**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

 **МАЛИВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА**

|  |  |
| --- | --- |
| ***«Согласовано»******Зам. директора по учебной работе*** ***\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / Михеева О.Н. /******«\_\_\_\_» августа 2017 года*** | ***«Утверждаю»: Директор МОУ Маливской средней общеобразовательной школы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Комолова Н.В/******Приказ № \_\_\_\_\_\_-од от 01.09. 2017 г.*** |

**Рабочая программа по физической культуре (базовый уровень)8 «Б» класс (ФГОС ООО)**

 **Составитель: Веркин Александр Александрович,**

 **учитель физической культуры**

 **высшей квалификационной категории**

**Коломенский муниципальный район**

**2017 год**

Раздел 1.**Пояснительная записка**

Рабочая программа по физической культуре для обучающихся 8 «А» классасоставлена на основе

* Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования;
* Образовательной программы основного общего образования МОУ Маливская средняя общеобразовательная школа;
* Авторской программы по физической культуре «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классов» под редакцией В.И. Ляха, А.А.Зданевича (М.: Просвещение, 2012 г.)
* Учебника для общеобразовательных учреждений «Физическая культура» 8-9 кл. под редакцией В.И. Ляха (М.: Просвещение, 2017 г.)

Причиной выбора авторской программы В.И.Ляха является освоение базовых основ физической культуры объективно необходимо и обязательно для каждого ученика. Без базового компонента невозможна успешная адаптация к жизни в человеческом обществе и эффективное осуществление трудовой деятельности независимо от того, чем бы хотел молодой человек заниматься в будущем. Вариативная часть программы по физической культуре составлена с учетом индивидуальных способностей детей, с особенностями традиций школы и реализацией ее в 8 классе.

Современное содержание предмета физической культуры в школе должно исходить из следующего  условий и ставить следующие **цели**:

- физическая культура должна удовлетворять интересам общества во всестороннем физическом развитии  школьников;

-физическая культура должна использоваться как средство организации здорового образа жизни человека, укрепления здоровья и поддержания долголетия;

-физическая культура должна способствовать индивидуальному развитию культуры собственного тела школьника, возможности активно включаться в разнообразные трудовые, физкультурно-спортивные и культурные мероприятия;

- физическая культура должна обеспечивать формирование знаний, умений и навыков в организации и проведении самостоятельных форм занятий, чтобы использовать физические упражнения для целенаправленного развития физических качеств, двигательной подготовки и культуры движений, формирования осанки и телосложения;

- физическая культура  должна развивать мышление, научить межличностному общению, уважению к себе и окружающим, давать возможность для самовыражения и содействовать самоопределению.

Исходя из этого можно сделать выводы насколько важна роль физической культуры в формировании личности обучающихся, их интересов и творческих способностей, в совершенствовании двигательных и психофизиологических качеств, в укреплении здоровья и профилактики заболеваний школьников. Физическая культура это развитие физического и духовного в человеке, это способ жизни и способ развития целостной личности.

Поэтому в структуре общего среднего образования предмет физическая культура должен занимать одно из ведущих мест среди других предметов и способствовать решению важных общепедагогических задач. Физическая культура не должна быть лишь школьным предметом, она должна быть образом жизни детей.

**Задачи** физического воспитания учащихся 8 класса направлены:

* на содействие гармоническому развитию личности, укреплению здоровья учащихся, закреплению навыков правильной осанки, профилактику плоскостопия; на содействие гармоническому развитию, выбору устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентации, на здоровый образ жизни;
* на обучение основам базовых видов двигательных действий;
* на дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
* на формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей на основе систем организма;
* на углубленное представление об основных видах спорта;

- на приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятиям лю­бимым видом спорта в свободное время;- на формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;- на содействие развития психических процессов и обучение психической саморегуляции.

Раздел 2.**Планируемые результаты учебного предмета «Физическая культура»**

**Личностные результаты:**

– формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонациональногороссийского общества; - формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

– развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

– развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

 – формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

– развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

– развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

– формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

**Метапредметные результаты:**

– овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

– формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

– формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

– определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

– готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

– овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

**Предметные результаты:**

– формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

– овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

– формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)

– взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

– выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;

– выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

 -- подготовка к выполнению норм и требований комплекса ГТО (4 ступень).

По окончании 8 класса учащиеся должны **уметь:**

– планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;

 – излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека;

– использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;

– измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;

– оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;

– организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;

– соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;

– организовывать и проводить занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;

– характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса;

– выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации на высоком качественном уровне;

– выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

– выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.

