

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Пижемская средняя общеобразовательная школа»

Рассмотрена
на педагогическом совете
протокол №1 от 30 августа 2017г.

Утверждена
приказом № 53-од от 30 августа 2017г

Рабочая программа учебного предмета
«Физическая культура»
Уровень: основное общее образование
(базовый уровень)
8-9 класс

Рабочая программа составлена на основе программы учебного предмета
«Физическая культура», авторов Лях В.И., Зданевич А.А. М.: Просвещение, 2012.

Программу составил: Осташов В.А.

1. Пояснительная записка

Учебная программа по физической культуре составлена на основе федерального компонента государственного стандарта среднего общего образования, утвержденного 05.03.2004 года № 1083 (с изменениями и дополнениями), с учетом примерной программы по физической культуре в соответствии с комплексной программой физического воспитания 8-9 классов. Авторы: В.И. Лях, А.А. Зданевич. – М: «Просвещение», 2012г

Для реализации рабочей программы в учебном плане МБОУ «Пижемская СОШ» выделено 210 часов, в 8 классе -36 часов, в 9 классе – 34 часа.

Срок реализации 2 года.

Образовательная область «Физическая культура» призвана сформировать у учащихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической кондиционности, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

В процессе освоения учебного материала данной области обеспечивается формирование целостного представления о единстве биологического, психологического и социального в человеке, законах и закономерностях развития и совершенствования его психосоматической природы. Данная программа является ведущим, но не единственным основанием образовательной области «Физическая культура» в средней школе. Ее освоение осуществляется в единстве с содержанием таких важных организационных форм целостного педагогического процесса и самостоятельности учащихся как физкультурные мероприятия в режиме учебного дня, физкультурные праздники, спортивные соревнования, занятия в спортивных кружках и секциях.

Целью обучения является формирование физической культуры личности школьника посредством освоения основ содержания физкультурной деятельности с общеприкладной и спортивной направленностью.

Достижение этой цели обеспечивается решением следующих основных задач, направленных на: укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию; обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам; развитие двигательных способностей; приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта; содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

Содержание программного материала состоит 4-х разделов: легкая атлетика, гимнастика, лыжная подготовка, спортивные игры.

2. Тематическое планирование

Наименование разделов, тем	Кол-во часов	В том числе		
		Контр. работы	Практические, лабораторные работы	Экскурсии
8 класс				
Раздел I. Спортивные игры.	45	5	45	-

Раздел II. Гимнастика с элементами акробатики.	19	3	19	
Раздел. III. Лёгкая атлетика.	22	4	22	
Раздел IV. Лыжная подготовка.	22	3	22	
<i>Всего</i>	108	15	108	

3. Календарно-тематическое планирование

	8 класс		
№ уро ка	Наименование раздела, темы уроков	Дата план.	Дата факт.
1	Овладение техникой спринтерского бега.		
2	Овладение техникой длительного бега.		
3	Бег от 200 до 1000 метров		
4	Бег от 200 до 1000 метров		
5	Прыжки в длину с разбега.		
6	Метание малого мяча в цель и на дальность.		
7	Метание набивного мяча.		
8	Строевые упражнения.		
9	Опорный прыжок через козла и коня.		
10	Упражнения на высокой и средней перекладине.		
11	Акробатические упражнения.		
12	Лазание по канату в три приема.		
13	Силовые способности и силовая выносливость.		
14	Развитие гибкости.		
15	Развитие гибкости		
16	Овладение техникой передвижений.		
17	Освоение техники нападающего удара.		
18	Передача мяча над собой.		
19	Овладение техникой подачи мяча сверху.		
20	Прием мяча после подачи.		

21	Учебная игра.		
22	Учебная игра.		
23	Обучение технике передвижений, остановок и поворотов.		
24	Освоение ловли и передачи мяча в движении.		

25	Овладение техникой бросков мяча.		
26	Вырывание и выбивание мяча.		
27	Освоение тактики игры.		
28	Ведение мяча с изменением направления.		
29	Обучение технике передвижений, остановок и поворотов.		
30	Освоение ловли и передачи мяча в движении.		
31	Овладение техникой бросков мяча.		
32	Вырывание и выбивание мяча.		
33	Освоение тактики игры.		
34	Ведение мяча с изменением направления.		
35	Учебная игра.		
36	Учебная игра.		
37	Освоение техники классических ходов.		
38	Попеременный двухшажный ход.		
39	Попеременный двухшажный ход.		
40	Попеременный одношажный ход.		
41	Попеременный одношажный ход.		
42	Одновременный бесшажный ход.		
43	Одновременный бесшажный ход.		
44	Повторение техники спусков и подъемов.		
45	Подъем «елочкой» и «полуелочкой»		
46	Овладение техникой торможений и поворотов.		

