

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Средняя школа поселка Борское Гвардейского городского округа»**

«УТВЕРЖДАЮ»

Приказ № 70 от 28.06.2021 года

«СОГЛАСОВАНО»

Протокол педагогического совета
МБОУ «СШ пос. Борское»
№11 от 25.06.2021 года



Директор МБОУ «СШ
пос. Борское»
Литвинчук Т.Н.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета (курса)

ФИЗКУЛЬТУРА

1 класс

**адаптированная основная общеобразовательная
программа для детей с задержкой психического развития**

начальное общее образование

на 2021-2022 учебный год

Борское

2021 год

— планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

Критерий	Ответственный	Подпись	Расшифровка подписи
Соответствие структуре, техническим требованиям	Ответственное лицо, назначенное директором		
Соответствие ООП уровня	Руководитель МС		
Полнота содержания	Заместитель директора		

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Планируемые результаты освоения учебной программы по курсу «Физическая культура»

Программа рассчитана на обучающихся, имеющих задержку психического развития. Урок физической культуры для учащихся с ЗПР – основная форма обучения жизненно-важным видам движений, которые имеют огромное значение в укреплении здоровья школьника.

Уроки решают задачу по улучшению и исправлению осанки; оказывают профилактическое воздействие на физическое состояние ребенка; содействуют гармоничному физическому развитию; воспитывают координацию движений; формируют элементарные знания о личной гигиене, режиме дня; способствуют укреплению бодрости духа; воспитывают дисциплинированность. Уроки физической культуры должны строиться на принципах демократизации, гуманизации, педагогике сотрудничества, личностного и деятельностного подходов, оптимизации учебно-воспитательного процесса.

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учётом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенности развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Планирование включает в себя содержание только урочных форм занятий по физической культуре.

Программа составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, «Комплексной программе физического воспитания учащихся 1-11 классов» доктора педагогических наук В. И. Ляха и кандидата педагогических наук А.А. Зданевича) и ориентирована на использование: учебника **Физическая культура 1-4 классы**, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией В.И.Ляха, М. «Просвещение» 2011г

Курс состоит из основного курса программы – 99ч, из них 20 ч отведён на модули: 12ч.-«Плавание», 8 ч «Основы безопасности жизнедеятельности».

Личностные универсальные учебные действия.

Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

Проявление положительных качеств личности управление своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;

Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Регулятивные универсальные учебные действия.

Определять и формулировать цель деятельности на занятиях с помощью учителя.

Учить **высказывать** своё предположение (версию), учить **работать** по предложенному учителем плану.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

Учиться совместно с учителем и другими учениками **давать** эмоциональную **оценку** деятельности класса на занятиях.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Уметь организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.).

Познавательные универсальные учебные действия:

Добывать новые знания: **находить ответы** на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.

Перерабатывать полученную информацию: **делать** выводы в результате совместной работы всего класса.

Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).

Коммуникативные универсальные учебные действия:

*Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной речи.

***Слушать** и **понимать** речь других.

*Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).

*Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.

*Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

*Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

*Привлечение родителей к совместной деятельности .

Предметные (Требования к уровню подготовки обучающихся)

Иметь представление:

**основы истории развития физической культуры в России ;*

**особенности развития разных видов спорта;*

**педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств, современные формы построения занятий и систем занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью;*

**возрастные особенности развития ведущих психических процессов и физических качеств, возможности формирования индивидуальных черт и свойств личности посредством регулярных занятий физической культурой;*

**психофункциональные особенности собственного организма;*

**индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышения физической подготовленности;*

**правила использования спортивного инвентаря и оборудования, принципы создания простейших спортивных сооружений и площадок;*

** правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.*

Ученик научится:

• технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;

- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;
- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой.

Двигательные умения, навыки и способности

В циклических и ациклических локомоциях: с максимальной скоростью пробежать 60 м из положения низкого старта; в ранномерном темпе бегать до 20 мин (мальчики) и до 15 мин (девочки); после быстрого разбега с 9—13 шагов совершать прыжок в длину; выполнять с 9—13 шагов разбега прыжок в высоту способом «перешагивание»; проплывать 50 м.

