

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение города Ульяновска
«Гимназия №30 им. Железной Дивизии»

РАССМОТРЕНО
Руководитель МО

_____ Ю.А.Рысьева
Протокол №1
от 31.08.2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
по УВР

_____ С.В. Зверева
31.08. 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ
« Гимназии № 30
им. Железной Дивизии»

_____ Н.А.Чирковская
Приказ № 110 от 31.08.2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного курса «Физическая культура»

для обучающихся 5 классов

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по физической культуре на уровне основного общего образования для обучающихся 5-х классов МБОУ «Гимназия № 30 им. Железной Дивизии» разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказа Минпросвещения от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- приказа Минпросвещения от 18.05.2023 № 370 «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования»;
- приказа Минпросвещения от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам — образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2;
- учебного плана основного общего образования МБОУ «Гимназия № 30 им. Железной Дивизии»;
- федеральной рабочей программы учебного предмета «Физическая культура».

Рабочая программа ориентирована на целевые приоритеты, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания и в рабочей программе воспитания МБОУ «Гимназия № 30 им. Железной Дивизии».

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 5 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), 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».

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

В 5 классе на изучение предмета отводится 2 часа в неделю, суммарно 68 часа. Вариативные модули (не менее 1 часа в неделю) могут быть реализованы 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 основной школе: задачи, содержание и формы организации занятий. Система дополнительного обучения физической культуре; организация спортивной работы в общеобразовательной школе.

Физическая культура и здоровый образ жизни: характеристика основных форм занятий физической культурой, их связь с укреплением здоровья, организацией отдыха и досуга.

Исторические сведения об Олимпийских играх Древней Греции, характеристика их содержания и правил спортивной борьбы. Расцвет и завершение истории Олимпийских игр древности.

Способы самостоятельной деятельности. Режим дня и его значение для учащихся школы, связь с умственной работоспособностью. Составление индивидуального режима дня; определение основных индивидуальных видов деятельности, их временных диапазонов и последовательности в выполнении

Физическое развитие человека, его показатели и способы измерения. Осанка как показатель физического развития, правила предупреждения её нарушений в условиях учебной и бытовой деятельности. Способы измерения и оценивания осанки. Составление комплексов физических упражнений с коррекционной направленностью и правил их самостоятельного проведения.

Проведение самостоятельных занятий физическими упражнениями на открытых площадках и в домашних условиях; подготовка мест занятий, выбор одежды и обуви; предупреждение травматизма.

Оценивание состояния организма в покое и после физической нагрузки в процессе самостоятельных занятий физической культуры и спортом.

Составление дневника физической культуры.

Физическое совершенствование. Физкультурно-оздоровительная деятельность. Роль и значение физкультурно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека. Упражнения утренней зарядки и физкультминуток, дыхательной и зрительной гимнастики в процессе учебных занятий; закаливающие процедуры после занятий утренней зарядкой. Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов; развитие координации; формирование телосложения с использованием внешних отягощений.

Спортивно-оздоровительная деятельность. Роль и значение спортивно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека.

Модуль «Гимнастика». Кувырки вперёд и назад в группировке; кувырки вперёд ноги «скрестно»; кувырки назад из стойки на лопатках (мальчики). Опорные прыжки через гимнастического козла ноги врозь (мальчики); опорные прыжки на гимнастического козла с последующим спрыгиванием (девочки).

Упражнения на низком гимнастическом бревне: передвижение ходьбой с поворотами кругом и на 90°, лёгкие подпрыгивания; подпрыгивания толчком двумя ногами; передвижение приставным шагом (девочки). Упражнения на гимнастической лестнице: перелезание приставным шагом правым и левым боком; лазанье разноимённым способом по диагонали и одноимённым способом вверх. Расхождение на гимнастической скамейке правым и левым боком способом «удерживая за плечи».

Модуль «Лёгкая атлетика». Бег на длинные дистанции с равномерной скоростью передвижения с высокого старта; бег на короткие дистанции с максимальной скоростью передвижения. Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»; прыжки в высоту с прямого разбега.