47	Овладение техникой торможений и поворотов		
48	Освоение техники коньковых ходов.		
49	Освоение техники коньковых ходов.		

50	Эстафеты.		
51	Лыжные гонки.		
52	Лыжные гонки.		
53	Повторение техники передвижений.		
54	Ловля и передача мяча.		
55	Ведение мяча с изменением направления.		
56	Ведение мяча с изменением направления		
57	Броски мяча в кольцо в два шага.		
58	Броски мяча в кольцо в два шага.		
59	Вырывание и выбивание мяча.		
60	Вырывание и выбивание мяча.		
61	Учебная игра.		
62	Учебная игра.		
63	Овладение техникой ведения мяча.		
64	Овладение техникой ведения мяча.		
65	Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.		
66	Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.		
67	Удары по мячу.		
68	Удары по мячу.		
69	Освоение техники передачи мяча в движении.		
70	Освоение техники передачи мяча в движении.		
71	Бег с низкого старта.		
72	Бег с преодолением препятствий.		
	Бег на 60 и 100 метров.		

73			
74	Бег на 1000 метров.		
75	Прыжки в высоту.		
76	Прыжки в длину с разбега.		
77	Метание набивного мяча.		
78	Техника безопасности на уроках лёгкой атлетики. Техника низкого старта и стартового разгона. Бег 5 мин.		
79	Бег 100 м. с низкого старта. Бег 3 мин. с ускорениями		
	Контрольное упражнение: бег 100 м., челночный бег 4×9м., бег 4 мин.		

80			
81	Контрольное упражнение: челночный бег 4×9м., бег 6 мин.		
82	Метание малого мяча весом 500гр. с 4-5 шагов разбега		
83	Техника метания мяча 4-5 шагов разбега		
84	Контрольное упражнение: бег 6 мин.		
85	Контрольное упражнение бег 1000 м. без учёта времени		
86	Прыжок в высоту способом «перешагивание»		
87	Техника безопасности на уроках баскетбола. Передачи мяча в парах.		
88	Броски по кольцу после ведения.		
89	Эстафеты с ведением мяча		
90	Эстафеты с ведением мяча		
91	Ведение, передачи, ловля мяча		
92	Передачи в движении. Броски с точек.		
93	Учебная игра по упрощенным правилам		
94	Учебная игра по упрощенным правилам		
95	Техника безопасности на уроках волейбола. Приём мяча снизу и передача мяча сверху		
96	Техника передачи мяча из зон 1,6,5 в зону 3		
97	Техника верхней прямой подачи. Игра «Картошка»		
98	Техника передач мяча в тройках через сетку		

99	Приём передачи мяча с заданиями по зонам		
100	Техника подачи мяча прямо сверху, нападающий удар в парах		
101	Учебно-тренировочная игра с заданием на три передачи		
102	Учебная игра по упрощенным правилам		
103	Освоение техники передвижений.		
104	Освоение ударов по мячу.		
105	Освоение остановок мяча и ведения.		
106	Спортивно-оздоровительные соревнования «Президентские состязания»		
107	Спортивно-оздоровительные соревнования «Президентские состязания»		
108	Спортивно-оздоровительные соревнования «Президентские состязания»		

2. Тематическое планирование

9 класс

Наименование разделов, тем	Кол-во часов	В том числе		
		Контр. работы	Практические, лабораторные работы	Экскурсии
9 класс				
Раздел I. Спортивные игры.	45	5	45	-
Раздел II. Гимнастика с элементами акробатики.	19	3	19	
Раздел. III Лёгкая атлетика.	22	4	19	
Раздел IV . Лыжная подготовка.	19	3	19	
Всего	102	15	102	

3. Календарно-тематическое планирование

	9 класс		
--	----------------	--	--

№ уро ка	Наименование раздела, темы уроков	Дата план.	Дата факт.
1	Совершенствование техники спринтерского бега.		
2	Совершенствование техники длительного бега.		
3	Специальные упражнения для бега.		
4	Совершенствование техники прыжка в длину.		
5	Прыжки в длину с разбега.		
6	Прыжки в длину с разбега		
7	Метание гранаты.		
8	Прыжки в высоту.		
9	Прыжки в высоту.		
10	Метание малого мяча.		
11	Метание и ловля набивного мяча.		
12	Проверка уровня физической подготовленности.		
13	Строевые упражнения.		
14	Строевые упражнения.		
15	Совершенствование опорного прыжка.		
16	Совершенствование опорного прыжка.		
17	Упражнения на высокой и средней перекладине.		
18	Упражнения на высокой и средней перекладине.		
19	Акробатические упражнения.		
20	Акробатические упражнения.		
21	Лазание по канату в три приема.		
22	Силовые способности и силовая выносливость.		
23	Развитие гибкости.		
24	Развитие гибкости.		

