

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Красноярского края**

**Администрация Минусинского района**

**МКОУ Жерлыкская СОШ № 20 имени Героя Советского Союза А.Л.**

**Журавлёва**

СОГЛАСОВАНО

Заместитель по УВР



Алексеева С.Н.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы



Власова М.Ф.

03.13.181 от «30» 08.2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
(ID 3615352)**

учебного предмета  
«Физическая культура»

для 5 класса основного общего образования  
на 2023-2024 учебный год

Составитель: Шапкина Анна Игоревна  
учитель физической культуры

# 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 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 часов.

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 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 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.



**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				
<b>Раздел 1. ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ</b>								
1.1.	Знакомство с программным материалом и требованиями к его освоению	0	0	0				
1.2.	Знакомство с системой дополнительного обучения физической культуре и организацией спортивной работы в школе	0	0	0				
1.3.	Знакомство с понятием «здоровый образ жизни» и значением здорового образа жизни в жизнедеятельности современного человека	1	0	0		обсуждают задачи и содержание занятий физической культурой на предстоящий учебный год;; Понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой деятельностью;	Устный опрос;	<a href="http://nsportal.ru/">http://nsportal.ru/</a>
1.4.	Знакомство с историей древних Олимпийских игр	1	0	0		приводят примеры содержательного наполнения форм занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной направленности;; Понимать и выделять связующие элементы физической культуры и физических упражнений;	Устный опрос;	<a href="http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&amp;subject[]=38">http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&amp;subject[]=38</a>
Итого по разделу		2						
<b>Раздел 2. СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>								
2.1.	Режим дня и его значение для современного школьника	0	0	0				
2.2.	Самостоятельное составление индивидуального режима дня	0	0	0				
2.3.	Физическое развитие человека и факторы, влияющие на его показатели	0	0	0		Знакомятся с понятием работоспособность;	Устный опрос;	<a href="http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9">http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9</a>
2.4.	Осанка как показатель физического развития и здоровья школьника	2	0	0		устанавливают причинно-следственную связь между планированием режима дня школьника и изменениями показателей работоспособности в течение дня.;	Тестирование;	<a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a> <a href="http://fizkultura-na5.ru/">http://fizkultura-na5.ru/</a>
2.5.	Измерение индивидуальных показателей физического развития	2	0	0		знакомятся с понятием «физическое развитие» в значении «процесс взросления организма под влиянием наследственных программ»;	Практическая работа; Тестирование;	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2.6.	Упражнения для профилактики нарушения осанки	0	0	0				

2.7.	Организация и проведение самостоятельных занятий	0	0	0				
2.8.	Процедура определения состояния организма с помощью одномоментной функциональной пробы	0	0	0				
2.9.	Исследование влияния оздоровительных форм занятий физической культурой на работу сердца	0	0	0				
2.10	Ведение дневника физической культуры	0	0	0				
Итого по разделу		4						
<b>Раздел 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>								
3.1.	Знакомство с понятием «физкультурно-оздоровительная деятельность»	1	0	0		Отбирают и составляют комплексы упражнений утренней зарядки;	Практическая работа; Тестирование;	<a href="http://nashyfizkultura.ru/pedagogicheskie-sredstva-2/obrazovatelnye-tehnologii-primenyaemye-na-urokakh-fizicheskoy-kultury/informatcionno-komunikacionnye-tehnologii/">http://nashyfizkultura.ru/pedagogicheskie-sredstva-2/obrazovatelnye-tehnologii-primenyaemye-na-urokakh-fizicheskoy-kultury/informatcionno-komunikacionnye-tehnologii/</a>
3.2.	Упражнения утренней зарядки	1	0	0		закрепляют и совершенствуют навыки проведения закаляющей процедуры способом обливания;	Практическая работа;	<a href="http://nashyfizkultura.ru/pedagogicheskie-sredstva-2/obrazovatelnye-tehnologii-primenyaemye-na-urokakh-fizicheskoy-kultury/informatcionno-komunikacionnye-tehnologii/">http://nashyfizkultura.ru/pedagogicheskie-sredstva-2/obrazovatelnye-tehnologii-primenyaemye-na-urokakh-fizicheskoy-kultury/informatcionno-komunikacionnye-tehnologii/</a>
3.3.	Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики	1	0	0		знакомятся и записывают содержание комплексов в дневник физической культуры;	Практическая работа; Тестирование;	<a href="http://www.openclass.ru">http://www.openclass.ru</a>
3.4.	Водные процедуры после утренней зарядки	0	0	0				<a href="https://infourok.ru/sportivnoe-meropriyatie-veselie-starti-1080951.html">https://infourok.ru/sportivnoe-meropriyatie-veselie-starti-1080951.html</a> <a href="https://multiurok.ru/all-files/fizkultura/">https://multiurok.ru/all-files/fizkultura/</a> <a href="https://kopilkaurokov.ru">https://kopilkaurokov.ru</a>

