0		анализируют и осмысливают понятие «всестороннее физическое развитие»; определяют основные смысловые единицы; приводят примеры основных критериев;;	Устный опрос;	resh.edu.ru
1.3.	Адаптивная физическая культура	1	0	0		анализируют и осмысливают понятие «адаптивная физическая культура»; цели и задачи адаптивной физической культуры; приводят примеры её социальной целесообразности;;	Устный опрос;	multiurok.ru
Итого по разделу		3						
Раздел 2. СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ								
2.1.	Коррекция нарушения осанки	1	0	0		изучают формы осанки и выясняют их отличительные признаки; знакомятся с возможными причинами нарушения и их последствиями для здоровья человека;;	Устный опрос;	multiurok.ru
2.2.	Коррекция избыточной массы тела	1	0	0		изучают причины появления избыточной массы тела; знакомятся с возможными её последствиями для здоровья человека;	Устный опрос;	multiurok.ru

2.3.	Составление планов-конспектов для самостоятельных занятий спортивной подготовкой	1	0	1		знакомятся с образцом плана-конспекта занятий спортивной подготовкой; сравнивают его с образцами планов занятий физической и технической подготовкой; выделяют различия и делают выводы;;	Практическая работа;	-	
2.4.	Способы учёта индивидуальных особенностей при составлении планов самостоятельных тренированных занятий	2	0	0		составляют план спортивной подготовки на месячный цикл; с учётом учебного материала; осваиваемого по рабочей программе учителя;	Практическая работа;	-	
Итого по разделу		5							
Раздел 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ									
3.1.	Профилактика умственного перенапряжения	1	0	0		знакомятся с релаксационными упражнениями на расслабление мышц и разучивают их в определённой последовательности; используют в режиме учебного дня в сочетании с упражнениями физкультминутки;;	Устный опрос;	resh.edu.ru	
3.2.	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Гимнастическая комбинация на перекладине	3	0	3		разучивают упражнения комбинации по фазам и в полной координации; составляют комбинацию из хорошо освоенных упражнений и разучивают её в полной координации; контролируют технику выполнения упражнений другими учащимися; сравнивают их с иллюстративным образцом и выявляют возможные ошибки; предлагают способы её устранения (обучение в группах).;	Практическая работа; зачет;	resh.edu.ru	
3.3.	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях, перекладине	4	0	4		предлагают способы её устранения (обучение в группах);	Практическая работа; зачет;;	resh.edu.ru	
3.4.	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Вольные упражнения на базе ритмической гимнастики	3	0	3		разучивают гимнастическую комбинацию по частям и в полной координации; контролируют технику выполнения упражнений и комбинаций в полной координации другими учащимися; выявляют возможные ошибки; предлагают способы их устранения ;	Практическая работа; зачет;;	resh.edu.ru	

3.5.	Модуль «Лёгкая атлетика». Кроссовый бег	3	0	3		знакомятся с кроссовым бегом как видом лёгкой атлетики; анализируют его общность и отличие от бега на длинные дистанции; определяют технические сложности в технике выполнения; знакомятся с образцом техники бега по изменяющемуся грунту; по наклонному склону (вверх и вниз); сравнивают его технику с техникой гладкого бега; выделяют специфические особенности в выполнении;;	Практическая работа; тестирование;	-
3.6.	Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись»	2	0	2		разучивают технику прыжка по фазам и в полной координации; контролируют технику выполнения прыжка другими учащимися; сравнивают с образцом и выявляют возможные ошибки; предлагают способы их устранения;	Практическая работа; тестирование;	infourok.ru
3.7.	Модуль «Лёгкая атлетика». Правила проведения соревнований по лёгкой атлетике	1	0	0		знакомятся с основными разделами Положения о соревнованиях; правилах допуска к их участию и оформления необходимых документов;	Устный опрос;	презентация
3.8.	Модуль «Лёгкая атлетика». Подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО в беговых дисциплинах	2	0	2		знакомятся с образцом техники бега по изменяющемуся грунту, по наклонному склону (вверх и вниз); сравнивают его технику с техникой гладкого бега, выделяют специфические особенности в выполнении;; выполняют его в полной координации.;	Практическая работа;;	-
3.9.	Модуль «Лёгкая атлетика». Подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО в технических дисциплинах	2	0	2		совершенствуют технику метания спортивного снаряда на дальность (теннисного мяча); используют подводящие и подготовительные упражнения;; развивают скоростно-силовые способности с использованием упражнений без отягощения и с дополнительным отягощением; регулируют величину отягощения и скорость выполнения ;	Практическая работа;	resh.edu.ru

