

Пояснительная записка

Назначение программы

Рабочая программа составлена на основе комплексной программы физического воспитания учащихся 5-7 классов. Авторы: М.Я.Виленского (М.: Просвещение, 2019. Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации). Рабочая программа по физической культуре для 5-7х классов разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования второго поколения, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов основного общего образования является адаптированной к программе физического воспитания.

Воспитательный аспект преподавания предмета физической культуры отражено в пункте приложения № 1.

Программа определяет инвариантную (обязательную - 90 часов) и вариативную части учебного курса (с учётом региональных особенностей и образовательного учреждения - 12 часов), конкретизирует содержание его предметных тем и дает примерное распределение учебных часов на их изучение из расчёта трёх часов в неделю в 5-7 классе на 102 часов в год.

Результаты освоения программного материала по предмету «Физическая культура»

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования ФГОС данная рабочая программа для 5-7 класса направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Урочная деятельность, направленная на формирование универсальных учебных действий обеспечивает достижение результатов.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

В области познавательной культуры: владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам; владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры; владение знаниями по организации и проведению занятий физическими упражнениями оздоровительной и тренировочной направленности.

В области нравственной культуры: способность управлять своими эмоциями,

владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, игровой и соревновательной деятельности; способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении.

В области трудовой культуры: умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха; умение проводить туристические пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности; умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

В области эстетической культуры: красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и передвижений; формирование потребности иметь хорошее телосложение в соответствии с принятыми нормами и представлениями; культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.

В области коммуникативной культуры: анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой; находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнёрами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры: владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях; владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности; умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей, проявляющихся в активном применении знаний, умений обучающихся в познавательной и предметно-практической деятельности. Метапредметные результаты проявляются в следующих областях культуры.

В области познавательной культуры: понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;

В области коммуникативной культуры: способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, грамотно пользоваться понятийным аппаратом; способность формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументировано вести диалог по основам их организации и проведения.

В области физической культуры: способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки; способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

Годовой план-график распределения учебного материала по физической культуре в 5-7 классе (3 часа в неделю)

Разделы программы	1 четверть - 27 часов		
	Количество часов	1-12 урок	13-27 урок
Теоретические сведения	в процессе урока		
Легкая атлетика (кроссовая подготовка)	18	8	10
Спортивные игры (футбол, волейбол)	9	4	5
Развитие физических способностей	в процессе уроков		
Подвижные игры	в процессе уроков с учётом программного материала		
Разделы программы	2 четверть - 21 час		
	Количество часов	28-48 урок	
Теоретические сведения	в процессе уроков		
Гимнастика	21	21	
Развитие физических способностей	в процессе уроков		
Подвижные игры	в процессе уроков с учётом программного материала		

Разделы программы	3 четверть - 30 часов		
	Количество часов	49-63 урок	64-78 урок
Теоретические сведения	в процессе		
Спортивные игры (баскетбол)	15	15	
Спортивные игры (волейбол)	15		15

Развитие физических способностей	в процессе уроков		
Подвижные игры	в процессе уроков с учётом программного материала		
Разделы программы	4 четверть - 24 часов		
	Количество часов	79-90 урок	91-102 урок
Теоретические сведения	в процессе уроков		
Легкая атлетика (кроссовая подготовка)	16	8	8
Спортивные игры (футбол, волейбол)	8	4	4
Развитие физических способностей	в процессе уроков		
Подвижные игры	в процессе уроков с учётом программного материала		

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА

Основы знаний о физической культуре.

Основы знаний о физической культуре, умения и навыки. Естественные основы. Влияние возрастных особенностей организма и его двигательной функции на физическое развитие и физическую подготовленность школьников. Опорно-двигательный аппарат и мышечная система, их роль в осуществлении двигательных актов. Значение нервной системы в управлении движениями и регуляции систем дыхания, кровообращения и энергообеспечения. Роль психических процессов в обучении двигательным действиям и движениям. Защитные свойства организма и их профилактика средствами физической культуры.

Выполнение основных движений и комплексов физических упражнений, учитывающих возрастно-половые особенности школьников и направленно воздействующих на совершенствование соответствующих физических функций организма. Планирование и контроль индивидуальных физических нагрузок в процессе самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом различной направленности.

Социально-психологические основы. Основы обучения и самообучения двигательным действиям, их роль в развитии внимания, памяти и мышления. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий.