Метание малого мяча с места в вертикальную неподвижную мишень; метание малого мяча на дальность с трёх шагов разбега.

Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом; повороты на лыжах переступанием на месте и в движении по учебной дистанции; подъём по пологому склону способом «лесенка» и спуск в основной стойке; преодоление небольших бугров и впадин при спуске с пологого склона.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Передача мяча двумя руками от груди, на месте и в движении; ведение мяча на месте и в движении «по прямой», «по кругу» и «змейкой»; бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места; ранее разученные технические действия с мячом.

Волейбол. Прямая нижняя подача мяча; приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху на месте и в движении; ранее разученные технические действия с мячом.

Футбол. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с небольшого разбега; остановка катящегося мяча способом «наступания»; ведение мяча «по прямой», «по кругу» и «змейкой»; обводка мячом ориентиров (конусов).

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

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

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Универсальные познавательные действия:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Универсальные коммуникативные действия:

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

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

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

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

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

Универсальные учебные регулятивные действия:

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

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

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

разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодействуют при совместных тактических действиях в защите и нападении, терпимо относиться 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 5 классе обучающийся научится:

выполнять требования безопасности на уроках физической культуры, на самостоятельных занятиях физическими упражнениями в условиях активного отдыха и досуга;

проводить измерение индивидуальной осанки и сравнивать её показатели со стандартами, составлять комплексы упражнений по коррекции и профилактике её нарушения, планировать их выполнение в режиме дня;

составлять дневник физической культуры и вести в нём наблюдение за показателями физического развития и физической подготовленности, планировать содержание и регулярность проведения самостоятельных занятий;

осуществлять профилактику утомления во время учебной деятельности, выполнять комплексы упражнений физкультминуток, дыхательной и зрительной гимнастики;

выполнять комплексы упражнений оздоровительной физической культуры на развитие гибкости, координации и формирование телосложения;

выполнять опорный прыжок с разбега способом «ноги врозь» (мальчики) и способом «напрыгивания с последующим спрыгиванием» (девочки);

выполнять упражнения в висах и упорах на низкой гимнастической перекладине (мальчики); в передвижениях по гимнастическому бревну ходьбой и приставным шагом с поворотами, подпрыгиванием на двух ногах на месте и с продвижением (девочки);

передвигаться по гимнастической стенке приставным шагом, лазать разноимённым способом вверх и по диагонали;

выполнять бег с равномерной скоростью с высокого старта по учебной дистанции;

демонстрировать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»;

передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом (для бесснежных районов — имитация передвижения);

демонстрировать технические действия в спортивных играх:

баскетбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях; приём и передача мяча двумя руками от груди с места и в движении);

волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху с места и в движении, прямая нижняя подача);

футбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях, приём и передача мяча, удар по неподвижному мячу с небольшого разбега);

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

Ученик должен уметь демонстрировать.

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики	Девочки
Скоростные	Бег 30 м с высокого старта с опорой на руку, с	4,9-5,9-6,0	5,1-6,1-6,2
	Бег 60 м с высокого старта с опорой на руку, с	9,4-11,0-11,1	9,8-11,0-11,1
Силовые	Прыжок в длину с места, см	185-135-134	185-124-123
	Прыжок в длину с разбега, см	380-280-279	350-240-239
	Подтягивание из виса на высокой перекладине, кол-во раз	10-8-5	-
	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, кол-во раз	24-17-13	19-12-11
	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу, кол-во раз	18-13-12	12-9-8
К гибкости	Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамейке	9-5-2	13-8-5
К выносливости	Бег 1500м	7.00-7.30-8.00	7.30-8.00-8.30
	Бег 2000м	13.00-14.00-	14.00-15.00-

		15.00	16.00
К координации	Челночный бег 3 x 10 м, с	8,3-9.2-9.3	8,8.-9.9-10.0

Аттестация обучающихся планируется по триместрам по текущим оценкам, а также по результатам тестирования по каждому разделу программ