3.10.	Модуль «Зимние виды спорта». Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом	3	0	3		<p>знакомятся с образцом учителя; анализируют и сравнивают технику передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом с техникой попеременного одношажного хода; выделяют фазы движения и оценивают технические трудности их выполнения; описывают технику выполнения одновременного бесшажного хода; формулируют задачи его последовательного изучения по фазам движения и в полной координации; разучивают подводящие упражнения; фазы движения одновременного бесшажного хода и передвижение в полной координации; контролируют технику выполнения упражнений другими учащимися; сравнивают с образцом и выявляют возможные ошибки; предлагают способы их устранения ;</p>	<p>Практическая работа; зачет;</p> <p>resh.edu.ru</p>
-------	--	---	---	---	--	--	---

3.13.	Модуль «Зимние виды спорта». Переход с одного лыжного хода на другой	2	0	2		закрепляют и совершенствуют технику перехода с попеременного двухшажного хода на одновременный одношажный ход и обратно; знакомятся с образцом техники перехода с попеременного двухшажного хода на одновременный бесшажный ход; анализируют и определяют технические трудности выполнения; выделяют фазы движения; делают выводы по задачам самостоятельного обучения и последовательности их решения; разучивают подводящие и имитационные упражнения; технику фаз движений; разучивают в полной координации переход с попеременного двухшажного хода на одновременный бесшажный ход при передвижении по учебной дистанции; контролируют технику выполнения перехода с одного лыжного хода на другой и обратно другими учащимися; сравнивают с образцом и выявляют возможные ошибки; предлагают способы их устранения (обучение в группах).;	Практическая работа; зачет;	multiurok.ru
3.14.	Модуль «Плавание». Техника стартов при плавании кролем на груди и на спине	0	0	0		-;	-;	-
3.15.	Модуль «Плавание». Техника поворотов при плавании кролем на груди и на спине	0	0	0		-;	-;	-
3.16.	Модуль «Плавание». Проплывание учебных дистанций	0	0	0		-;	-;	-
3.17.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Повороты с мячом на месте	1	0	1		закрепляют и совершенствуют технические действия баскетболиста без мяча; знакомятся с образцом техники поворотов туловища в правую и левую сторону; анализируют технику выполнения и разучивают по образцу; ;	Практическая работа; зачет;;	fizkult-ura.ru

3.18.	<i>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол».</i> Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	3	0	3		знакомятся с образцом техники передачи мяча одной рукой от плеча; анализируют фазы движения и технические особенности их выполнения; разучивают технику передачи мяча одной рукой от плеча по образцу (обучение в парах); знакомятся с образцом техники передачи мяча одной рукой снизу; анализируют фазы движения и технические особенности их выполнения; разучивают технику передачи мяча одной рукой от плеча по образцу (обучение в парах); ;	Практическая работа; зачет;; fizkult-ura.ru
3.19.	<i>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол».</i> Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке	3	0	3		закрепляют и совершенствуют бросок мяча в корзину двумя руками от груди; знакомятся с образцом техники броска мяча в корзину двумя руками в прыжке; сравнивают её с техникой броска мяча в корзину двумя руками от груди; находят общие и отличительные признаки; выделяют фазы движения; делают выводы о технических особенностях их выполнения; ;	Практическая работа; зачет; resh.edu.ru

3.20.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке	3	0	3	<p>знакомятся с образцом техники броска мяча в корзину одной рукой в прыжке;</p> <p>сравнивают её с техникой броска мяча в корзину двумя руками в прыжке;</p> <p>находят общие и отличительные признаки;</p> <p>выделяют фазы движения;</p> <p>делают выводы о технических особенностях их выполнения;</p> <p>описывают технику выполнения броска мяча одной рукой в прыжке;</p> <p>определяют задачи самостоятельного обучения и последовательность их решения;</p> <p>разучивают бросок по фазам и в полной координации;</p> <p>контролируют технику выполнения броска мяча в корзину одной рукой в прыжке другими учащимися;</p> <p>сравнивают с образцом и выявляют возможные ошибки;</p> <p>предлагают способы их устранения (обучение в парах);</p>	Практическая работа; зачет;;	resh.edu.ru
-------	---	---	---	---	---	------------------------------	-------------