Совершенствование и самосовершенствование физических способностей, влияние этих процессов на физическое развитие, повышение учебно-трудовой активности и

формирование личностно-значимых свойств и качеств. Гигиенические основы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями, обеспечении их общеукрепляющей и оздоровительной направленности, предупреждение травматизма и оказание посильной помощи при травмах и ушибах.

Анализ техники физических упражнений, их освоение и выполнение по показу, объяснению и описанию. Выполнение обще-подготовительных и подводящих упражнений, двигательных действий в разнообразных игровых и соревновательных ситуациях. Комплексы физических упражнений для развития физических особенностей и тестирования уровня двигательной подготовленности. Ведение тетрадей по самостоятельным занятиям физическими упражнениями, контролю за функциональным состоянием организма, физическим развитием и физической подготовленностью.

Культурно-исторические основы. Основы истории возникновения и развития физической культуры, олимпийского движения и отечественного спорта. Физическая культура и ее значение в формировании здорового образа жизни современного человека. Изучение учебной и специальной литературы по физической культуре, изложение взглядов и отношений к ее материальным и духовным ценностям. Самостоятельное выполнение заданий учителя на уроках физической культуры.

Приемы закаливания. Воздушные ванны. Теплые (свыше $+22\text{ }^{\circ}\text{C}$), безразличные ($+20\text{...}+22\text{ }^{\circ}\text{C}$), прохладные ($+17\text{...}+20\text{ }^{\circ}\text{C}$), холодные ($0\text{...}+8\text{ }^{\circ}\text{C}$), очень холодные (ниже $0\text{ }^{\circ}\text{C}$).

Солнечные ванны. Водные процедуры. Обтирание. Душ. Купание в реке, водоеме. Дозировка данных процедур указана в программе начальной школы. Изменение дозировки следует проводить с учетом индивидуальных особенностей и состояния здоровья учащихся. Пользование баней 1—2 раза в неделю. Температура в парильне $+70\text{...}+90\text{ }^{\circ}\text{C}$ (2-3 захода по 3-7 мин).

Способы самоконтроля. Приемы определения самочувствия, работоспособности, сна, аппетита. Определение нормальной массы (веса), длины тела, окружности грудной клетки и других антропометрических показателей. Приемы самоконтроля физических нагрузок: на выносливость, скоростной, силовой, координационной направленности. Самоконтроль за уровнем физической подготовленности.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Основная направленность	Баскетбол.
На освоение техники перемещений, владения мячом	Стойка, перемещение приставным шагом боком, лицом, спиной вперед. Остановка двумя шагами прыжком. Комбинации (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение)
На освоение ловли и передач мяча	Ловля и передача мяча от груди и 1рукой от плеча, на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге).
На освоение техники ведения мяча	Ведение в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении, с изменением направления и скорости. Ведение без сопротивления защитника ведущей и неведущей рукой.
На овладение техникой бросков мяча	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. Максимальное расстояние до корзины 3,60 м
На освоение индивидуальной техники защиты	Вырывание и выбивание мяча.
На закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей	Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок
На освоение тактики игры	Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0) Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди».
На овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей	Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Игра по упрощенным правилам баскетбола
Основная направленность	Волейбол.
На овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.	Стойка игрока. Перемещение в стоек приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения)
На освоение техники приема и передач мяча	Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи мяча над собой. То же через сетку.
На овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на укороченных площадках. Игра по упрощенным правилам волейбола
На освоение техники нижней прямой подачи	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 метра от сетки.
На освоение техники прямого нападающего удара	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.
На закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар
Основная	Кроссовая подготовка.
На освоение техники кроссового бега	Кроссовый бег до 2 км без учета времени
Основная направленность	Легкая атлетика
На овладение техникой	Низкий старт до 30 м. Бег с ускорением от 30 до 60м. Бег на