В метаниях на дальность и на меткость: метать малый мяч и мяч 150 г с места и с разбега (10—12 м) с использованием четырехшажного варианта бросковых шагов с соблюдением ритма; метать малый мяч и мяч 150 г с места и с трех шагов разбега в горизонтальную и вертикальную цели с 10—15 м, метать малый мяч и мяч 150 г с места по медленно и быстро движущейся цели с 10—12 м.

В гимнастических и акробатических упражнениях: опорные прыжки через козла в длину (мальчики) и в ширину (девочки); комбинацию движений с одним из предметов (мяч, палка, скакалка, обруч), состоящую из шести элементов, или комбинацию, состоящую из шести гимнастических элементов; выполнять акробатическую комбинацию из четырех элементов, включающую кувырки вперед и назад, стойку на голове и руках, длинный кувырок (мальчики), кувырок вперед и назад в полушпагат, мост и поворот в упор стоя на одном колене (девочки).

В спортивных играх: играть в одну из спортивных игр (по упрощенным правилам).

Физическая подготовленность: должна соответствовать, как минимум, среднему уровню показателей развития основных физических способностей с учетом региональных условий и индивидуальных возможностей учащихся.

Способы фазкультурно-оздоровительной деятельности: самостоятельно выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости; соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений.

Способы спортивной деятельности: участвовать в соревновании по легкоатлетическому четырехборью: бег 60 м, прыжок в длину или в высоту с разбега, метание, бег на выносливость; участвовать в соревнованиях по одному из видов спорта.

Правила поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену; помогать друг другу и учителю; поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленность; проявлять активность, самостоятельность, выдержку и самообладание.

Уровень физической подготовленности учащихся 7 лет

№ п.п	Физические способности	Контрольное упражнение	Возраст	Низкий (м.)	Средний (м.)	Высокий (м.)	Низкий (д)	Средний (д)	Высокий (д)
1.	Скоростные	Бег 30м	7	7,5	7,0	5.6	7.6	7.2	5.8
2.	Координационные	Челночный бег	7	11,2	10.5	9.9	11.7	11.0	10.2
3.	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места	7	100	135	155	90	130	150
4.	Выносливость	Кросс 1000м	7	б\у вр.	б\у вр.	б\у вр.	б\у вр.	б\у вр.	б\у вр.
5.	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя	7	1	4	9	2	7	11,5

II. Содержание учебного предмета, курса

состоит из двух основных частей: **базовой и вариативной** (дифференцированной).

Базовый компонент составляет основу государственного стандарта общеобразовательной подготовки в сфере физической культуры.

Вариативная (дифференцированная) часть физической культуры обусловлена необходимостью введения в программу материала по кроссовой подготовке, т. к. Калининградская область считается бесснежным районом.

Содержание данной программы предназначено для учащихся основной и подготовительной групп

1 класс

Основы знаний о физической культуре

1. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физической подготовкой и укреплением здоровья человека.

2. Возникновение физической культуры у древних людей.

3. Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба как жизненно-важные способы передвижения человека.

3. Режим дня и личная гигиена.

Программный материал по подвижным играм

Для гимнастики с основами акробатики:

игровые задания с использованием строевых упражнений типа: «Смена мест», «Становись – разойдись», «Змейка», «Пройди бесшумно», «Тройка», «Раки», «Через холодный ручей», «Петрушка на скамейке», «Не урони мешочек», «Альпинисты»

Для занятий легкой атлетикой: «Пятнашки», «К своим флажкам», «Не оступись», «Быстро по местам», «Третий лишний», «Метко в цель».

Для спортивных игр:

Баскетбол: ловля мяча на месте и в движении: низко летящего и летящего на уровне головы; броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади за головой); передача мяча (снизу, от груди, от плеча); ведение мяча индивидуально, в парах, стоя на месте и в шаге

Волейбол: подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче.

Различные передвижения в защитных стойках. Упражнения для развития основных двигательных качеств.

Программный материал по гимнастике с элементами акробатики.