3.21.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Прямой нападающий удар	3	0	3	<p>знакомятся с образцом техники прямого нападающего удара; наблюдают и анализируют его технические особенности; выделяют фазы движения; делают выводы о технической их сложности; сравнивают с фазами верхней прямой подачи; описывают технику прямого нападающего удара; формулируют задачи обучения и планируют последовательность их решения; разучивают подводящие и имитационные упражнения для освоения прямого нападающего удара; обучаются отдельным фазам и выполнению техники в полной координации; контролируют технику выполнения прямого нападающего удара другими учащимися; сравнивают с образцом и выявляют возможные ошибки; предлагают способы их устранения (обучение в парах);</p>	Практическая работа; зачет;	resh.edu.ru
-------	--	---	---	---	---	-----------------------------	-------------

3.22.	<p><i>Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Методические рекомендации по самостоятельному решению задач при разучивании прямого нападающего удара, способам контроля и оценивания его технического выполнения, подбору и выполнению подводящих упражнений, соблюдению техники безопасности во время его разучивания и закрепления</i></p>	2	0	0		<p>знакомятся с образцом техники прямого нападающего удара; наблюдают и анализируют его технические особенности; выделяют фазы движения; делают выводы о технической сложности; сравнивают с фазами верхней прямой подачи; описывают технику прямого нападающего удара; формулируют задачи обучения и планируют последовательность их решения; разучивают подводящие и имитационные упражнения для освоения прямого нападающего удара; обучаются отдельным фазам и выполнению техники в полной координации; контролируют технику выполнения прямого нападающего удара другими учащимися; сравнивают с образцом и выявляют возможные ошибки; предлагают способы их устранения (обучение в парах);</p>	<p>Устный опрос;</p> <p>urok.1sept.ru</p>
3.23.	<p><i>Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места</i></p>	3	0	3		<p>знакомятся с образцом техники блокирования мяча в прыжке с места; наблюдают и анализируют его технические особенности; выделяют фазы движения; делают выводы о технической сложности; формулируют задачи обучения и планируют последовательность их решения; разучивают подводящие и имитационные упражнения; технику выполнения в полной координации (обучение в парах и группах); контролируют технику выполнения индивидуального блокирования мяча в прыжке с места другими учащимися; сравнивают с образцом и выявляют возможные ошибки; предлагают способы их устранения (обучение в группах);</p>	<p>Практическая работа; зачет;;</p> <p>multiurok.ru</p>

3.24.	<i>Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Тактические действия в игре волейбол</i>	4	0	4		знакомятся и разучивают тактическую схему нападения через передачу мяча игроку передней линии (в условиях учебной игровой деятельности); совершенствуют игровые действия в нападении и защите; играют по правилам с использованием разученных технических и тактических действий (обучение в командах; ;	Устный опрос; практическая работа; ; multiurok.ru
3.25.	<i>Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Методические рекомендации по способам использования индивидуального блокирования мяча в условиях игровой деятельности</i>	2	0	0		знакомятся с образцом техники блокирования мяча в прыжке с места; наблюдают и анализируют его технические особенности; выделяют фазы движения; делают выводы о технической сложности; формулируют задачи обучения и планируют последовательность их решения; разучивают подводящие и имитационные упражнения; технику выполнения в полной координации (обучение в парах и группах); контролируют технику выполнения индивидуального блокирования мяча в прыжке с места другими учащимися; сравнивают с образцом и выявляют возможные ошибки; предлагают способы их устранения (обучение в группах); ;	Устный опрос; практическая работа; ; multiurok.ru