спринтерского бега	результат на 60 м.
На овладение техникой длительного бега	Бег в равномерном и переменном темпе до 20мин (мальчики), до 15 мин (девочки). Бег на 1000 м
На овладение техникой прыжка в длину с места	Прыжки в длину с места (5-6 попыток)
На овладение техникой прыжка в высоту	Прыжки в высоту с 3-5 шагов разбега
На овладение техникой метания в цель и на дальность	Метание теннисного мяча на дальность от стены с места, на дальность, с 4–5 бросковых шагов с укороченного и полного разбега на дальность и заданное расстояние в коридор 10 м; в горизонтальную и вертикальную цель (1x1 м) с расстояния (мальчики до 18м, девочки -12-14м).
На развитие выносливости	Бег с гандикапом, командами, в парах, кросс до 2 км.
На развитие скоростно-силовых способностей	Прыжки и многоскоки, метания в цель и на дальность разных снарядов из разных и. п., толчки и броски набивных мячей до 3 кг
На развитие скоростных способностей	Эстафеты, старты из различных и. п., бег с ускорением, с максимальной скоростью.
На развитие координационных способностей	Варианты челночного бега, бега с изменением направления, скорости, способа перемещения; бег с преодолением препятствий и на местности; барьерный бег; прыжки через препятствия и на точность приземления; метание различных предметов из различных и. п. в цель и на дальность (обеими руками)
На знания о физической культуре	Влияние легкоатлетических упражнений на укрепление здоровья и основные системы организма; названия упражнений, основы правильной техники, правила соревнований; представления о темпе, скорости, легкоатлетических упражнений, направленных на развитие физических качеств. Дозирование нагрузки при занятиях бегом, прыжками и метанием. Прикладное значение легкоатлетических упражнений. Техника безопасности при занятиях легкой атлетикой. Доврачебная помощь при травмах. Правила соревнований.
На овладение организаторскими умениями	Измерение результатов, подача команд; демонстрация упражнений; помощь в оценке результатов и проведении соревнований, в подготовке места проведения занятий.
Самостоятельные занятия	Упражнения и простейшие программы развития физических качеств, двигательных умений на основе легкоатлетических упражнений. Правила самоконтроля и гигиены.
Основная направленность	Гимнастика с элементами акробатики
На освоение строевых упражнений	Пройденный в предыдущих классах материал. Строевой шаг; размыкание и смыкание на мест
На освоение общеразвивающих упражнений без предметов	Сочетание различных положений и движений рук, ног, туловища на месте и в движении, с маховым движением ног, с подскоками, приседанием, поворотами. Простые связки. Общеразвивающие упражнения в парах
На освоение общеразвивающих упражнений с предметами	С набивными мячами, гантелями (3-5 кг), с эспандерами. Комбинации упражнений с обручами, скакалкой, большими мячами
На освоение и совершенствование	Мальчики: махом одной и толчком другой подъем

висов и упоров	переворотом в упор; махом назад соскоком; сед ноги врозь, из седа на бедре соскок поворотом. Девочки: наскоком прыжком в упор на нижнюю жердь; соскок с поворотом; размахивание изгибами; вис лежа; вис присев.
На освоение опорных прыжков	М: прыжок согнув ноги (козел в ширину, высотой 100-115см) Д: прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 105-110см)
На освоение акробатических упражнений	Два кувырка вперед слитно; мост из положения лежа с помощью.
На развитие координационных способностей	ОРУ без предметов и с предметами; то же с различными способами ходьбы, бега, прыжков, вращений, акробатических упражнений. Упражнения с гимнастической скамейкой, на гимнастическом бревне, на гимнастической стенке, гимнастических снарядах. Акробатические упражнения. Прыжки в глубину. Эстафеты, игры, с использованием гимнастического инвентаря и упражнений.
На развитие силовых способностей и силовой выносливости	Лазанье по канату, гимнастической лестнице. Подтягивания. Упражнения в висах и упорах, с гантелями, набивными мячами
На развитие скоростно-силовых способностей	Опорные прыжки, прыжки со скакалкой, броски набивного мяча
На развитие гибкости	ОРУ с повышенной амплитудой для плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов и позвоночника. Упражнения с партнером, акробатические, на гимнастической стенке. Упражнения с предметами.
На знания о физической культуре	Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки, развития силовых способностей и гибкости; страховка и помощь во время занятий; обеспечение техники безопасности; упражнения для разогревания; основы выполнения гимнастических упражнений.
На овладение организаторскими умениями	Помощь и страховка, демонстрация упражнений; установка и уборка снарядов; составление простейших комбинаций упражнений. Правила соревнований.
Самостоятельные занятия	Упражнения и простейшие программы для развития физических качеств с предметами и без предметов, с использованием гимнастических снарядов. Правила самоконтроля. Способы регулирования нагрузки.