***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.

***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.

**демонстрировать уровень физической подготовленности:**

|  |  |
| --- | --- |
| Контрольные упражнения | Уровень |
| Высокий  | Средний | Низкий | Высокий  | Средний | Низкий |
|  | Мальчики | Девочки |
| Бег 30 метров с высокого старта | 4.9 | 5.8 - 5.4 | 6.3 | 5.0 | 5.5-6.2 | 6.3 |
| Челночный бег-3х10 м | 8.3 | 9.0-8.6 | 9.3 | 8.9 | 9.6-9.1 | 10.1 |
| Прыжки в длину с места (см.). | 200 | 165-180 | 145 | 190 | 155-175 | 135 |
| Прыжки через скакалку за 1 мин | 90 | 89-71 | 70 | 110 | 109-91 | 90 |
| Поднимание туловища из положения, лёжа за 30 сек | 22 | 12-21 | 11 | 16 | 10-15 | 9 |
| Наклон вперёд (см.) | 10 | 6-8 | 2 | 16 | 9-11 | 5 |
| Подтягивание (девочки из положения лёжа) | 7 | 4-6 | 1 | 20 | 11-15 | 4 |
| Бег 1000 м. | 4.45 | 4.46-6.45 | 6.46 | 5.20 | 5.21-7.20 | 7.21 |
| Бег на лыжах (1 км.) | 6.30 | 6.31-7.39 | 7.40 | 7.00 | 7.01-8.00 | 8.01 |

Раздел 3.**Содержание учебного предмета «Физическая культура»**

В программе В. И. Ляха, А. А. Зданевича программный материал делится на две части - *базовую* и *вариативную. В базовую часть* входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент*.* Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету "Физическая культура". *Вариативная часть* включает в себя программный материал по баскетболу, волейболу, футболу, настольному теннису и борьбе. Программный материал усложняется по разделам каждый год за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных. Для прохождения теоретических сведений можно выделять время как в процессе ypоков, так и отдельно один час в четверти.

**1. Основы знаний о физической культуре, умения и навыки; приемы закаливания, спо­собы саморегуляции и самоконтроля.**

**1.1. Естественные основы.**

Опорно-двигательный аппарат и мышечная система, их роль в осуществлении двигательных актов. Значение нервной системы в управлении движениями и регуляции систем дыхания, кровоснабжения. Роль психических процессов в обучении двигательным действиям и движениям.

1.2. **Социально-психологические основы.**

*.* Основы обучения и самообучения двигательным действиям, их роль в развитии внимания, памяти и мышления. Совершенствование и самосовершенствование физических спо­собностей, влияние этих процессов на физическое развитие, повышение учебно-трудовой актив­ности

и формирование личностью значимых свойств и качеств. Анализ техники физических уп­ражнений, их освоение и выполнение по объяснению. Ведение тетрадей самостоятельных заня­тий физическими упражнениями, контроля за функциональным состоянием организма и физиче­ской подготовленностью.

**1.3. Культурно-исторические основы.**

Физическая культура и ее значение в формирование здорового образа жизни со­временного человека.

**1.4. Приемы закаливания.**

*.* Водные процедуры *(обтирание, душ),* купание в открытых водоемах.

**1.5. Спортивные игры.**

*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.

*Настольный теннис*

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

*Футбол*

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

**1.6. Гимнастика с элементами акробатики.**

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

**1.7. Легкоатлетические упражнения.**

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

**1.8. Элементы единоборств.**

Терминология борьбы. Самостраховка при падении на бок, спину, грудь. Приемы борьбы стоя, лежа. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий.

**Распределение часов по разделам программы.**

Базисный учебный план МОУ Маливская средняя общеобразовательная школа предусматривает обязательное изучение физической культуры в 8 классе. На изучение предмета отводится 2 часа в неделю, итого 68 часов за учебный год.

