

РАССМОТРЕНО
на заседании МО
учителей-предметников
Протокол № 1
от «26» августа 2022 г.
Руководитель МО
_____/Черёмухина А.И.

ПРОВЕРЕНО
Заместитель директора по УР
_____/Пыхтина Ю.А.
«30» августа 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
И.О. директора ГБОУ ООШ
с. Новый Камелик
_____/Львова Н.В.
Приказ № 1-од
от «31» августа 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предмет (курс): Физическая культура

Класс: 5

Количество часов по учебному плану 102 в год 3 в неделю

Составлена в соответствии с примерной рабочей программой по физической культуре.

Составитель: Турбин В.В.

Учебники:

Учебники: Физическая культура

Автор: В.И. Лях

Наименование: Физическая культура.

Издательство, год. «Просвещение»; 2019 г.

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 прикладной - 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), общенациональным (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».

В программе предусмотрен раздел «Универсальные учебные действия», в котором раскрывается вклад предмета в формирование познавательных, коммуникативных и регулятивных действий, соответствующим 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 мета предметные 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 5 классе на изучение предмета отводится 3 часа в неделю, суммарно 102 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».

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 «удерживал за плечи».

Модуль «Лёгкая атлетика». Бег на длинные дистанции с равномерной скоростью передвижения с высокого старта; бег на короткие дистанции с максимальной скоростью передвижения. Н 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 двужажным 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 значительным 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 двужажным ходом :

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

Г/я II/II	Наименование разделов в 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.	Знакомство с программным материалом м требованиями к его освоению	1	0	1	01.09.2022 02.09.2022	описывают основные форматы оздоровительных занятий и, конкретизируют их значение для здоровья человека: утренняя зарядка; физкультминутки и физкультпаузы, прогулки и занятия на открытом воздухе, занятия физической культурой, тренировочные занятия по видам спорта.	Работа на урок; дискуссия; диалог.;	https://school221.edusite.ru
1.2.	Знакомство с системой дополнительного обучение физической культуре и организацией спортивной работы в школе	1	0	1	05.09.2022 0309.2022	интересуются работой спортивных секций и их расписанием.	Устный опрос;	https://school221.edusite.ru/p62aa_1.html
1.3.	Знакомство с понятием «здоровый образ жизни», и значение здорового образа жизни в жизнедеятельности современного человека	1	0	1	07092022 03092022	описывают основные формы оздоровительных занятий, конкретизирующих значение для здоровья человека: утренняя зарядка; физкультминутки и физкультпаузы, Прогулки на открытом воздухе, занятия физической культурой, тренировочные занятия по видам спорта.	Устный опрос;	hhttps://gp16.mcdihv.ru/index.php/mcdinfo/32-zdorovyj-obraz-zhizni-i-ego-sostavlyayushchie
1.4.	Знакомство с историей древних Олимпийских игр	1	0	1		характеризуют Олимпийские игры как яркое культурное событие Древнего мира; излагают версию их появления и причины завершения.	Устный опрос;	https://www.sports.ru/tribuna/blogs/olympicsnews/2943278.html
Итого	по разделу	4						
Раздел	2. СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ деятельности							
2.1.	Режим дня и его значение для современного школьника	1	0	1		устанавливают причинно-следственную связь между видами деятельности, напряжённостью и показателями работоспособности ,	Устный опрос;	http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38
22	Самостоятельное составление Индивидуального режима дня	1	0	1		устанавливают причинно-следственную связь между и изменениями показателей работоспособности в течение дня.;	Работа на уроке;	http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9