Организующие команды и приемы: построение в шеренгу и колонну; выполнение основной стойки по команде «Смирно!»; выполнение команд «Вольно!», «Ровняйся!», «Шагом марш!», «На месте!» и «Стой!»; размыкание в шеренге и колонне на месте; построение в круг колонной и шеренгой; повороты на месте налево и направо по команде «Налево!» («Направо!»); размыкание и смыкание приставными шагами в шеренге;

Акробатические упражнения: упоры (присев, лежа, согнувшись, лежа сзади); седы (на пятках, с наклоном, углом); группировка из положения лежа и раскачивание в плотной группировке (с помощью); перекаты назад из седа с группированием и обратно (с помощью); из упора присев назад и боком; упражнения для развития основных двигательных качеств.

Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лёжа на животе, подтягиваясь руками, по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой ног, перелезание через горку гимнастических матов. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья. Перелезание через гимнастического коня.

Равновесие: стойка на носках, на одной ноге (на полу и гимнастической скамейке), ходьба по гимнастической скамейке, перешагивание через мячи, ходьба по рейке гимнастической скамейки. Упражнения для развития основных двигательных качеств.

Программный материал по легкоатлетическим упражнениям

Бег: с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения («змейкой», «по кругу», «спиной вперед»), из разных исходных положений и с разным положением рук; высокий старт с последующим стартовым ускорением. Бег в чередовании с ходьбой. Челночный бег.

Прыжки: на месте (на одной, с поворотами вправо и влево), с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в длину и высоту с места; спрыгивание и запрыгивание на горку матов.

Броски: большого мяча (0,5 кг) на дальность двумя руками из-за головы, от груди.

Метание: малого мяча правой и левой рукой из-за головы, стоя на месте, в вертикальную цель, в стену. Упражнения для развития основных двигательных качеств.

Программный материал по кроссовой подготовке

Бег по слабопересечённой местности до 1000 м. Бег в чередовании с ходьбой.

Упражнения для развития основных двигательных качеств.

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

Программный материал по плаванию

Специальные плавательные упражнения для освоения с водной средой (погружение в воду с открытыми глазами, задержка дыхания под водой, «поплавок», скольжение на груди, спине и др).

Движения рук и ног при плавании способами кроль на груди, брасс, на спине.

Проплывание отрезков 25м.

Прыжки с тумбочки.

Повороты.

Повторное проплывание отрезков 10-25 м (2-6 раз), 100м (2-3 раза)

Игры и развлечения на воде.

Название плавательных упражнений, способов плавания, предметов для обучения плаванию.

Влияние плавания на состояние здоровья, правила гигиены.

Программный материал по разделу «Основы безопасности жизнедеятельности»

1. Безопасное поведение на улицах и дорогах.

Наиболее безопасный путь в школу и домой. Правила перехода улиц и дорог.

Движение пешеходов по улицам и дорогам. Элементы улиц и дорог.

Перекрестки. Сигналы светофора и регулировщика.

Мы пассажиры, обязанности пассажира.

Правила перехода улиц и дорог при высадке из транспортного средства. Безопасная поза при аварийной ситуации в транспорте.

Безопасное поведение на улицах и дорогах. Где можно и где нельзя играть.

2. Пожарная безопасность и поведение при пожарах.

Огонь и вода — друзья и враги. Причина возникновения пожаров в доме. Правила безопасного поведения при возникновении пожара в доме.

3. Безопасное поведение на воде.

Особенности состояния водоемов в разное время года. Правила поведения при отдыхе у воды, умение плавать. Меры предосторожности при движении по льду водоемов.

4. Безопасное поведение дома.

Возможные опасности и опасные ситуации, которые могут возникнуть дома. Как вести себя, когда ты дома один?

Электричество и газ как источники возможной опасности.

Лекарства и средства бытовой химии как источники опасности.

Меры безопасности при пользовании различными инструментами.
Опасности, возникающие при нарушении правил поведения на балконах и лестничных клетках.

Домашние животные и меры безопасности при общении с ними.

5. Основы здорового образа жизни.

Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни».