3.26.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Основные тактические схемы игры футбол и мини-футбол	5	0	5		знакомятся с тактической схемой игры «4-4-2» в классическом футболе; возможными схемами взаимодействия игроков в условиях игровой деятельности; разучивают стандартные игровые комбинации «смена мест» и «стенка» в условиях игровой деятельности (обучение в группах); знакомятся с тактической схемой игры «3-1» в мини-футболе; возможными схемами взаимодействия игроков в условиях игровой деятельности; разучивают возможные варианты игровой комбинации «от своих ворот» в условиях игровой деятельности (обучение в командах); играют по правилам классического футбола и мини-футбола с использованием разученных технических и тактических действий (обучение в командах); ;	Устный опрос; практическая работа;;	infourok.ru
Итого по разделу		60						
Раздел 4. СПОРТ								
4.1.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	0	0	0		-;	-;	-
Итого по разделу		0						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	55				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Физическая культура в современном обществе: характеристика основных направлений и форм организации.	1	0	0		Устный опрос;
2.	Модуль «Лёгкая атлетика». Правила техники безопасности на уроках легкой атлетики. Подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО в беговых дисциплинах (бег на короткие и средние дистанции). Бег 60м на результат.	1	0	1		Практическая работа; тестирование;
3.	Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись»	1	0	1		Практическая работа;
4.	Модуль «Лёгкая атлетика». Кроссовый бег: техника кроссового бега, движение по	1	0	1		Практическая работа; зачет;
5.	Модуль «Лёгкая атлетика». Кроссовый бег: техника бега в различных сочетаниях (подъем-спуск; спуск-подъем; спуск-равнина-подъем; подъем-равнина-спуск)	1	0	1		Практическая работа;
6.	Модуль «Лёгкая атлетика». Правила проведения соревнований по лёгкой атлетике. Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО.	1	0	0		Устный опрос;
7.	Коррекция нарушения осанки и разработка индивидуальных планов занятий корригирующей гимнастикой.	1	0	0		Устный опрос;

8.	Модуль «Лёгкая атлетика». Подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО в технических дисциплинах (прыжок в длину с места и метание мяча)	1	0	1		Практическая работа;
9.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Правила техники безопасности на уроках спортивных игр. Передача мяча одной рукой от плеча и снизу на месте и в движении.	1	0	1		Зачет;
10.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Передача мяча одной рукой от плеча и снизу, в упрощенных условиях.	1	0	1		Зачет;
11.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Передача мяча одной рукой от плеча и снизу, в условиях, приближенных к игровым.	1	0	1		Зачет;
12.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Передача мяча одной рукой от плеча и снизу с использованием технического приема в игре. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.	1	0	1		Практическая работа;
13.	Всестороннее и гармоничное физическое развитие	1	0	0		Устный опрос;
14.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке с места. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов	1	0	1		Практическая работа;

15.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке после движения. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.	1	0	1		Зачет;
16.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке в упрощенных игровых условиях. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.	1	0	1		Практическая работа;
17.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке в условиях, приближенных к игровым. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.	1	0	1		Практическая работа;
18.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке, без сопротивления и с сопротивлением защитника.	1	0	1		Практическая работа;
19.	Адаптивная физическая культура, её история и социальная значимость	1	0	0		Устный опрос;
20.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке, использование игрового приема в игре.	1	0	1		Практическая работа;

21.	Модуль «Гимнастика». Правила техники безопасности на уроках гимнастики. Гимнастическая комбинация на перекладине.	1	0	1		Практическая работа;
22.	Модуль «Гимнастика». Гимнастическая комбинация на перекладине. Изучение комбинации по составляющим элементам.	1	0	1		Практическая работа;
23.	Модуль «Гимнастика». Гимнастическая комбинация на перекладине.	1	0	1		Зачет;
24.	Модуль «Гимнастика». Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях, перекладине.	1	0	1		Практическая работа;
25.	Профилактика перенапряжения систем организма средствами оздоровительной физической культуры: упражнения мышечной релаксации и регулирования вегетативной нервной системы, профилактики общего утомления и остроты зрения.	1	0	0		Устный опрос;