2.3.	Физическое развитие человека и факторы, влияющие на его показатели	1	0	1		знакомятся с понятием «физическое развитие» в значении «процесс взросления организма под влиянием наследственных программ»;	Устный опрос;	http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9
2.4.	Осанка как показатель физического развития и здоровья школьника	1	0	1		знакомятся с понятиями «правильная осанка» и «неправильная осанка»,	работа на уроке;	http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9
2.5.	Измерение индивидуальных показателей физического развития	1	0	1		знакомятся с понятием «работоспособность» и измерением показателей работоспособности в течение дня.	работа на уроке;	http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9
2.6.	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1	0	1		знакомятся с понятием «правильная осанка» и «неправильная осанка, видами осанки и возможными причинами нарушения.	работа на уроке	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2017/11/16/kompleks-uprazhneniy-dlya-profilaktiki-narusheniya-osanki
2.7.	Организация и проведение самостоятельных занятий	1	0	1		Рассматриваем возможные виды на открытых площадках и в домашних условиях, приводят примеры их целевого предназначения (оздоровительные мероприятия в режиме дня, спортивные игры и развлечения с использованием физических упражнений и др.);;	Устный опрос;	Электронный журнал
2.8.	Процедура определение состояния организма с помощью одномоментной функциональной пробы	1	0	1		разучивают способ проведения одномоментной пробы в состоянии относительного покоя, определяют состояние организма по определённой формуле;;	Устный опрос;	Электронный журнал
2.9.	Исследование оздоровительных форм занятий физической культурой на работу сердца	1	0	1		проводят анализ нагрузок самостоятельных занятий и делают вывод о различии их воздействий на организм.;	работа на уроке;	Электронный журнал
2.10.	Ведение дневника физической культуры	1	0	1		составляют дневник физической культуры	Устный	Электронный журнал
ито го	по разделу	10						
Разде	3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ							
3.1.	Знакомство с понятием «физкультурно-оздоровительная деятельность»	1	0	1		знакомятся с понятием «физкультурно-оздоровительная деятельность», ролью и значением физкультурно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека.;	работа на уроке;	электронный журнал

3.2.	Упражнения утренней зарядки	1	0	1		отбирают и составляют комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток для занятий в домашних условиях без предметов, с гимнастической палкой и гантелями, с	Устный опрос;	электронный журнал
3.3.	Упражнения дыхательной в зрительной гимнастики	1	0	1		разучивают упражнения дыхательной и зрительной гимнастики для профилактики утомления во время учебных занятий.;	работа на уроке;	электронный журнал
3.4.	Водные процедуры после утренней зарядки	1	0	1		закрепляют и совершенствуют навыки проведения закаливающей процедуры способом обливания;;	Устный опрос;	электронный журнал
3.5.	Упражнения на развитие гибкости	1	0	1		разучивают упражнения на подвижность суставов, выполняют из из разных исходных положений, с одноимёнными и разноимёнными движениями рук и ног, вращением туловища с большой амплитудой.;	работа на уроке;	электронный журнал
3.6.	Упражнения на развитие координации	1	0	1		записывают в дневник к физической культуры комплекс упражнений для занятий на развитие координации и	работа на уроке;	электронный журнал
3.7.	Упражнения на формирование телосложения	1	0	1		разучивают упражнения с гантелями на развития отдельных мышечных групп;;	работа на уроке;	электронный журнал
3.8.	Модуль «Гимнастика». Знакомство с Понятием «спортивно – оздоровительная деятельность»	1	0	1		знакомятся с понятием «спортивно-оздоровительная деятельность», ролью и значением спортивно-здоровом образе жизни современного человека.;	работа на уроке;	электронный журнал
3.9.	Модуль «Гимнастика»». К кувьрки вперёд в группировке	1	0	1		описывают технику выполнения кувьрка вперёд с выделением фаз движения, выясняют возможность появления ошибок и причин их появления (на основе предшествующего опыта) , вперёд за счёт повторения техники подводящих упражнений (перекаты и прыжки на месте в группировке)	работа на уроке;	электронный журнал

3.10.	Модуль «Гимнастика». Кувырок назад в группировке	2	1	1		описывают технику выполнения кувырка назад в группировке с выделением фаз движения, характеризуют возможные ошибки и причины их появления на основе предшествующего опыта;; определяют задачи закрепления и совершенствования техники кувырка самостоятельных занятий	Зачет; работа на уроке;	электронный журнал
3.11.	Модуль «Гимнастика». Кувырок вперёд ноги «скрестно»	2	0	2		рассматривают, обсуждают и анализируют демонстративный образец техники выполнения кувырка вперёд, описывают технику выполнения кувырка вперёд с выделением фаз движения, характеризуют возможные ошибки и причины их появления (на основе предшествующего опыта) , определяют задачи для самостоятельного обучения и закрепления техники кувырка вперёд	Зачет; работа на уроке;	электронный й журнал
3.12.	Модуль «Гимнастика». Кувырок назад из стойки на лопатках	1	0	1		рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец стойки на лопатках;; уточняют его выполнение, наблюдая за техникой образца учителя;;	Зачет; работа на	электронный й журнал
3.13.	Модуль «Гимнастика». Опорный прыжок на гимнастического пошла	1	0	1		рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники выполнения опорного прыжка; ;	Зачет; работа на уроке;	электронный журнал
3.14.	Модуль «Гимнастика». Гимнастическая комбинация на низком гимнастическом бревне	1	0	1		знакомятся с комбинацией, анализируют трудность выполнения её упражнений;; разучивают упражнения комбинации на полу, на гимнастической скамейке, на напольном гимнастическом бревне, на низком гимнастическом бревне; ;	Зачет; работа на уроке;	электронный й журнал