ФОРМЫ И СРЕДСТВА КОНТРОЛЯ

Учебные нормативы по физической культуре для учеников 5 класса

Мальчики				
№	Упражнения	Оценка		
		«5»	«4»	«3»
1.	Бег 30 м (сек)	5.3	5.5	6.2
2.	Бег 60 м (сек)	10.0	10.6	11.2
3.	Бег 300 м (мин.,сек.)	1.00	1.15	1.30
4.	Бег 1000 м (мин.,сек.)	4.40	4.50	5.00
5.	Прыжок в длину с места	170	160	135
6.	Метание малого мяча 150г. (м)	34	27	20
7.	Подтягивание в висе (раз)	6	4	2
8.	Кросс 1500 м (мин.,сек.)	8.50	9.59	10.00
9.	Кросс 2000 м (мин.,сек.)	13.00	14.00	15.00
10.	Метание набивного мяча 1 кг.	465	415	390
11.	Наклон вперёд сидя (см)	+10	+8	+5
12.	Прыжки через скакалку 1 мин.	100	95	85
13.	«Челночный бег» 3*10м	7.8	8.0	8.2
14.	Поднимание туловища за 1 мин.	45	40	32
15.	Прыжок в высоту с разбега (см)	1.10	1.00	0.85
Девочки				
1	Бег 30 м (сек)	5.4	5.6	6.3
2	Бег 60 м (сек)	10.4	10.8	11.4
3	Бег 300 м (мин.,сек.)	1.10	1.21	1.30
4	Бег 1000 м (мин.,сек.)	5.20	5.30	5.40
5	Прыжок в длину (см)	1.60	1.50	1.20
6	Метание малого мяча 150г. (м)	21	17	14
7	Отжимание лёжа (раз)	18	15	10
8	Кросс 1500 м (мин.,сек.)	9.00	10.29	10.30
9	Кросс 2000 м (мин.,сек.)	14.00	15.00	16.00
10	Метание набивного мяча 1 кг.	430	350	300
11	Наклон вперёд сидя (см)	+13	+9	+6
12	Прыжки через скакалку 1 мин.	100	70	45
13	«Челночный бег» 3*10 м	8.2	8.4	8.6
14	Поднимание туловища за 1 мин.	30	25	20
15	Прыжок в высоту с разбега (см)	1.05	0.95	0.80

ФОРМЫ И СРЕДСТВА КОНТРОЛЯ

Учебные нормативы по физической культуре для учеников 6 класса

Мальчики				
№	Упражнения	оценка		
		«5»	«4»	«3»
1	Бег 30 м (сек)	5.0	5.3	5.9
2	Бег 60 м (сек)	9.4	10.2	11.0
3	Бег 1000 м (мин.,сек.)	4.20	4.30	4.40
4	Прыжок в длину с места	200	180	155
5	Метание малого мяча 150г. (м)	39	31	23
6	Подтягивание в висе (раз)	8	6	4
7	Кросс 2000 м (мин.,сек.)	9.20	9.45	10.20
8	Метание набивного мяча 1 кг.	465	415	390
9	Наклон вперед сидя (см)	+10	+8	+5
10	Прыжки через скакалку 1 мин.	100	95	85
11	«Челночный бег» 3*10м	7.4	7.6	7.8
12	Поднимание туловища за 1 мин.	45	40	35
13	Прыжок в высоту с разбега (см)	1.25	1.15	100
Девочки				
1	Бег 30 м (сек)	5.2	5.5	6.1
2	Бег 60 м (сек)	9.8	10.4	11.0
3	Бег 1000 м (мин.,сек.)	5.00	5.10	5.20
4	Прыжок в длину (см)	180	165	140
5	Метание малого мяча 150г. (м)	26	19	16
6	Отжимание лёжа (раз)	20	17	12
7	Кросс 2000 м (мин.,сек.)	11.30	12.00	12.30
8	Метание набивного мяча 1 кг.	430	350	300
9	Наклон вперед сидя (см)	+13	+9	+6
10	Прыжки через скакалку 1 мин.	100	70	45
11	«Челночный бег» 3*10 м	7.8	8.0	8.2
12	Поднимание туловища за 1 мин.	38	33	25
13	Прыжок в высоту с разбега (см)	110	100	90