3.5.	<b>Упражнения на развитие гибкости</b>	3	0	0		<p>знакомятся с понятием «физкультурно-оздоровительная деятельность», ролью и значением физкультурно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека.;</p> <p>отбирают и составляют комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток для занятий в домашних условиях без предметов, с гимнастической палкой и гантелями, с использованием стула.;</p> <p>записывают содержание комплексов и регулярность их выполнения в дневнике физической культуры.;</p> <p>знакомятся и записывают содержание комплексов в дневник физической культуры.;</p> <p>разучивают упражнения дыхательной и зрительной гимнастики для профилактики утомления во время учебных занятий.;</p> <p>закрепляют и совершенствуют навыки проведения закаливающей процедуры способом обливания.;</p>	<p>Практическая работа;</p> <p>Тестирование;</p> <p>Самооценка с использованием «Оценочного листа»;</p>	<p><a href="https://infourok.ru/sportivnoe-meropriyatie-veselie-starti-1080951.html">https://infourok.ru/sportivnoe-meropriyatie-veselie-starti-1080951.html</a></p> <p><a href="http://ptnic.ucoz.ru/">http://ptnic.ucoz.ru/</a></p> <p><a href="http://www.prosv.ru">http://www.prosv.ru</a></p> <p><a href="http://www.sportreferats.narod.ru/">http://www.sportreferats.narod.ru/</a></p> <p><a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a></p>
3.6.	<b>Упражнения на развитие координации</b>	0	0	0				
3.7.	<b>Упражнения на формирование телосложения</b>	0	0	0				
3.8.	<b>Модуль «Гимнастика». Знакомство с понятием «спортивно-оздоровительная</b>	0	0	0				
3.9.	<b>Модуль «Гимнастика». Кувырок вперёд в группировке</b>	3	1	0		<p>контролируют технику выполнения упражнения другими учащимися, сравнивают её с образцом и определяют ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в парах).;</p>	<p>Устный опрос;</p> <p>Самооценка с использованием «Оценочного листа»;</p>	<p><a href="https://multiurok.ru/all-files/fizkultura/">https://multiurok.ru/all-files/fizkultura/</a></p>
3.10.	<b>Модуль «Гимнастика». Кувырок назад в группировке</b>	3	1	0		<p>контролируют технику выполнения упражнения другими учащимися, сравнивают её с образцом и определяют ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в парах).;</p>	<p>Практическая работа;</p>	<p><a href="https://multiurok.ru/all-files/fizkultura/">https://multiurok.ru/all-files/fizkultura/</a></p> <p><a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a></p>
3.11.	<b>Модуль «Гимнастика». Кувырок вперёд ноги «скрестно»</b>	0	0	0				
3.12.	<b>Модуль «Гимнастика». Кувырок назад из стойки на лопатках</b>	2	1	0		<p>описывают технику выполнения кувырка вперёд с выделением фаз движения, выясняют возможность появления ошибок и причин их появления (на основе предшествующего опыта).;</p>	<p>Практическая работа;</p>	<p><a href="https://multiurok.ru/all-files/fizkultura/">https://multiurok.ru/all-files/fizkultura/</a></p>