3.15.	Модуль «Гимнастика». Лазанье и перелазание по гимнастической стенке	1	0	1		разучивают лазанье одноимённым способом по фазам движения и в полной координации;; контролируют технику выполнения упражнения другими учащимися, сравнивают ее с иллюстративным образцом и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в группах).; знакомятся с образцом учителя, анализируют и уточняют отдельные элементы техники расхождения на гимнастической скамейке способом «удерживая за плечи и; выделяют технически сложные его элементы;;	Зачет; работа на уроке;	электронный журнал
3.16.	Модуль «Гимнастика». Расхождение на гимнастической скамейке	1	0	1		разучивают технику расхождения правым и левым боком при передвижении на полу и на гимнастической скамейке (обучение в группах); контролируют технику выполнения упражнения другими учащимися, сравнивают её с образцом и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения	Зачет; работа на уроке;	электронный журнал
3.17.	Модуль «Лёгкая атлетика» Бег равномерный на разные дистанции	2	1	1		закрепляют и совершенствуют технику высокого старта; ; знакомятся с образцом учителя, элементы техники;; описывают технику равномерного бега и разучивают его на учебной дистанции (за лидером, с коррекцией скорости передвижения учителем) ,	Зачет; работа на уроке;	электронный журнал
3.18.	Модуль «Лёгкая атлетика». Знакомство с Техникой безопасности выполнения беговых упражнений	1	0	1		знакомятся с рекомендациями по технике безопасности во время выполнения беговых упражнений на самостоятельных занятиях к лёгкой атлетикой;	работа на уроке;	электронный журнал
3.19.	Модуль «Лёгкая атлетика». Бег с Низкого старта на короткие дистанции	2	1	1		Выполнение бега с низкого старта на 30 и 60 метров	Зачет; работа на уроке;	электронный журнал
3.20.	Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	2	1	1		Выполнение прыжка в длину с разбега в длину	Зачет; работа на уроке;	электронный журнал

3.21.	Модуль «Лёгкая атлетика». Знакомство с рекомендациями учителя по теие скоростно-силовых способностей	1	0	1		Выполнение прыжка с места	Зачет; работа на уроке;	электронный й журнал
3.22.	Модуль «Лёгкая атлетика» Метание малого мяча в неподвижную цель	2	0	2		Метание малого мяча	работа на уроке;	электронный й журнал
3.23.	Модуль «Лёгкая атлетика». Знакомство с рекомендациями по технике безопасности метания мяча	1	0	1		Метание малого мяча	работа на уроке;	электронный й журнал
3.24.	Модуль «Лёгкая атлетика» Метание малого мяча	1	1	0		Метание малого мяча	Зачет; работа на уроке;	электронный й журнал
Э.25.	Модуль «Зимние виды спорта». Педедвижение на лыжах попегемеНным двухшажным ходом	1	0	1			работа на уроке;	электронный й журнал
3.26.	Модуль «Зимние виды спорта». Знакомство с рскометтдвиями учителя по твхттике безопасности На занятиях лыжНой упражттетий в пердвжеттии тов лыжвх для	1	0	1			работа на уроке;	электронный й журнал
3.27.	Модуль «Зимние виды спорта». Повороты на лыжах способом переступания	1	0	1			работа на уроке;	электронный й журнал
3.2Ы	Модуль «Зимние виды спорта». Подъем в Гору на лыжах способом «лесенка»	1	0	1			работа на уроке;	электронный й журнал
Э.29.	Модуль «Зимние виды спорта».	1	0	1			работа на уроке;	электронный й журнал
130.	Модуль «Зимние виды спорта». Преодоление небольших препятствий при спуске с пологого склона	1	0	1			работа на уроке;	электронный й журнал
3.31.	Модуль «Спортивные игры. баскетбол». Передачи баскетбольного мяча двумя руками от груди	2	0	2			работа на уроке;	электронный й журнал
3.32.	Модуль «Спортивные игры. баскетбол». Знакомство с рекоменда циями учителей по пспольоваянно подготовнтельных и подводящия упражнений для осаоепия техпичесьнх действий нгры баскетбол	2	0	2			работа на уроке;	электронный й журнал