ФОРМЫ И СРЕДСТВА КОНТРОЛЯ

Учебные нормативы по физической культуре для учеников 7 класса

1	Бег 30 м (сек)	5.0	5.3	5.9
2	Бег 60 м (сек)	9.4	10.2	11.0
3	Бег 1000 м (мин.,сек.)	4.20	4.30	4.40
4	Прыжок в длину с места	200	180	155
5	Метание малого мяча 150г. (м)	39	31	23
6	Подтягивание в висе (раз)	8	6	4
7	Кросс 2000 м (мин.,сек.)	9.20	9.45	10.20
8	Метание набивного мяча 1 кг.	465	415	390
9	Наклон вперед сидя (см)	+10	+8	+5
10	Прыжки через скакалку 1 мин.	100	95	85
11	«Челночный бег» 3*10м	7.4	7.6	7.8
12	Поднимание туловища за 1 мин.	45	40	35
13	Прыжок в высоту с разбега (см)	1.25	1.15	100
Девочки				
1	Бег 30 м (сек)	5.2	5.5	6.1
2	Бег 60 м (сек)	9.8	10.4	11.0
3	Бег 1000 м (мин.,сек.)	5.00	5.10	5.20
4	Прыжок в длину (см)	180	165	140
5	Метание малого мяча 150г. (м)	26	19	16
6	Отжимание лёжа (раз)	20	17	12
7	Кросс 2000 м (мин.,сек.)	11.30	12.00	12.30
8	Метание набивного мяча 1 кг.	430	350	300
9	Наклон вперед сидя (см)	+13	+9	+6
10	Прыжки через скакалку 1 мин.	100	70	45
11	«Челночный бег» 3*10 м	7.8	8.0	8.2
12	Поднимание туловища за 1 мин.	38	33	25
13	Прыжок в высоту с разбега (см)	110	100	90

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса по физической культуре для 5-7 класса

Для отражения количественных показателей в требованиях используется следующая система обозначений:

Д — демонстрационный экземпляр (1 экз., кроме специально оговоренных случаев);

К — комплект (из расчета на каждого учащегося исходя из реальной наполняемости класса);

Г — комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих несколько учащихся.

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Необходимое количество	Примечание
		Основная школа	
1	Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)		
1.1	Стандарт основного общего образования по физической культуре	Д	Стандарт по физической культуре, примерные программы, авторские рабочие программы входят в состав обязательного программно-методического обеспечения кабинета по физической культуре (спортивного зала)
1.2	Примерная программа по физической культуре среднего (полного) общего образования (базовый профиль)	Д	
1.3	Авторские рабочие программы по физической культуре	Д	
1.4	Учебник по физической культуре	Г	В библиотечный фонд входят комплекты учебников, рекомендованных или допущенных Министерством образования и науки Российской Федерации
1.5	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению	Д	В составе библиотечного фонда
1.6	Методические издания по физической культуре для учителей	Д	Методические пособия и рекомендации, журнал «Физическая культура в школе»
2	Демонстрационные печатные пособия		
2.1	Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности	Д	
2.2	Плакаты методические	Д	Комплекты плакатов по методике обучения двигательным действиям, гимнастическим комплексам,

			общеразвивающим и корректирующим упражнениям
3	Экранно-звуковые пособия		
3.1	Видеофильмы по основным разделам и темам учебного предмета «физическая культура»	Д	
4	Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование		
4.1	Щит баскетбольный игровой	Д	
4.2	Стенка гимнастическая	Г	
4.3	Скамейки гимнастические	Г	
4.4	Стойки волейбольные	Д	
4.5	Ворота, трансформируемые для мини-футбола	Д	
4.6	Канат для лазания	Д	
4.7	Обручи гимнастические	Г	
4.8	Комплект матов гимнастических	Г	
4.9	Перекладина навесная универсальная	Д	
4.10	Набор для подвижных игр	К	
4.11	Аптечка медицинская	Д	
4.12	Мячи футбольные	Г	
4.13	Мячи баскетбольные	Г	
4.14	Мячи волейбольные	Г	
4.15	Сетка волейбольная	Д	
4.16	Оборудование полосы препятствий	Д	
5	Спортивные залы (кабинеты)		
5.1	Спортивный зал игровой (гимнастический)		
5.2	Кабинет учителя		Включает в себя: рабочий стол, стулья, сейф, шкафы книжные (полки), шкаф для одежды
5.3	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования		Включает в себя стеллажи, контейнеры
6	Пришкольный стадион (площадка)		
6.1	Легкоатлетическая дорожка		
6.2	Сектор для прыжков в длину	Д	
6.3	Игровое поле для футбола (мини-футбола)	Д	
6.4	Игровое поле баскетбол	Д	
6.5	Игровое поле волейбол	Д	

ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ ПО ПРЕДМЕТУ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ 5-7 КЛАССОВ

Воспитания учащихся по предмету физической культуры направлено на:

- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способностей;
- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- выработку представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;
- углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
- выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
- содействие развитию психических процессов и обучение основам психической само регуляции.