3.13.	<b>Модуль «Гимнастика». Опорный прыжок на гимнастического козла</b>	2	0	0		контролируют технику выполнения упражнения другими учащимися, сравнивают её с образцом и определяют ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в парах).; рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники выполнения кувырка назад в группировке;;	Тестирование;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
3.14.	<b>Модуль «Гимнастика». Гимнастическая комбинация на низком гимнастическом бревне</b>	0	0	0				
3.15.	<b>Модуль «Гимнастика». Лазанье и перелезание на гимнастической стенке</b>	0	0	0				
3.16.	<b>Модуль «Гимнастика». Расхождение на гимнастической скамейке в парах</b>	0	0	0				
3.17.	<b>Модуль «Лёгкая атлетика». Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции</b>	0	0	0				
3.18.	<b>Модуль «Лёгкая атлетика». Знакомство с рекомендациями по технике безопасности во время выполнения беговых упражнений на самостоятельных занятиях лёгкой атлетикой</b>	1	0	0		разучивают бег с равномерной скоростью по дистанции в 1 км.;	Практическая работа; Тестирование;	
3.19.	<b>Модуль «Лёгкая атлетика». Бег с максимальной скоростью на короткие дистанции</b>	4	0	0		закрепляют и совершенствуют технику бега на короткие дистанции с высокого старта;	Тестирование;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5650/start/90371/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5650/start/90371/</a>
3.20.	<b>Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»</b>	3	0	0		Разучивают технику прыжка в длину с разбега;	Практическая работа; Тестирование;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5650/start/90371/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5650/start/90371/</a>
3.21.	<b>Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжки в высоту с прямого разбега</b>	0	0	0				
3.22.	<b>Модуль «Лёгкая атлетика». Знакомство с рекомендациями учителя по технике безопасности на занятиях прыжками и со способами их использования для развития скоростно-силовых способностей</b>	0	0	0				
3.23.	<b>Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого мяча в неподвижную мишень</b>	3	0	0		анализируют образец техники метания учителем, сравнивают с иллюстративным материалом, уточняют технику фаз движения, анализируют возможные ошибки и определяют причины их появления, устанавливают способы устранения;;	Устный опрос; Практическая работа;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5455/start/225924/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5455/start/225924/</a>

3.24.	Модуль «Лёгкая атлетика». Знакомство с рекомендациями по технике безопасности при выполнении упражнений в метании малого мяча и со способами их использования для развития точности движения	0	0	0				
3.25.	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого мяча на дальность	3	0	0		анализируют образец техники метания учителем, сравнивают с иллюстративным материалом, уточняют технику фаз движения, анализируют возможные ошибки и определяют причины их появления, устанавливают способы устранения;;	Практическая работа;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5455/start/225924/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5455/start/225924/</a>
3.26.	Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом	9	1	0		закрепляют и совершенствуют технику передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом;;	Устный опрос; Практическая работа;	<a href="http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9">http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9</a>
3.27.	Модуль «Зимние виды спорта». Знакомство с рекомендациями учителя по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой; способами использования упражнений в передвижении на лыжах для развития выносливости	1	0	0		определяют последовательность задач для самостоятельных занятий по закреплению и совершенствованию техники передвижения на лыжах двухшажным попеременным ходом;;	Практическая работа; Тестирование;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7463/start/263135/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7463/start/263135/</a>
3.28.	Модуль «Зимние виды спорта». Повороты на лыжах способом переступания	3	1	0		закрепляют и совершенствуют технику поворота на лыжах способом переступания на месте и при передвижении по учебной дистанции;;	Тестирование;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7463/start/263135/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7463/start/263135/</a>
3.29.	Модуль «Зимние виды спорта». Подъём в горку на лыжах способом «лесенка»	3	0	0		контролируют технику выполнения подъёма в горку на лыжах способом «лесенка» другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения	Практическая работа; Тестирование;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7463/start/263135/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7463/start/263135/</a>
3.30.	Модуль «Зимние виды спорта». Спуск на лыжах с пологого склона	1	0	0		контролируют технику выполнения спуска другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах);	Практическая работа; Тестирование;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7463/start/263135/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7463/start/263135/</a>
3.31.	Модуль «Зимние виды спорта». Преодоление небольших препятствий при спуске с пологого склона	2	0	0		разучивают и закрепляют технику преодоления небольших бугров и впадин при спуске с пологого склона;;	Практическая работа; Тестирование;	<a href="http://www.rusedu.ru/fizkultura/list_49.htm">http://www.rusedu.ru/fizkultura/list_49.htm</a>
3.32.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Передача баскетбольного мяча двумя руками от груди	2	1	0		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя в передаче мяча двумя руками от груди, стоя на месте, анализируют фазы и элементы техники;;	Письменный контроль; Практическая работа;	<a href="http://www.rusedu.ru/fizkultura/list_49.htm">http://www.rusedu.ru/fizkultura/list_49.htm</a> <a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>