3.33.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Ведение баскетбольного мяча	2	0	2			работа на уроке;	электронный журнал
3.34.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Бросок баскетбольного мяча в корзину	2	0	2			работа на уроке;	электронный журнал
3.35.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Подъем мяча в волейболе	2	0	2			работа на уроке;	электронный журнал
3.36.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подходящих упражнений для освоения технико-тактических действий игры в волейбол	2	0	2			работа на уроке;	электронный журнал
3.37.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Прием и передача волейбольного мяча двумя руками	2	0	2			работа на уроке;	электронный журнал
138.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Прием и передача волейбольного мяча двумя руками	2	0	2			работа на уроке;	электронный журнал
3.39.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Уверенное владение мячом	2	0	2			работа на уроке;	электронный журнал
3.40.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подходящих упражнений для освоения технико-тактических действий игры в футбол	2	0	2			работа на уроке;	электронный журнал
3.41.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Внутренней стороной стопы	2	0	2			работа на уроке;	электронный журнал
3.42.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Ведение футбольного мяча	2	0	2			работа на уроке;	электронный журнал
3.43.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Обводка мячом ориентировочно	2	0	2			работа на уроке;	электронный журнал
Итого	по разделу	62					работа на уроке;	электронный журнал
Раздел 4. СПОРТ							работа на уроке;	электронный журнал
4.1.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация достижений в выполнении физических упражнений в соответствии с требованиями ФГОС	30	4	26		осваивают содержания Примерных модульных программ по физической культуре или рабочей программы беговой физической подготовки;	Тестирование; Работа на уроке; тестирование;	https://www.gto.ru/norms

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО НАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	102	9	97	
-------------------------------------	-----	---	----	--

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Знакомство с программным материалом и требованиями к его освоению	1	0	1		Работа на уроке;
2.	Знакомство с системой дополнительного обучения физической культуре и организацией спортивной работы в школе	1	0	1		Устный опрос; Работа на уроке;
3.	Знакомство с понятием «здоровый образ жизни» и значением здорового образа жизни в жизнедеятельности современного человека	1	0	1		Устный опрос; Работа на уроке;
4.	Знакомство с программным материалом и требованиями к его освоению	1	0	1		Устный опрос; Работа на уроке;
5.	«Лёгкая атлетика». Знакомство с рекомендациями по технике безопасности во время выполнения беговых упражнений на самостоятельных занятиях лёгкой атлетикой	1	0	1		Устный опрос, Работа на уроке;
6.	«Лёгкая атлетика». Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции	1	1	0		Работа на уроке;
7.		1	0	1		Устный опрос, Работа на уроке;
8.		1	0	1		Работа на уроке;
9.		1	0	1		Работа на уроке;

10.		1	0	1		Работа на уроке;
11.		1	0	1		Устный опрос; Работа на уроке;
12.		1	0	1		Работа на уроке;
13.		1	0	1		Работа на уроке;
14.		1	0	1		Работа на уроке;
15.		1	0	1		Работа на уроке;
16.		1	0	1		Устный опрос, Работа на уроке;
17.		1				Работа на уроке;
18.		1				Работа на уроке;
19.		1				Работа на уроке;
20.		1				Работа на уроке;
21.		1				Работа на уроке;
22.		1				Работа на уроке;
23.		1				Работа на уроке;
24.		1				Работа на уроке;
25.		1				Работа на уроке;
26.		1				Работа на уроке;

27.		1				Работа на уроке;
28.		1				Работа на уроке;
29.		1				Работа на уроке;
30.		1				Работа на уроке;
31.		1				Работа на уроке;
32.		1				Работа на уроке;
33.		1				Работа на уроке;
34.		1				Работа на уроке;
35.		1				Работа на уроке;
36.		1				Работа на уроке;
37.		1				Работа на уроке;
38.		1				Работа на уроке;
39.		1				Работа на уроке;
40.		1				Работа на уроке;
41.		1				Работа на уроке;
42.		1				Работа на уроке;
43.		1				Работа на уроке;
44.		1				Работа на уроке;