Рабочая программа по физической культуре для 8 класса отражает инвариантную часть - 2 часа из федерального компонента.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название темы, раздела** | **Количество часов** | **Контрольные работы** | **Творческие работы** |
| **в авторской программе** | **в рабочей программе** |
| **1** | **Базовая часть** | **56** | **56** |  |  |
| 1.1 | Основы знаний о физической культуре | В процессе урока | В процессе урока |  |  |
| 1.2 | Легкая атлетика | 14 | 14 |  |  |
| 1.3 | Гимнастика с элементами акробатики | 12 | 12 |  |  |
| 1.4 | Спортивные игры (баскетбол, волейбол) | 12 | 12 |  |  |
| 1.5 | Лыжная подготовка | 12 | 12 |  |  |
| 1.6 | Элементы единоборств | 6 | 6 |  |  |
| **2** | **Вариативная часть** | **12** | **12** |  |  |
| 2.1 | Волейбол. |  | 2 |  |  |
| 2.2 | Настольный теннис |  | 6 |  |  |
| 2.3 | Футбол |  | 3 |  |  |
| 2.4 | Итоговая контрольная работа по физической культуре. |  | 1 | 1 |  |
| **3** | **Итого** | **68** | **68** |  |  |

Раздел 4.**Календарно – тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема**  | **Плановыесроки проведения урока** | **Скорректированные сроки проведения урока** |
| **Название темы, раздела** |
| 1 | ***Легкая атлетика – 10 ч.***ТБ на занятиях легкой атлетикой.Разминка для выполнения легкоатлетических упражнений. | 04.09 |  |
| 2 | Бег в равномерном темпе до 20 мин. | 07.09 |  |
| 3 | Бег в равномерном темпе до 20 мин. с последующим ускорением. | 11.09 |  |
| 4 | Высокий старт. | 14.09 |  |
| 5 | Низкий старт. | 18.09 |  |
| 6 | Бег с ускорением до 60 метров. Скоростной бег до 60 метров. | 21.09 |  |
| 7 | Прыжки в длину с 9-11 шагов разбега | 25.09 |  |
| 8 | Прыжки в длину с 9-11 шагов разбега на результат. | 28.09 |  |
| 9 | Бег на результат – 60 метров. | 02.10 |  |
| 10 | Бег на результат – 2000 метров. | 05.10 |  |
| 11 | ***Баскетбол – 6 ч.***Комбинации из освоенных элементов техники передвижений. | 09.10 |  |
| 12 | Ловля и передача мяча двумя руками и одной рукой на месте и в движении. | 12.10 |  |
| 13 | Ведение мяча - шагом и бегом, по прямой, с поворотом на 360 градусов, с изменением высоты отскока мяча, с изменением исправления движения и скорости. | 16.10 |  |
| 14 | Броски одной и двумя руками с места и в движении после ведения мяча. | 19.10 |  |
| 15 | Броски одной и двумя руками в движении после ловли мяча. | 23.10 |  |
| 16 | Позиционное нападение (5:0) без изменения и с изменением позиций. Персональная защита. Игра по правилам. | 26.10 |  |
| 17 | ***Гимнастика – 12ч.***ТБ на занятия гимнастикой. Значение гимнастических упражнений для развития силы. | 09.11 |  |
| 18 | Общеразвивающие упражнения: в парах на месте и в движении. | 13.11 |  |
| 19 | Висы и упоры: мальчики – подъем переворотом в упор толчком двумя. Девочки – махом одной и толчком другой подъем переворотом. | 16.11 |  |
| 20 | Висы и упоры: передвижение в висе; махом назад соскок, подтягивание из виса. | 20.11 |  |
| 21 | Висы и упоры: мальчики – из упора на предплечьях, махом вперёд (назад) в упор сед ноги врозь. Девочки – из упора на нижней, махом правой (левой) в вис лёжа. | 23.11 |  |
| 22 | Опорные прыжки: мальчики – прыжок, согнув ноги («козел» в ширину). Девочки – прыжок ноги врозь («козел» в ширину). | 27.11 |  |
| 23 | Опорные прыжки: мальчики – прыжок, согнув ноги («козел» в ширину). Девочки – прыжок ноги врозь («козел» в ширину). | 30.11 |  |
| 24 | Акробатика: кувырок вперед в стойку на лопатках, кувырок назад. | 04.12 |  |
| 25 | Акробатика: кувырок вперед в стойку на лопатках, кувырок назад. | 07.12 |  |
| 26 | Лазание по канату с помощью и без помощи ног, на скорость. | 11.12 |  |
| 27 | .Гимнастические эстафеты с включением элементов акробатики, лазания и прыжков. | 14.12 |  |