25	Совершенствование техники передвижения.		
26	Освоение техники нападающего удара.		
27	Освоение техники нападающего удара.		
28	Овладение техникой защитных действий.		
29	Овладение техникой защитных действий.		

30	Овладение техникой подачи мяча сверху.		
31	Прием мяча после подачи.		
32	Освоение тактики игры.		
33	Совершенствование техники приема и передачи мяча снизу.		
34	Закрепление техники перемещений и владения мячом.		
35	Учебная игра.		
36	Учебная игра.		
37	Совершенствование техники ведения мяча.		
38	Овладение техникой передвижений, остановок и поворотов.		
39	Освоение ловли и передачи мяча в движении.		
40	Совершенствование техники бросков мяча.		
41	Совершенствование техники бросков мяча.		
42	Вырывание и выбивание мяча.		
43	Освоение тактики игры.		
44	Ведение мяча с изменением направления.		
45	Учебная игра.		
46	Учебная игра.		
47	Совершенствование техники классических ходов.		
48	Совершенствование техники классических ходов.		
49	Попеременный двухшажный ход.		

50	Попеременный двухшажный ход.		
51	Попеременный одношажный ход		
52	Попеременный одношажный ход		
53	Одновременный бесшажный ход.		
54	Одновременный бесшажный ход.		
55	Совершенствование техники спусков и подъемов.		
	Прохождение дистанции 5 км.		

56			
57	Прохождение дистанции 5 км.		
58	Овладение техникой торможений и поворотов.		
59	Совершенствование техники коньковых ходов.		
60	Совершенствование техники коньковых ходов.		
61	Совершенствование техники коньковых ходов.		
62	Совершенствование техники коньковых ходов.		
63	Эстафеты.		
64	Лыжные гонки.		
65	Лыжные гонки.		
66	Совершенствование техники передвижений		
67	Ловля и передача мяча в движении.		
68	Ловля и передача мяча в движении.		
69	Ведение мяча с изменением направления		
70	Броски мяча в кольцо в два шага.		
71	Броски мяча в кольцо в два шага.		
72	Вырывание и выбивание мяча.		
73	Броски мяча в кольцо из-за трех-очковой линии.		
74	Освоение тактики игры.		
75	Освоение тактики игры.		
76	Овладение техникой ведения мяча.		
77	Овладение техникой ведения мяча.		
78	Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.		
79	Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.		

80	Удары по мячу после передачи.		
81	Удары по мячу после передачи.		
	Освоение техники передачи мяча в движении.		

82			
83	Освоение техники передачи мяча в движении.		
84	Учебная игра.		
85	Учебная игра.		
86	Бег с низкого старта.		
87	Совершенствование техники длительного бега.		
88	Совершенствование техники длительного бега.		
89	Бег на 60 и 100 метров.		
90	Бег на 1000 метров.		
91	Прыжки в высоту.		
92	Прыжки в высоту.		
93	Прыжки в длину с разбега.		
94	Прыжки в длину с разбега.		
95	Метание малого мяча в цель и на дальность.		
96	Метание гранаты.		
97	Метание и ловля набивного мяча.		
98	Проверка уровня физической подготовленности.		
99	Проверка уровня физической подготовленности.		
100	Освоение ударов по мячу.		
101	Освоение остановок мяча и ведения		
102	«Президентские состязания»		

4.Содержание учебного предмета

Основы знаний о физической культуре, умения и навыки социокультурные основы

8 класс. Физическая культура общества и человека, понятие физической культуры личности. Ценностные ориентации индивидуальной физкультурной деятельности: укрепление здоровья; физическое совершенствование и формирование здорового образа жизни. Современное олимпийское и физкультурно-массовое движение.

9 класс. Спортивно-оздоровительные системы физических упражнений в отечественной и зарубежной культуре, их цели и задачи, основы содержания и формы организации.

Психолого-педагогические основы

8 класс. Способы индивидуальной организации, планирования, регулирования и контроля за физическими нагрузками во время занятий физическими упражнениями. Основные формы и виды физических упражнений. Понятие телосложения и характеристика его основных типов, способы составления комплексов физических упражнений из современных систем физического воспитания. Основные технико-тактические действия в избранном виде спорта.