III. Тематическое планирование

№	№ урока по теме	Название темы, урока	Кол-во часов	Кол-во контрольных	Тестирования	Кол-во часов модуля 20%
		Тестирование двигательных качеств			14	
Лёгкая атлетика и кроссовая подготовка 39						
1		Техника безопасности	1			
2		<i>Бег:</i> с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (“змейкой”, “по кругу”, “спиной вперед”).	1			
3		<i>Бег:</i> из разных исходных положений и с разным положением рук.	1			
4		Челночный бег.	1			
5-7		Бег в чередовании с ходьбой.	3			
8		Высокий старт с последующим стартовым ускорением.	1			
9		<i>Броски:</i> большого мяча (0,5 кг) на дальность двумя руками из-за головы, от груди.	1			
10-11		Бег с преодолением 2-3 препятствий.	2			
12		Физическая культура как система разнообразных форм занятий физической подготовкой и укреплением здоровья человека.	1			
13-14		<i>Прыжки:</i> на месте (на одной, с поворотами вправо и влево), с продвижением вперед и назад, левым и правым боком,	2			
15-17		<i>Прыжки:</i> в длину и высоту с места	3			
18		Спрыгивание и запрыгивание на горку матов.	1			
19		Возникновение физической культуры у древних людей.	1			
20-22		<i>Метание:</i> малого мяча правой и левой рукой из-за головы, стоя на месте, в вертикальную цель, в стену.	3			
23		Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба как жизненно-важные способы передвижения человека.	1			
24		Упражнения для развития основных	1			

		двигательных качеств.			
25-39		Кроссовый бег	15		
Подвижные игры на основе баскетбола 30 ч					
40		Техника безопасности	1		
41		Режим дня и личная гигиена.	1		
42-45		Ловля и передача мяча(снизу, от груди, от плеча)	4		
46-49		Ведение мяча индивидуально, в парах, стоя на месте и в шаге	4		
50-53		Броски одной и двумя стоя на месте	4		
54-57		Ловля мяча на месте и в движении: низко летящего и летящего на уровне головы;	4		
58-60		Комбинации из ловли, передачи, ведения, бросков в кольцо	3		
61-64		Подвижные игры: « Гонка мячей по кругу», « Мяч ловцу», « Снайперы», « Мотоциклисты», « Перестрелка»	4		
65-68		Эстафеты с баскетбольным мячом	4		
69		Упражнения на развитие двигательных качеств	1		
Плавание 12 часов					
70		Техника безопасности	1		
71-72		Специальные плавательные упражнения для освоения с водной средой (погружение в воду с открытыми глазами, задержка дыхания под водой, «поплавок», и др).	2		2
73-74		Скольжения (на груди, на спине, на боку) с элементарными гребковыми движениями	2		2
75		Влияние плавания на состояние здоровья, правила гигиены.	1		1
76		Имитационные упражнения: стоя спиной к стене вплотную, руки вытянуты вверх ладонями вперед (голова между руками), кисти соединены; встать на носки, потянуться вверх, глядя на кисти рук и прижимаясь руками и спиной к стенке, напрячь мышцы тела на 3-4 с (как во время скольжения в воде).	1		1
77		Игры и развлечения на воде(«Кто выше?», «Полоскание белья», «Караси и карпы», «Лягушата» и др.).	1		1
78		Название плавательных упражнений, способов плавания, предметов для обучения плаванию.	1		1
79		Вход в воду соскоком с бортика; разминка с использованием различных видов передвижений по дну бассейна.	1		1
81-80		Возможное проплывание отрезка 25м.	2		1
Гимнастика 10					

82		Техника безопасности	1			
83		Режим дня и личная гигиена.	1			
84		<i>Организуемые команды и приемы:</i> построение в шеренгу и колонну; выполнение основной стойки по команде “Смирно!”; выполнение команд “Вольно!”, “Ровняйся!”, “Шагом марш!”, “На месте!” и “Стой!”.	1			
85		Размыкание в шеренге и колонне на месте; построение в круг колонной и шеренгой.	1			
86		Размыкание и смыкание приставными шагами в шеренге;	1			
87		Повороты на месте налево и направо по команде “Налево!” (“Направо!”).	1			
88		<i>Лазанье</i> по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лёжа на животе, подтягиваясь руками, по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой ног, перелезание через горку гимнастических матов. Упражнения для развития основных двигательных качеств.	1			
89		Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья. Перелезание через гимнастического коня. Упражнения для развития основных двигательных качеств.	1			
90		<i>Равновесие:</i> стойка на носках, на одной ноге(на полу и гимнастической скамейке), ходьба по гимнастической скамейке, перешагивание через мячи, ходьба по рейке гимнастической скамейки. Упражнения для развития основных двигательных качеств.	1			
91		Акробатические упражнения: упоры (присев, лежа, согнувшись, лежа сзади); седы (на пятках, с наклоном, углом); группировка из положения лежа и раскачивание в плотной группировке (с помощью); перекаты назад из седа с группированием и обратно (с помощью); из упора присев назад и боком. Упражнения для развития основных двигательных качеств.	1			
Основы безопасности жизнедеятельности 8 ч						
92-93		Безопасное поведение на улицах и дорогах	2			2
94		Пожарная безопасность и поведение при пожарах	1			1
95		Безопасное поведение на воде	1			1