26.	<p>Модуль «Гимнастика».</p> <p>Выполнение гимнастической комбинация по отдельным элементам на параллельных брусьях с включением упражнений в упоре на руках, кувырка вперёд и соскока (юноши). Выполнение гимнастической комбинация по отдельным элементам на гимнастическом бревне из ранее освоенных упражнений с увеличивающимся числом технических элементов в прыжках, поворотах и передвижениях (девушки).</p>	1	0	1		Практическая работа;
27.	<p>Модуль «Гимнастика».</p> <p>Упражнения для развития гибкости. Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях с включением упражнений в упоре на руках (юноши). Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне из ранее освоенных упражнений с увеличивающимся числом технических элементов в поворотах и передвижениях (девушки).</p>	1	0	1		Практическая работа;
28.	<p>Модуль «Гимнастика».</p> <p>Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях с включением упражнений в упоре на руках, кувырка вперёд и соскока (юноши).</p> <p>Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне из ранее освоенных упражнений с увеличивающимся числом технических элементов в прыжках, поворотах и передвижениях (девушки).</p>	1	0	1		Зачет;

29.	Модуль «Гимнастика». Вольные упражнения на базе ритмической гимнастики (девушки). Акробатическая комбинация из ранее освоенных упражнений силовой направленности, с увеличивающимся числом технических элементов в упорах, кувырках, прыжках (юноши). Игровые упражнения, с использованием гимнастического инвентаря.	1	0	1		Практическая работа;
30.	Модуль «Гимнастика». Упражнения для развития гибкости. Вольные упражнения на базе ритмической гимнастики (девушки). Акробатическая комбинация из ранее освоенных упражнений силовой направленности, с увеличивающимся числом технических элементов в стойках, упорах, кувырках, прыжках (юноши).	1	0	1		Практическая работа;
31.	Коррекция избыточной массы тела и разработка индивидуальных планов занятий корригирующей гимнастикой.	1	0	0		Устный опрос;
32.	Модуль «Гимнастика». Выполнение комплекса упражнений на базе ритмической гимнастики (девушки). Акробатическая комбинация из ранее освоенных упражнений силовой направленности, с увеличивающимся числом технических элементов в стойках, упорах, кувырках, прыжках (юноши).	1	0	1		Зачет;

33.	Модуль «Зимние виды спорта». Правила безопасности на уроках лыжной подготовки. Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом: имитация на месте, выполнение на протяженном пологом спуске.	1	0	1		Практическая работа;
34.	Модуль «Зимние виды спорта». Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом: имитация на месте, выполнение на протяженном пологом спуске. Передвижения по учебной дистанции, используя ранее разученные упражнения лыжной подготовки.	1	0	1		Практическая работа;
35.	Модуль «Зимние виды спорта». Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом с своевременным использованием на дистанции.	1	0	1		Практическая работа; зачет;
36.	Модуль «Зимние виды спорта». Способы преодоления естественных препятствий на лыжах широким шагом, перешагиванием.	1	0	1		Практическая работа;
37.	Составление планов-конспектов для самостоятельных занятий спортивной подготовкой.	1	0	1		Практическая работа;
38.	Модуль «Зимние виды спорта». Способы преодоления естественных препятствий на лыжах перешагиванием, перелазанием.	1	0	1		Зачет;

39.	Модуль «Зимние виды спорта». Торможение боковым скольжением при спуске на лыжах с пологого склона. – Обучение резкому повороту для постановки лыж поперек склона.	1	0	1		Практическая работа;
40.	Модуль «Зимние виды спорта». Торможение боковым скольжением при спуске на лыжах с пологого склона. Обучение прекращению торможения, и поворота для перехода в спуск на параллельных лыжах.	1	0	1		Практическая работа;
41.	Модуль «Зимние виды спорта». Торможение боковым скольжением при спуске на лыжах с пологого склона с использованием данного технического приема на дистанции.	1	0	1		Практическая работа; зачет;
42.	Способы учёта индивидуальных особенностей при составлении планов самостоятельных тренированных занятий	1	0	0		Устный опрос;
43.	Модуль «Зимние виды спорта». Переход с попеременного двухшажного хода на одновременный бесшажный ход.	1	0	1		Практическая работа;
44.	Модуль «Зимние виды спорта». Переход с попеременного с бесшажного хода на двушажный лыжный ход.	1	0	1		Практическая работа; зачет;