9 класс. Основы организации проведения спортивно-массовых соревнований по различным видам спорта. Особенности самостоятельной подготовки к участию в спортивно-массовых мероприятиях. Способы регулирования массы тела.

Медико-биологические основы

8 класс. Роль физической культуры и спорта в профилактике заболеваний и укрепления здоровья. Основы организации двигательного режима, характеристика упражнений и подбор форм занятий в зависимости от особенностей индивидуальной учебной деятельности, самочувствия и показателей здоровья.

9 класс. Особенности техники безопасности и профилактики травматизма, профилактические и восстановительные мероприятия при организации и проведении спортивно-массовых и индивидуальных форм занятий физической культурой и спортом. Вредные привычки, причины возникновения и пагубное влияние на здоровье.

Баскетбол

8-9 классы. Терминология баскетбола. Влияние игровых упражнений на развитие координационных способностей, воспитание нравственных и волевых качеств. Правила игры. Техника безопасности при занятиях баскетболом. Организация и проведение соревнований.

Самоконтроль и дозирование нагрузки при занятиях баскетболом.

Волейбол.

8-9 классы. Терминология волейбола. Влияние игровых упражнений на развитие координационных способностей, воспитание нравственных и волевых качеств. Правила игры. Техника безопасности при занятиях волейболом. Организация и проведение соревнований.

Самоконтроль и дозирование нагрузки при занятиях волейболом.

Гимнастика с элементами акробатики.

8-9 классы. Основы биомеханики гимнастических упражнений. Влияние на телосложение гимнастических упражнений. Техника безопасности при занятиях гимнастикой. Оказание первой помощи при занятиях гимнастическими упражнениями. Самоконтроль при занятиях гимнастикой.

Лёгкая атлетика.

8-9 классы. Основы биомеханики легкоатлетических упражнений. Влияние лёгкой атлетики на развитие двигательных качеств. Правила проведения соревнований. Техника безопасности при проведении занятий легкой атлетикой. Самоконтроль.

Лыжная подготовка.

8-9 классы. Влияние занятий по лыжной подготовке на развитие двигательных качеств и укрепление здоровья. Правила проведения соревнований. Техника безопасности. Самоконтроль при занятиях по лыжной подготовке.

5. Требования к уровню подготовки обучающихся

Знать (понимать):

- Исторические сведения о древних Олимпийских играх и особенностях их проведения;
- Основные показатели физического развития.
- Правила закаливания организма способами обтирания, обливания, душ.
- Правила соблюдения личной гигиены во время и после занятий физическими упражнениями.

Уметь:

- Выполнять комплексы упражнений утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз;
- Выполнять комплексы упражнений с предметами и без предметов (по заданию учителя)
- Выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки и коррекции её нарушений.
 - Выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации;
 - Подсчитывать ЧСС при выполнении физических упражнений с разной нагрузкой;
 - Выполнять игровые действия в футболе, баскетболе и волейболе, играть по правилам.
- Соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказать первую помощь при травмах.

ПРИЕМЫ ЗАКАЛИВАНИЯ

Воздушные ванны (теплые, безразличные, прохладные, холодные, очень холодные)

ВОЛЕЙБОЛ

Терминология избранной игры. Правила и организация проведения соревнований по Волейболу. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Помощь в судействе. Организация и проведение подвижных игр и игровых заданий.

БАСКЕТБОЛ

Терминология избранной игры. Правила и организация проведения соревнований по Баскетболу. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Помощь в судействе. Организация и проведение подвижных игр и игровых заданий.

ГИМНАСТИКА

Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки, развитие силовых способностей и гибкости. Страховка во время занятий. Основы выполнения гимнастических упражнений.

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

Терминология легкой атлетики. Правила и организация проведения соревнований по легкой атлетике. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Помощь в судействе.

КРОССАВАЯ ПОДГОТОВКА

Правила и организация проведения соревнований по кроссу. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Помощь в содействии.

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;
- включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.

6. Критерии и нормы оценки знаний и подготовленности обучающихся

по физической культуре

Критерии оценивания по физической культуре являются качественными и количественными.

Качественные критерии успеваемости характеризуют степень овладения программным материалом: знаниями, двигательными умениями и навыками, способами физкультурно-оздоровительной деятельности, включенными в обязательный минимум содержания образования и в школьный образовательный стандарт.