45.		1				Работа на уроке;
46.		1				Работа на уроке;
47.		1				Работа на уроке;
48.		1				Работа на уроке;
49.		1				Работа на уроке;
50.		1				Работа на уроке;
51.		1				Работа на уроке;
52.		1				Работа на уроке;
53.		1				Работа на уроке;
54.		1				Работа на уроке;
55.		1				Работа на уроке;
56.		1				Работа на уроке;
57.		1				Работа на уроке;
58.		1				Работа на уроке;
59.		1				Работа на уроке;
60.		1				Работа на уроке;
61.		1				Работа на уроке;
62.		1				Работа на уроке;

63.		1				Работа на уроке;
64.		1				Работа на уроке;
65.		1				Работа на уроке;
66.		1				Работа на уроке;
67.		1				Работа на уроке;
68.		1				Работа на уроке;
69.		1				Работа на уроке;
70.		1				Работа на уроке;
71.		1				Работа на уроке;
72.		1				Работа на уроке;
73.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Работа на уроке;
74.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Работа на уроке;

75.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Работа на уроке;
76.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Работа на уроке;
77.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	1	0		Работа на уроке;
78.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Работа на уроке;
79.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Работа на уроке;
80.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Работа на уроке;

81.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Работа на уроке;
82.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	1	0		Работа на уроке;
83.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Работа на уроке;
84.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Работа на уроке;
85.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Работа на уроке;
86.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Работа на уроке;

87.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	1	0		Работа на уроке;
88.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Работа на уроке;
89.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Работа на уроке;
90	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Работа на уроке;
91.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Работа на уроке;
92.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	1	0		Работа на уроке;

93.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Работа на уроке;
94.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Работа на уроке;
95.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Работа на уроке;
96.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Работа на уроке;
97.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Работа на уроке;
98.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	1	0		Работа на уроке;

99.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Работа на уроке;
100.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Работа на уроке;
101.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Работа на уроке;
102.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	1	0		Работа на уроке;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	7	39		

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 5 класс/Матвеев А.П., Кционерное общество «Изпательство «Просвещение»;
Введение сВой Варнант:

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

<https://www.dropbox.com/s/648urdgf4tm5ahn/Конспект%20лек.атл.%205%20Класс.doc>

ИНТЕРЕСНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1. Единая Коллекция ГИИ ОБИ Образовательных ресурсов для учреждений общего и
национального профессионального образования.

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

2. Сетевые образовательные сообщества «ОТК БИТБй класс». Препмет «Физическая культура».
<http://www.openclass.ru/>

3. Сообщество учителей Физической Культуры на портале «Сетевые творческие учителя»
http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com

4. Образовательные сайты для учителей Физической Культуры http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9

5. COST "Индустрия урока" <http://spo.1september.ru/urok/>

БИ" <http://spo.1september.ru/urok/>

6. Сайт «Физкультура» <http://www.fizkult-ura.ru/>

7. http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib сетевые
творческие учителя/сообщество учителей Физ.культуры

8. <http://www.trainer.h1.ru/> - сайт учителя «Физ.культуры БИ

9. <http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"

10. <http://spo.1september.ru/> - газета "Спорт в школе"

11. <http://festival.1september.ru/> - Фестиваль новых идей «ОТ БИТБй урок»

12. <http://sportlaws.infosport.ru> Спортивное право. факты и комментарии, содержащая нормативные правовые акты, регулирующие правовые, организационные, экономические и социальные отношения в сфере физической культуры и спорта

13. <http://kzg.narod.ru/> - Жал «Культура здоровой жизни»

14. members.fortunecity.com/healthdoc/default.htm Если хочешь больше знать о здоровье. Публикуются различные

Материалы по Физкультуре и спорту, различные Методики Организации и т.п

15. <http://www.sportreferats.narod.ru/>

16. <http://www.it-n.ru/communities.aspx?catno=22924&libno=32922&tmpl=lib> сайт . . . Если хочешь больше знаний. Публикуются различные Материалы по Физкультуре и спорту, различными Методиками Организации и т.п.

17. Интернет-ресурсы. Материалы для учителя Физкультуры на сайте Zavuch.Info.
05.01.2010. www.edunet.uz/media/e-resource/detail.php

18. Жнал "Теория и Практика физической культуры и спорта"
<http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2006N6/Index.htm>

19. Пособия для тренеров по спортивным играм <http://sportrules.boom.ru/>

20. Сведения о ресурсах в сети Интернет http://www.nlr.ru/res/inv/ic_sport/index.php

21. <http://lib.sportedu.ru/press/ftvot/2005N6/Index.htm> - Российский журнал «Физическая Культура».