45.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Правила техники безопасности на уроках спортивных игр. Методические рекомендации по самостоятельному решению задач при разучивании прямого нападающего удара: подбор подводящих упражнений, соблюдению техники безопасности во время его разучивания, закрепления.	1	0	0		Устный опрос;
46.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Прямой нападающий удар: выполнение с места. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.	1	0	1		Практическая работа;
47.	Способы учёта индивидуальных особенностей при составлении планов самостоятельных тренированных занятий.	1	0	0		Устный опрос;
48.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Прямой нападающий удар выполнение с разбега. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.	1	0	1		Практическая работа;
49.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Методические рекомендации по самостоятельному решению задач при разучивании прямого нападающего удара, способам контроля и оценивания его технического выполнения.	1	0	0		Практическая работа;

50.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Прямой нападающий удар выполнение в игровой ситуации. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.	1	0	1		Практическая работа; зачет;
51.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Методические рекомендации по способам использования индивидуального блокирования мяча в условиях игровой деятельности.	1	0	0		Устный опрос;
52.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места: имитация выноса рук с выпрямлением ног и туловища. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.	1	0	1		Практическая работа;
53.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места в игровых упражнениях.	1	0	1		Практическая работа;
54.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места, использование игрового приема в игре.	1	0	1		Практическая работа; зачет;
55.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Тактические действия в игре волейбол: тактика передач мяча.	1	0	1		Практическая работа;
56.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Тактические действия в игре волейбол: тактические действия в защите.	1	0	1		Практическая работа;

57.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Тактические действия в игре волейбол: тактические действия в нападении.	1	0	1		Практическая работа;
58.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Методические рекомендации по способам использования индивидуального блокирования мяча в условиях игровой деятельности.	1	0	0		Практическая работа;
59.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Тактические действия в игре волейбол в защите и в нападении. Взаимодействие игроков.	1	0	1		Практическая работа; зачет;
60.	Модуль «Лёгкая атлетика». Правила техники безопасности на уроках легкой атлетики. Подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО в технических дисциплинах.	1	0	1		Практическая работа;
61.	Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись» (подбор разбега, отталкивание).	1	0	1		Практическая работа; тестирование;
62.	Модуль «Лёгкая атлетика». Подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО в беговых дисциплинах (бег на короткие и средние дистанции). Бег 30м на результат.	1	0	1		Практическая работа; тестирование;
63.	Модуль «Лёгкая атлетика». Кроссовый бег. Распределение сил на дистанции.	1	0	1		Практическая работа; тестирование;

64.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Правила техники безопасности на уроках спортивных игр. Удар по мячу с места и с разбега внутренней частью подъёма стопы; остановка мяча внутренней стороной стопы. Правила игры в мини-футбол.	1	0	1		Практическая работа;
65.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы; остановка мяча внутренней стороной стопы. Правила игры в мини-футбол.	1	0	1		Практическая работа; зачет;
66.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Основные тактические схемы игры мини-футбол.	1	0	1		Практическая работа;
67.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы; остановка мяча внутренней стороной стопы. Правила игры в футбол. Основные тактические схемы игры футбол.	1	0	1		Практическая работа;
68.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы; остановка мяча внутренней стороной стопы. Применение в игровой ситуации. основных тактических схем игры в футбол.	1	0	1		Практическая работа; зачет;

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68	0	55
-------------------------------------	----	---	----

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Линия учебно-методических комплексов по физической культуре М. Я. Виленского, В. И. Ляха. 1-9 классы;

Линия учебно-методических комплексов по физической культуре А. П. Матвеева. 5-9 классы.

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 8-9 класс/Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура. 5–9 классы. Методическое пособие, автор: Погадаев Григорий Иванович,
Источник: <https://rosuchebnik.ru/material/fizicheskaya-kultura-5-9-klassy-metodicheskoe-posobie-pogadaev>
multiurok.ru
infourok.ru
urok.1sept.ru

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

resh.edu.ru
multiurok.ru
infourok.ru
urok.1sept.ru

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Спортивный зал:

Мячи (баскетбольные, волейбольные, футбольные, теннисные), гимнастические маты, обручи, скакалки, обручи, перекладина, козел, скамейки фишки, лыжный инвентарь, баскетбольные щиты с кольцами, шведские стенки, волейбольные стойки, сетки и другой спортивный инвентарь и оборудование, необходимое для прохождения программы по физической культуре.