96		Безопасное поведение дома.	1			1
97		Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни»	1			1
98		Закаливание.	1			1
99		Режим дня первоклассника. Основы личной гигиены.	1			1
итого			99			20

Материально-техническое обеспечение

№	Название	Автор	Год издания
1	Физическое воспитание детей дошкольного возраста (книга для воспитателей детского сада)	И.Ф.Луури	1991 год
2	Нетрадиционные виды гимнастики	В.М. Смолевский Б.К.Ивлиев	1992 год
3	Подвижные игры (пособие для институтов физической культуры)	Л.В. Былеева И.М. Коротков	1982 год
4	Подвижные игры детей	И.М. Коротков	1987 год
5	Баскетбол для школьников	Э.Й.Адашкявичене	1983 год
6	Подружись с «королевой спорта» (книга для учащихся)	Е.А.Малков	1987 год
7	Баскетбол	Е.Р. Яхонтов З.А. Генкин	1978 год
8	От игры – к спорту (сборник эстафет и игровых заданий)	Г.А. Васильков В.Г.Васильков	1985 год
9	Играем в настольный теннис (книга для учащихся)	М. – В. М. Богушас	1987 год
10	Круговая тренировка при массовых занятиях физической культурой)	В.А. Романенко В.А. Максимович	1986 год
11	Мы играем в баскетбол (книга для учащихся)	С. Стонкус	1984 год
12	Спортивные и подвижные игры (учебное пособие)	П. А. Чумакова	1970 год
13	Настольная книга учителя физкультуры (методическое издание)	Г.И. Погодаев	2000 год
14	Физкультурно – оздоровительная работа в школе (пособие для учителя)	С. А. Баранцев Г.В. Береуцин	1988 год

15	Физическая культура (учебник для учащихся 10 – 11 классов)	В.И. Лях Л.Е. Любомирский Г.Б. Мейксон	2001 год
16	Методика физического воспитания учащихся 10 – 11 классов (пособие для учителя)	В.И. Ляха	2001 год
17	Физическая культура в школе. Планирование и организация занятий в 5 классе)	В.С. Кузнецов Г.А. Колодницкий	2003 год
18	Физическое воспитание учащихся 5-7 классы (пособие для учителя)	В. И. Лях Г. Б. Мейксон	2001 год
19	Уроки физической культуры в 4 – 6 классах (пособие для учителя)	Г. П. Богданов Н. Ж. Булгакова Н. Н. Власова	1979 год
20	Методика физического воспитания (учебное пособие)	В. М. Качашкин	1980 год
21	Методика физического воспитания учащихся 1 – 4 классов (пособие для учителя)	Е. Н. Литвинов Г. И. Погадаев Т. Ю. Торочкова Р. Я. Шитова	2001 год
22	Спортивные игры (учебное пособие для вузов)	Ю. М. Арестов Ю. Н. Клещёв	1980 год
23	Баскетбол в школе	А. И. Бондарь Г. Л. Островский	1982 год
24	Твой олимпийский учебник (пособие для учреждений образования России)	В. С. Родченко С. А. Иванов и др.	1999 год
25	Бег для здоровья (краткое руководство по оздоровительному бегу)	М. П. Сотникова	1984 год
26	Олимпийская прикидка	А. Носов	1980 год
27	Физкультура в режиме продлённого дня (учебное пособие)	С. В. Хрущёв	1986 год
28	Физическая тренировка для здоровья (организация и	В. А. Смирнов	1991