3.33.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры баскетбол	0	0	0			Устный опрос; Практическая работа;	<a href="http://www.bankportfolio.ru/dir/sajt_uchitelja/fizkultury/23">http://www.bankportfolio.ru/dir/sajt_uchitelja/fizkultury/23</a>
3.34.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Передача мяча двумя руками от груди, на месте и в движении	1	0	0		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя в передаче мяча двумя руками от груди, стоя на месте, анализируют фазы и элементы техники;	Практическая работа;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5171/start/195970/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5171/start/195970/</a> <a href="http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura">http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura</a>
3.35.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Ведение мяча на месте и в движении «по прямой», «по кругу» и «змейкой»	2	0	0		разучивают технику ведения баскетбольного мяча «по кругу» и «змейкой»;	Устный опрос; Практическая работа;	<a href="https://infourok.ru/sportivnoe-meropriyatie-veselie-starti-1080951.html">https://infourok.ru/sportivnoe-meropriyatie-veselie-starti-1080951.html</a> <a href="https://multiurok.ru/all-files/fizkultura/">https://multiurok.ru/all-files/fizkultura/</a> <a href="https://kopilkaurokov.ru">https://kopilkaurokov.ru</a>
3.36.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места	2	1	0		разучивают технику броска мяча в корзину по фазам и в полной координации;	Зачет;	<a href="https://infourok.ru/sportivnoe-meropriyatie-veselie-starti-1080951.html">https://infourok.ru/sportivnoe-meropriyatie-veselie-starti-1080951.html</a> <a href="https://multiurok.ru/all-files/fizkultura/">https://multiurok.ru/all-files/fizkultura/</a> <a href="https://kopilkaurokov.ru">https://kopilkaurokov.ru</a>
3.37.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Ранее разученные технические действия с мячом	0	0	0				
3.38.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Прямая нижняя подача мяча в волейболе	3	0	0		закрепляют и совершенствуют технику подачи мяча;	Устный опрос; Практическая работа;	<a href="https://infourok.ru/sportivnoe-meropriyatie-veselie-starti-1080951.html">https://infourok.ru/sportivnoe-meropriyatie-veselie-starti-1080951.html</a> <a href="https://multiurok.ru/all-files/fizkultura/">https://multiurok.ru/all-files/fizkultura/</a> <a href="https://kopilkaurokov.ru">https://kopilkaurokov.ru</a>
3.39.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры волейбол	0	0	0				
3.40.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Приём и передача волейбольного мяча двумя руками снизу на месте и в движении	1	0	0		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, проводят сравнения в технике приёма и передачи, в положении стоя на месте и в движении, определяют различия в технике выполнения;	Практическая работа;	<a href="https://infourok.ru/sportivnoe-meropriyatie-veselie-starti-1080951.html">https://infourok.ru/sportivnoe-meropriyatie-veselie-starti-1080951.html</a> <a href="https://multiurok.ru/all-files/fizkultura/">https://multiurok.ru/all-files/fizkultura/</a> <a href="https://kopilkaurokov.ru">https://kopilkaurokov.ru</a>
3.41.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Приём и передача волейбольного мяча двумя руками сверху на месте и в движении	2	0	0		контролируют технику выполнения подачи другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (обучение в парах); знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры волейбол;	Практическая работа; Тестирование;	

3.42.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Ранее разученные технические действия с мячом	0	0	0				
3.43.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Удар по неподвижному мячу	0	0	0				
3.44.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры футбол	0	0	0				
3.45.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	0	0	0				
3.46.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Ведение футбольного мяча	0	0	0				
3.47.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Обводка мячом ориентиров	0	0	0				
Итого по разделу		62						
<b>Раздел 4. СПОРТ</b>								
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	7	0				