22. <http://lib.sportedu.ru/Press/TRFK/2006N6/Index.htm> - Журнал «Теория и Практика физической культуры».

23. <http://sporttenles.bolsh.ru> — Пособия для тренеров по спортивным играм.

24. <http://www.it-n.ru/communities.aspx?catno=22924&libno=32922&hnpf> — сайт творческих учителей/общество учителей физической культуры.

25. <http://www.trainer.h1.ru/> - Сайт учителя Физической Культуры.

26. <http://zdd.1september.ru/> - Газета «Здоровье детей».

27. <http://spo.1september.ru/> - Газета «Спорт в школе».

28. <http://www.pfo.ru> — Сайт ПИВолжского Генерального округа.

29. <http://www.sportreferats.narod.ru/> - Рефераты по спортивным темам.

30. <http://www.infosport.ru/press/fkvot/> - Физическая культура: Воспитание, образование, тренировки. Ежегодный Научно-Методический журнал Российской Академии Образования, РОССИЙСКОЕ Государственной Академии Физической Культуры.

31. <http://tpfk.infosport.ru> — Теория и Практика физической культуры и спорта. Ежемесячный Научно-теоретический журнал Государственного Комитета Российской Федерации по Физической культуре и спорту, Российской государственной Академии Физической культуры.

32. <http://www.infosport.ru/press/szr/1999N5/index/htm> - Спортивная жизнь России. Электронная версия ежемесячного иллюстрированного журнала.
33. <http://festival.1september.ru/> - Фестиваль пед.идей «Открытый урок».
34. <http://kzg.narod.ru/> - Журнал «Культура здоровой жизни».
35. <http://ww.kindersport.ru/> - Kindersport. Материалы о детском и юношеском спорте. Информация со стадионов Москвы и регионов. Фотогалерея. Календари игр. Об экипировке. Положения о соревнованиях. Чат. Ссылки.
36. <http://olympic.ware.com.ua/> - OlympicWare. Этот веб-сайт полностью посвящен Олимпийским играм. Его базы содержат данных о всех Олимпиадах начиная с 1896 года(первые игры в Афинах).
37. <http://www.worlddance.ru/> - The World Of Dance: Спортивные бальные танцы. Новости из мира спортивного бального танца. Официальная информация МФСТ. Поиск партнеров и партнера. Книги по бальным танцам. Фотографии и репортажи с конкурсов.
38. <http://www.tours.ru/sport/> - Азимут. Сайт о детском спортивном туризме.
39. <http://badminton.hut.ru> — бадминтон России. Информация о российском и мировом бадминтоне: последние новости, рейтинг, инвентарь, тренировки, площадки, корты, игроки, ракетки, воланы, правила, результаты, фотографии, а также можете приобрести инвентарь Уопех по оптовым ценам.
40. <http://www.gym.by.ru>— бодибилдинг on-line. Сайт посвящен бодибилдингу, пауэрлифтингу и всем, что с ними связано. Имеется галерея, коллекция ссылок. На страницах сайта можно найти статьи о питании, форме, физиологии, витаминах, минералах. библиотека, чат-заходите пообщаться!
41. <http://www.aerobics.ru> — Федерация аэробики.
42. <http://www.billiard-info.ru>— Федерация бильярдного спорта.
43. <http://www.volley.ru> — Федерация волейбола.
44. <http://www.russian-kayak.da.ru>— Федерация гребли на байдарках и каноэ.
45. <http://www.yachting.ru>— Федерация парусного спорта.
46. <http://www.rfrg.org> — Федерация художественной гимнастики.
47. <http://www.cycling.ru>— Федерация велосипедного спорта.
48. <http://www.waterpolo.roc.ru>— Федерация водного поло.
49. <http://www.sport.ru/fieldhockey/roc.ru> - Федерация хоккея на траве.

50. <http://www.fhr.ru> — Федерация хоккея.

51. <http://www.rusbandy.ru> — Федерация ХоККея с МячОМ.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Стадион, спортивный зал, мишени для метания, волейбольная сетка, Баскетбольный щит, Разметка

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Спортивный инвентарь: Свисток, секундомер, линейка, эстафетные палочки, мячи, кубики, кольца