	методика проведения самостоятельных занятий)		год
29	Игры с мячом и ракеткой (учебное пособие)	В.Г. Гришин	1982 год
30	Уроки физической культуры в начальной школе	А. А. Гугин	1969 год
31	Забытые игры		1990 год
32	Олимпиада – 80 глазами иностранцев (брошюра для учащихся)	С. И. Гуськов	1982 год
33	Самоконтроль при занятиях лёгкой атлетикой (брошюра для учащихся)	А. Ф. Синяков	1988 год
34	Акробатика (пособие для учителя)	В. П. Аракчеев В. К. Коркин	1989 год
35	Настольный теннис (пособие для учителя)	В. Иванов В. Коллегорский	1966 год
36	Футбол в школе (книга для учителя)	С. Н. Андреев	1986 год
37	Ежедневные занятия физкультурой с учащимися на воздухе (книга для учителя)	И. Г. Скачков	1991 год
38	300 соревновательно-игровых заданий по физическому воспитанию	И. А. Гуревич	1994 год
39	Атлетическая подготовка допризывников (книга для учеников)	Ю. К. Сорокин	1990 год
40	Теннис (правила соревнований)		1967 год
41	Секреты баскетбола	С. А. Белов	1982 год
42	Игры на переменах для школьников 7 – 8 классов (методическое пособие для учителей)	Е. М. Геллер	1985 год
43	Советы тренерам (пособие для учителей физкультуры)	Л. П. Семёнов	1980 год
44	Игры и развлечения в группе продлённого дня (пособие для учителя)	Е. М. Минский	1980 год
45	Ты станешь сильным и ловким (методическое пособие для учеников при занятиях дома)	Г. С. Решетников	1979 год
46	Физическое воспитание в малокомплектной школе (пособие для учителя)	Л. П. Горчакова	1976 год
47	Баскетбол. Концепции и анализ	Б. Коузи, Ф. Пауэр	1970 год

	(методика обучения и тренировки баскетболистов)	Перевод Е. Р. Яхонтова	
48		И. А. Гуревич	

ПЕРЕЧЕНЬ ИНВЕНТАРЯ И ОБОРУДОВАНИЯ СПОРТИВНОГО ЗАЛА.

		В наличии
1	Гантели 1кг	10 пар
2	Гантели 2 кг	10 пар
3	Гантели 3 кг	3 пары
4	Гантели 4 кг	2 пары
5	Гантели 5 кг	2 пары
6	Мячи для настольного тенниса	20штук
7	Эспандер	2 шт.
8	Ракетки для настольного тенниса	4 шт.
9	Стол теннисный	2 шт.
10	Мячи теннисные для метания	20 штук
11	Обручи металлические	10 штук+ 1
12	Мячи футбольные	1+1 штуки
13	Мячи баскетбольные № 5	10 штук
14	Мячи баскетбольные № 6	8 штук
15	Мячи баскетбольные № 7	12 штук
16	Мячи волейбольные	6 штук
17	Мячи баскетбольные № 3	14 штук
18	Табло перекидное	1 шт
19	Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой	2
20	Стойки для штанги	2
21	Штанги тренировочные	2
22	Коврик гимнастический	18
23	Маты гимнастические	10 штук
24	Батут гимнастический	2 штуки
25	Насос	1 штука
26	Скакалки разной длины	18+14+12 штук
27	Игра «Дартс»	2 штуки
28	Гимнастические палки	19 штук
29	Сетки для баскетбольных колец	4 штуки
30	Сетка волейбольная	2 штуки
31	Мячи резиновые надувные	2 штуки
32	Мячи гимнастические (набивные)1кг	16 штук
33	Гимнастический снаряд «Конь»	1 штука
34	Гимнастический снаряд «Козёл»	1 штука
35	Мост гимнастический подкидной	1 штука
36	Гимнастические скамейки	4 штуки
37	Гимнастический диск «Здоровье»	1 штука
38	Мячи для метания на дальность полёта	5 штук
39	Разметка	13 штук
40	Навесные турники	2 штуки
41	Стенка гимнастическая	6 пролётов
42	Щиты баскетбольные	2 штуки
43	Спортивная форма для юношей	16 комплектов
44	Спортивная форма для девушек	12 комплектов
45	Спортивная форма	10+10 комплектов
46	Палочки эстафетные	5 штук
47	Флажки	2 ШТУКИ

48	Гири 24 кг	2 штуки
49	Ленты гимнастические	5 штук
50	Скакалка гимнастическая (длинная)	1 штука
51	Настольная игра «Шашки»	12 комплектов