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Инструктаж по ТБ. История лёгкой атлетики	1	0	0		Устный опрос;
2.	Бег с ускорением от 30 до 40 м. Тестирование бег 30 м	1	0	0		Тестирование;
3.	Скоростной бег до 40 м Тестирование 3x10м	1	0	0		Тестирование; Самооценка;
4.	Бег на 60 м на результат. Тестирование наклон туловища из положения сидя.	1	0	0		Зачет;
5.	Прыжок в длину с разбега. Тестирование прыжка в длину с места	1	0	0		Тестирование;
6.	Прыжок в длину разбега. Тестирование подтягивания в висе на перекладине.	1	0	0		Тестирование;
7.	Прыжок в длину с 7 – 9 шагов разбега	1	0	0		Тестирование;
8.	Контрольный урок. Прыжок в длину с разбега.	1	1	0		Контрольная работа;
9.	Метание малого мяча в горизонтальную цель	1	0	0		Устный опрос; Практическая работа;
10.	Метание малого мяча в вертикальную цель	1	0	0		Самооценка с использованием «Оценочного листа»;
11.	Контрольный урок Кросс 1500 м.	1	1	0		Зачет; Тестирование;
12.	Бег в равномерном темпе до 10 минут	1	0	0		Устный опрос; Практическая работа;



13.	ТБ Основные правила игры в баскетбол. Стойки игрока и перемещения.	1	0	0		Устный опрос; Подводящие упражнения;
14.	Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении.	1	0	0		Устный опрос; Практическая работа;
15.	Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте и в движении.	1	0	0		Устный опрос; Наблюдение;
16.	Контрольный урок. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча в движении.	1	0	0		Зачет; Контроль формирования двигательных действий;
17.	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой. Остановка двумя шагами и прыжком.	1	0	0		Устный опрос; Подводящие упражнения; ;
18.	Ведение мяча с изменением направления движения. Остановка двумя шагами и прыжком.	1	0	0		Практическая работа;
19.	Контрольный урок. Ведение мяча с изменением направления движения и скорости.	1	1	0		Контрольная работа;
20.	Броски в кольцо одной и двумя руками с места. Остановка двумя шагами и прыжком.	1	0	0		Устный опрос; Разбор упражнений;
21.	Броски в кольцо одной и двумя руками в движении после ведения	1	0	0		Практическая работа;
22.	Вырывание и выбивание мяча	1	0	0		Устный опрос; Практическая работа; Тестирование;

23.	ТБ. Гимнастика, ее история. Перестроение из колонны по одному в колонну по два, потри	1	0	0		Устный опрос; Практическая работа;
24.	Кувырок вперед	1	0	0		Устный опрос; Практическая работа; Тестирование; Самооценка с использованием «Оценочного листа»;
25.	Стойка на лопатках	1	0	0		Практическая работа;
26.	Кувырок назад и перекатом стойка на лопатках	1	0	0		Тестирование;
27.	Кувырок назад и перекатом стойка на лопатках	1	0	0		Устный опрос; Практическая работа;
28.	Висы	1	0	0		Устный опрос; Практическая работа; Тестирование;
29.	Висы	1	0	0		Устный опрос; Тестирование;
30.	Висы	1	0	0		Самооценка с использованием «Оценочного листа»;
31.	Мост» из положения, лежа на спине	1	0	0		Самооценка с использованием «Оценочного листа»;
32.	Висы	1	0	0		Самооценка с использованием «Оценочного листа»;
33.	Опорный прыжок	1	0	0		Устный опрос; Практическая работа; Тестирование;

34.	Опорный прыжок	1	0	0		Тестирование;
35.	Лазанье по канату	1	0	0		Устный опрос; Самооценка с использованием «Оценочного листа»;
36.	Лазанье по канату	1	0	0		Тестирование;
37.	Т.Б.На занятиях лыжной подготовке Попеременный двухшажный ход Прохождение дистанции 1 км на лыжах	1	0	0		Устный опрос; наблюдение;
38.	Попеременный двухшажный ход и одновременный бесшажный ход.	1	0	0		Устный опрос; Наблюдение; опрос; ;
39.	Попеременный двухшажный ход и одновременный бесшажный ход. Прохождение дистанции 1 км на лыжах	1	0	0		Практическая работа;
40.	Попеременный двухшажный ход и одновременный бесшажный ход. Прохождение дистанции 1 км на лыжах	1	0	0		Практическая работа;
41.	Попеременный двухшажный ход и одновременный бесшажный ход. Повороты переступанием.	1	0	0		Тестирование;
42.	Попеременный двухшажный ход и одновременный бесшажный ход. Прохождение дистанции 1 км на лыжах	1	0	0		Тестирование;
43.	Попеременный двухшажный ход и одновременный бесшажный ход. Прохождение дистанции 1 км на лыжах	1	0	0		Устный опрос; Тестирование; Самооценка с использованием «Оценочного листа»;