Таблица 1

Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

Изучаемый раздел	Количество часов		
	Всего	Уроки контроля	Контроль норм ГТО
Основы знаний о физической культуре	В процессе урока	В процессе урока	В процессе урока
Легкая атлетика	19	2	0
Баскетбол	12	0	0
Гимнастика с элементами акробатики	8	2	0
Волейбол	12	0	0
Лыжная подготовка	12	1	1
Кроссовая подготовка	5	1	1
Итого:	68	4	2

Таблица 2
ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Дата изучения	Тема урока	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1		Правила техники безопасности на уроках физической культуры. История лёгкой атлетики. Олимпийские игры. Низкий старт.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
2		Высокий старт. Стартовый разгон. Эстафетный бег. Развитие скоростных качеств. Сдача норматива бег - 30м.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
3		Низкий старт. Бег по дистанции. Эстафетный бег. Бег 60м. Развитие скоростных качеств.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
4		Бег по дистанции и финиширование. Развитие скоростно-силовых качеств. Челночный бег 3*10 м.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
5		Развитие скоростно-силовых качеств. Прыжок в длину с разбега. Подтягивание из виса на высокой перекладине (ю), на низкой перекладине (д).	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA

6		Развитие скоростно-силовых качеств. Прыжок в длину с разбега с 9-11 шагов разбега.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
7		Развитие скоростно-силовых качеств. Метание теннисного мяча в горизонтальную и вертикальную цель.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
8		Развитие скоростно-силовых качеств. Метание малого мяча 150 гр. на дальность.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
9		Техника безопасности на уроках физической культуры. Кроссовая подготовка. Бег по пересеченной местности. Чередование ходьбы и бега. Прыжки в длину с места.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
10		Кроссовая подготовка. Переменный бег. Преодоление горизонтальных препятствий.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
11		Развитие выносливости. Бег на 1500 м (д); 2000 м (ю).	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
12		Баскетбол. ТБ на занятиях спортивными	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA

		играми. Стойки и передвижения игрока. Остановка прыжком. Ведение б/б мяча на месте. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах. Терминология баскетбола.		r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
13		Баскетбол. Стойки и передвижения игрока. Остановка прыжком. Ведение б/б мяча на месте. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах. Правила ТБ при игре в баскетбол	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
14		Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах. Развитие координационных способностей	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
15		Эстафеты с элементами баскетбола. Учебная игра.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
16		Гимнастика. Техника безопасности на уроках гимнастики. История спортивной гимнастики. Строевые упражнения.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
17		Комплекс №2. Строевые упражнения. Акробатика - кувырок вперёд.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA

		Вис согнувшись, вис прогнувшись (м), смешанные висы (д). Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки.		
18		Комплекс №2. Строевые упражнения. Акробатика - кувырок вперёд. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м), смешанные висы (д). Подтягивания в висячем положении. Развитие силовых способностей.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
19		Строевые упражнения. Акробатика - кувырки вперед, назад; стойка на лопатках.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
20		Строевые упражнения. Акробатика - кувырки вперед, назад; стойка на лопатках. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м), смешанные висы (д). Сдача акробатических элементов.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
21		Техника безопасности на уроках физической культуры. Общефизическая подготовка. Поднимание туловища из положения, лежа на спине (кол-во раз за 1 мин).	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA

22		Инструктаж по технике безопасности на уроках физической культуры. Подтягивание из виса на высокой перекладине (ю), на низкой перекладине (д). Общефизическая подготовка. Упражнения с обручем. Упражнения у гимнастической стенки.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
23		Общефизическая подготовка Упражнения со скакалкой. Прыжки через скакалку (кол-во раз за 1 мин)	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
24		Волейбол. Техника безопасности при занятии спортивными играми. Правила игры в волейбол.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
25		Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху вперед. Эстафета с элементами волейбола.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
26		Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху вперед. Игра «Пасовка волейболистов»	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
27		Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху над собой и вперед. Встречные	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA

		эстафеты.		
28		Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками мяча сверху на месте и после передачи вперед. Встречные и линейные эстафеты.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
29		Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками мяча сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Игра в мини-волейбол.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
30		Стойка игрока. Передвижения в стойке. Прием мяча снизу двумя руками в движении. Игра в мини-волейбол.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
31		Техника безопасности на уроках физической культуры. Игры на основе волейбола. «Пионербол», «Вышибалы», «Картошка».	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
32		Лыжная подготовка. Техника безопасности при занятии лыжной подготовкой. Основные требования к одежде и обуви во время занятий. Ступающий и скользящий шаг.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
33		Строевая подготовка с лыжами. Ходьба на лыжах ступающим шагом, скользящим шагом.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA

34		Строевая подготовка на лыжах. Повороты переступанием. Передвижение на лыжах до 1000м. Особенности дыхания.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
35		Подъёмы и спуски под уклон. Передвижение на лыжах до 1000м.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
36		Попеременный двухшажный ход с палками. Требования к температурному режиму, понятие об обморожении.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
37		Попеременный двухшажный ход с палками. Передвижение на лыжах до 1500 м с равномерной скоростью.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
38		Попеременный двухшажный ход с палками. Подъём «лесенкой». Передвижение на лыжах до 1500 м с равномерной скоростью.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
39		Попеременный двухшажный ход с палками. Подъём «лесенкой». Передвижение на лыжах до 1600 м с равномерной скоростью.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
40		Спуски в высокой и низкой стойках. Передвижение на лыжах до 1700 м с равномерной скоростью.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
41		Техника безопасности на уроках физической культуры. Спуски с пологих склонов. Попеременный двухшажный ход.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA

		Передвижение на лыжах до 2000 м с равномерной скоростью.		
42		Преодоление бугров и впадин при спуске с горы. Поворот на месте махом. Преодоление дистанции 4000м. Игра "Карельская гонка"	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
43		Инструктаж по технике безопасности на уроках физической культуры. Преодоление дистанции попеременным двухшажным ходом до 2000 м. Подвижные игры из раздела лыжной подготовки «Эстафета», «Салки», «К своим флажкам», «Тир».	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
44		Спортивные игры. Баскетбол. Техника безопасности на уроке ФК (при занятии спортивными и подвижными играми и при занятии лёгкой атлетикой). Передача б/б мяча в движении, во встречных колоннах. Эстафеты с б/б мячом.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
45		Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Ловля мяча двумя руками от	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA

		груди на месте, в парах и в движении. Развитие координационных качеств		
46		. Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах. Развитие координационных способностей.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
47		Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Развитие координационных качеств. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
48		Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
49		Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах. Развитие координационных способностей.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
50		Двухсторонняя игра по упрощенным правилам. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
51		Двухсторонняя игра по правилам. Наклон вперед из	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-

		положения, стоя с прямыми ногами на гимнастической скамейке (см).		r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
52		Техника безопасности на уроке физической культуры. Волейбол. Стойки и перемещения игроков. Нижняя прямая подача.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
53		Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Комбинации из освоенных элементов (прием-передача). Учебная игра. Развитие координационных способностей.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
54		Комбинации из освоенных элементов (прием - передача). Учебная игра. Развитие координационных способностей.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
55		Двусторонняя игра в волейбол по упрощённым правилам. Прыжки через скакалку (кол-во раз за 1 мин).	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
56		Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике. Бег по дистанции.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
57		Развитие	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/

		скоростно-силовых качеств. Прыжки в длину с места. Бег на 1000 м.		https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
58		Развитие скоростно-силовых качеств. Челночный бег 3*10.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
59		Низкий старт. Стартовый разгон. Бег 30м.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
60		Высокий старт. Бег по дистанции. Бег 60м.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
61		Развитие скоростно-силовых качеств. Прыжок в длину с разбега.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
62		Техника безопасности на уроках физической культуры. Развитие скоростно-силовых качеств. Прыжок в длину с 6-8 шагов с разбега.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
63		Развитие скоростно-силовых качеств. Прыжок в длину с разбега.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
64		Развитие скоростно-силовых качеств. Метание теннисного мяча на дальность отскока от стены с места.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
65		Развитие скоростно-силовых	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/