Количественные критерии успеваемости определяют сдвиги в физической подготовленности, складывающиеся из показателей развития основных физических способностей: силовых, скоростных, координационных, выносливости, гибкости и их сочетаний, что отражает направленность и уровни реализуемых образовательных программ.

Осуществляя оценивание подготовленности по физической культуре, учителя реализуют не только собственно оценочную, но и стимулирующую и воспитывающую функции, учитывая темп (динамику изменения развития физических качеств за определенный период времени, а не в данный момент) и индивидуальные особенности учащихся (типы телосложения, психические и физиологические особенности). При этом учителю необходимо быть максимально тактичным, внимательным, не унижать человеческое достоинство обучающегося, заботясь о повышении и дальнейшем развитии интереса к физической культуре.

Итоговая оценка выставляется учащимся за овладение темы, раздела, за четверть (в старших классах – за полугодие), за учебный год. Она включает в себя текущие оценки, полученные учащимися за овладение всеми составляющими успеваемости: знаниями, двигательными умениями и навыками, а также отражает сдвиги в развитии физических способностей, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.

Критерии оценивания успеваемости по базовым составляющим физической подготовки учащихся:

Знания

При оценивании знаний по предмету «Физическая культура» учитываются такие показатели: глубина, полнота, аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным случаям и занятиям физическими упражнениями.

С целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, проверочные беседы (без вызова из строя), тестирование.

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
------------	------------	------------	------------

За ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, используя в деятельности	За тот же ответ, если в нем содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки	За ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике	За незнание материала программы
--	---	--	---------------------------------

Техника владения двигательными умениями и навыками

Для оценивания техники владения двигательными умениями и навыками используются следующие методы: наблюдение, вызов из строя для показа, выполнение упражнений различной сложности; комбинированный метод.

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, четко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив	При выполнении ученик действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок	Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. Учащийся не может выполнить движение в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях	Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка

Владение способами

и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
Учащийся: – самостоятельно организовать место занятий; – подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; – контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги	Учащийся: – организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью; – допускает незначительные ошибки в подборе средств; – контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итоги	Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя или не выполняется один из пунктов	Учащийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов

Учащиеся 8-9 класса должны уметь демонстрировать:

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики	Девочки
Скоростные	Бег 100м.	14,7	17,2
Силовые	Прыжок в длину с места (см).	215	165
	Подтягивание	12	-
	Поднимание туловища из положения лёжа на спине, руки за головой (кол-во раз за 1 мин.)	34	40
	Лазание по канату без помощи рук	4-5м.	-
Выносливость	Бег 2000 м.		10.00
	3000м	12.20,00	
	Передвижения на лыжах 2км.	15.20,00	19.40
Координация	Выполнение акробатического соединения состоящего из 5-7 элементов	по технике	по технике
	Бросок набивного мяча (м.)	11,0	12,0

7. Описание условий реализации рабочих программ

Перечень информационно-методического обеспечения

1. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 8-9-х классов. М.: Просвещение, 2012.
2. Физическая культура. 8-9 классы/под ред. Ляха В.И.- М.: Просвещение, 2014.
3. Дидактические материалы по основным разделам и темам учебного предмета «физическая культура»
4. Кофман Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры. – М., Физкультура и спорт, 2013
5. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания 2001г.
6. Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению.
7. - Физкультура: методика преподавания. Спортивные игры/ под ред. Э. Найминова. – М., 2001
8. - Методика преподавания гимнастики в школе.- М.,2000.
9. - Макаров, А. Н. Лёгкая атлетика.- М., 1990
10. - Спортивные игры на уроках физкультуры / ред. О. Листов.- М.,2001.
11. - Кузнецов. В.С., Колодницкий, Г. А. Физкультурно-оздоровительная работа в школе. - М., 2004.
12. - Журнал «Физическая культура в школе».

Учебно-практическое оборудование

1. Бревно гимнастическое напольное
2. Козел гимнастический
3. Канат для лазанья 10
4. Перекладина гимнастическая (пристеночная)
5. Стенка гимнастическая
6. Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)
7. Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты)
8. Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч(мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные
9. Палка гимнастическая
10. Скакалка детская
11. Мат гимнастический
12. Гимнастический подкидной мостик
13. Обруч пластиковый детский
14. Планка для прыжков в высоту
15. Стойка для прыжков в высоту
16. Флажки: разметочные с опорой, стартовые
17. Рулетка измерительная
18. Набор инструментов для подготовки прыжковых ям
19. Лыжи (с креплениями и палками)
20. Щит баскетбольный тренировочный
21. Сетка волейбольная — Аптечка