44.	Попеременный двухшажный ход и одновременный бесшажный ход. Прохождение дистанции 1 км на лыжах	1	0	0		Тестирование;
45.	Попеременный двухшажный ход и одновременный бесшажный ход. Прохождение дистанции 1 км на лыжах на результат	1	0	0		Тестирование;
46.	Попеременный двухшажный ход и одновременный бесшажный ход. Прохождение дистанции 2 км на лыжах	1	0	0		Тестирование;
47.	Подъем «полуелочкой». Спуск в высокой и низкой стойках. Прохождение дистанции 2 км на лыжах	1	0	0		Устный опрос; Тестирование;
48.	Подъем «полуелочкой». Спуск в высокой и низкой стойках. Прохождение дистанции 2 км на лыжах	1	0	0		Устный опрос; Практическая работа;
49.	Подъем «полуелочкой». Торможение «плугом». Повороты переступанием Прохождение дистанции 2 км на лыжах	1	0	0		Практическая работа; Тестирование;
50.	Подъем «полуелочкой». Торможение «плугом». Повороты переступанием Прохождение дистанции 2 км на лыжах	1	0	0		Тестирование;
51.	ТБ. Основные правила игры в волейбол. Стойки игрока. Перемещения в стойке.	1	0	0		Устный опрос; Практическая работа;
52.	Комбинация из освоенных элементов техники передвижений	1	0	0		Устный опрос; Практическая работа; Тестирование;

53.	Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед	1	0	0		Практическая работа; Тестирование;
54.	Передача мяча над собой и через сетку	1	0	0		Устный опрос; Практическая работа; Тестирование;
55.	Контрольный урок. Передача мяча сверху двумя руками.	1	1	0		Контрольная работа;
56.	Прием мяча двумя руками снизу	1	0	0		Самооценка с использованием «Оценочного листа»;
57.	Прием мяча через сетку.	1	0	0		Тестирование;
58.	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 4м от сетки.	1	0	0		Тестирование;
59.	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 4 м от сетки.	1	0	0		Устный опрос; Тестирование;
60.	Контрольный урок. Нижняя прямая подача мяча с расстояния 4 м от сетки	1	0	0		Зачет;
61.	ТБ. Бег с ускорением от 30 до 40 м Тестирование бег 30 м	1	0	0		Тестирование;
62.	Скоростной бег до 40 м Тестирование 3x10м	1	0	0		Тестирование;
63.	Контрольный урок. Бег на 60 м на результат Тестирование наклон туловища из положения сидя	1	0	0		Контрольная работа; Тестирование;
64.	Метание малого мяча в вертикальную цель	1	0	0		Тестирование;
65.	Метание малого мяча на дальность с 4-5 бросковых шагов	1	0	0		Устный опрос; Разбор упражнений;

66.	Контрольный урок. Метание малого мяча на дальность с 4-5 бросковых шагов	1	1	0		Устный опрос; Контрольная работа;
67.	Промежуточная аттестация. Тестирование	1	1	0		Тестирование;
68.	Контрольный урок Бег 1500м	1	1	0		Зачет; Практическая работа;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	7	0		

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

### **ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

Физическая культура, 5 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;  
Физическая культура, 5-7 класс/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В. и другие, Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство Просвещение»;

Физическая культура, 5-6 класс/Погадаев Г.И., ООО «ДРОФА»; АО «Издательство Просвещение»;  
Физическая культура, 5-7 класс/Гурьев С.В.; под редакцией Виленского М.Я., ООО «Русское слово-учебник»;

Физическая культура. 5-7 класс/Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и другие; под редакцией Виленского М.Я., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

Введите свой вариант:

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

### **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

<https://infourok.ru/sportivnoe-meropriyatie-veselie-starti-1080951.html>

<https://multiurok.ru/all-files/fizkultura/>

<https://kopilkaurokov.ru>

[http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject\[\]=38](http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38)

<http://nsportal.ru/>

<http://www.openclass.ru>

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**  
**УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

Маты гимнастические, мячи волейбольные, мячи баскетбольные, мячи метательные, сектор для прыжков в длину с разбега, канат, козёл

**ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ**