		качеств. Метание теннисного мяча в горизонтальную и вертикальную цель.		https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
66		Развитие скоростно-силовых качеств. Метание малого мяча 150 гр. на дальность.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
67		Кроссовая подготовка. Бег по пересеченной местности. Чередование ходьбы и бега. Прыжки в длину с места.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA
68		Кроссовая подготовка. Переменный бег. Преодоление горизонтальных препятствий. Техника безопасности при купании в открытом водоёме.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/ https://drive.google.com/file/d/0By_j-r3Z4kxZMVN5OEh3eXZRQ3c/view?resourcekey=0-tLRnr0zUeg66Ew3CL7XENA

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

Информационно-образовательная среда образовательного учреждения должна обеспечивать мониторинг здоровья обучающихся. Для этого необходимо иметь в кабинете физкультуры компьютер, на котором можно было бы работать с программами, позволяющими следить за весо-ростовыми и другими показателями состояния обучающихся, в том числе составлять графики и работать с диаграммами.

Кроме того, учитель физкультуры должен участвовать в постоянном дистанционном взаимодействии образовательного учреждения с другими организациями социальной сферы, в первую очередь с учреждениями здравоохранения и спорта.

Учителю физкультуры должна быть обеспечена информационная поддержка на основе современных информационных технологий в области библиотечных услуг (создание и ведение электронных каталогов и полнотекстовых баз данных, поиск документов по любому критерию, доступ к электронным учебным материалам и образовательным ресурсам Интернета).

Интерактивный электронный контент учителя физкультуры должен включать содержание предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности», представленное текстовыми, аудио- и видеофайлами, графикой (картинки, фото, чертежи, элементы интерфейса).

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Необходимое количество	Примечание
		Основная школа	
1	Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)		
1.1	Стандарт основного общего образования по физической культуре	1	Стандарт по физической культуре, примерные программы, авторские рабочие программы входят в состав обязательного программно-методического обеспечения кабинета по физической культуре (спортивного зала)
1.2	Примерная рабочая программа по физической культуре. 5 класс	1	
1.3	Физическая культура. 5 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений, А.П. Матвеев	1	Учебник для общеобразовательных организаций А.П. Матвеев, «Физическая культура» 5 класс, 9-е издание, М.: Просвещение, 2019 г.
1.4	Физическая культура. Тестовый контроль. 5 — 9 классы (серия «Текущий контроль»).	1	Методические пособия и тестовый контроль к учебникам входят в библиотечный фонд
1.5	Федеральный закон «О физической культуре и спорте»	1	В составе библиотечного фонда
2	Спортивный инвентарь		
2.1	Эстафетные палочки	2	
2.2	Теннисные мячи	30	
2.3	Набивные мячи 1 кг	10	
2.4	Конусы	10	
2.5	Гимнастические обручи	30	
2.6	Гимнастические палки	30	
2.7	Гимнастические скакалки	30	
2.8	Туристические коврики	20	
2.9	Гимнастические маты	20	
2.10	Гимнастический мостик	1	
2.11	Гимнастический конь	1	
2.12	Гимнастическое бревно	1	
2.13	Гимнастическая перекладина	1	

2.14	Гимнастические стенки	10	
2.15	Навесная перекладина	1	
2.16	Канат	1	
2.17	Скамейки гимнастические	2	
2.18	Футбольные мячи	3	
2.19	Футбольные ворота	2	
2.20	Баскетбольные мячи	15	
2.21	Кольца баскетбольные	2	
2.22	Волейбольные мячи	15	
2.23	Сетка волейбольная	1	
3	Спортивные площадки		
3.1	Футбольное поле	1	
3.2	Волейбольные площадки	2	
3.3	Баскетбольная площадка	1	
	Спортивный городок	2	
4	Контрольно-измерительный инвентарь		
4.1	Секундомер	1	

Примечание. Количество учебного оборудования приводится в расчёте на один спортивный зал. Конкретное количество средств и объектов материально-технического оснащения указано с учётом средней наполняемости класса (26—30 учащихся).