| 28 | Упражнение с гирями, с гантелями. | 18.12 |  |
| 29 | ***Элементы единоборств – 6 ч.***Приёмы самостраховки при падении на бок, спину, вперед | 21.12 |  |
| 30 | Приёмы борьбы лежа – переворачивание захватом на «ключ»; двух рук и ног. | 25.12 |  |
| 31 | Болевые приёмы - узел руки от удержания сбоку, рычаг локтя от удержания сбоку.Учебные схватки лёжа. | 28.12 |  |
| 32 | Приёмы борьбы стоя – бросок рывком за подколенный сгиб, бросок рывком за пятку. | 11.01 |  |
| 33 | Приёмы борьбы стоя – бросок захватом двух ног.Учебные схватки стоя. | 11.01 |  |
| 34 | Игры «Наездники», «Регби на коленях», эстафеты с включением элементов акробатики и бросков. | 18.01 |  |
| 35 | ***Лыжная подготовка – 12 ч.***ТБ при занятиях лыжным спортом. Значение занятий лыжным спортом | 18.01 |  |
| 36 | Прохождение дистанции 4 км. | 25.01 |  |
| 37 | Одновременный одношажный ход. | 25.01 |  |
| 38 | Прохождение дистанции 4 км. | 01.02 |  |
| 39 | Одновременный одношажный ход. | 01.02 |  |
| 40 | Прохождение дистанции 4 км. | 08.02 |  |
| 41 | Подъем в гору скользящим шагом. Поворот на месте махом. Игры: «Гонки с выбиванием», «Гонки с преследованием». Эстафеты (до 300 метров). | 08.02 |  |
| 42 | Прохождение дистанции 4 км. | 15.02 |  |
| 43 | Преодоление бугров и впадин при спуске с горы. | 15.02 |  |
| 44 | Прохождение дистанции 4 км. | 22.02 |  |
| 45 | Преодоление бугров и впадин при спуске с горы. | 22.02 |  |
| 46 | Прохождение дистанции 4 км. | 01.03 |  |
| 47 | ***Волейбол – 8 ч.***Комбинации из освоенных элементов техники передвижений. | 01.03 |  |
| 48 | Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения. | 15.03 |  |
| 49 | Передача мяча сверху двумя руками над собой и через сетку.  | 15.03 |  |
| 50 | Нижняя (верхняя) прямая подача через сетку. | 22.03 |  |
| 51 | Прием мяча. | 22.03 |  |
| 52 | Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар. | 03.04 |  |
| 53 | Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером, после передачи мяча из зоны 3 в зоны 2 и 4. | 05.04 |  |
| 54 | Позиционное нападение без изменения позиций игроков. Игра по правилам. | 10.04 |  |
| 55 | ***Настольный теннис – 6 ч.***Комбинации из освоенных элементов техники передвижений. Удары слева и справа. | 12.04 |  |
| 56 | Удары слева и справа с вращением. | 17.04 |  |
| 57 | Подачи слева и справа. | 19.04 |  |
| 58 | Подачи слева и справа с вращением. | 24.04 |  |
| 59 | Прием ударов и подач с вращением. | 26.04 |  |
| 60 | Одиночная игра. Парная игра. | 01.05 |  |
| 61 | Итоговая контрольная работа по физической культуре. | 03.05 |  |
| 62 | Легкая атлетика – 4 ч. Кросс до 15 минут.  | 08.05 |  |
| 63 | Бег с препятствиями по местности. | 10.05 |  |
| 64 | Метание мяча весом 150г. с места на дальность. | 15.05 |  |
| 65 | Метание мяча с 4-5 шагов разбега на дальность в коридор 10м. | 17.05 |  |
| 66 | Футбол – 4 ч. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений. Удар по катящемуся мячу внутренней частью подъема. | 22.05 |  |
| 67 | Остановка мяча внутренней стороной стопы и подошвой. | 24.05 |  |
| 68 | Ведение мяча по прямой, с изменением направления движения, скорости. Игра по правилам. | 29.05 |  |

**Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение**

**Учебно-методическое обеспечение**

1. Баскетбол - навыки и упражнения, ред. Джерри В. Краузе, Дон Мэйер, Джерри Мэйер. АСТ "Астрель", г. Москва, 2006 г

2. Волейбол - шаги к успеху, ред. Барбара Л. Виера, БонниДжиллФергюсон, АСТ "Астрель", г. Москва, 2004 г.

3.Комплексная программа физического воспитания обучающихся 1 - 11 классов. Ред. В.И. Ляха, А.А. Зданевича, 2016 г.

4 Легкая атлетика, ред Н.Г. Озолина, В.И. Воронина, Ю.Н. Примакова, изд. "Физкультура и спорт", 1989 г., г. Москва.

5. Лыжный спорт, ред. И.М. Бутина, изд. "Просвещение", 1988 г., г. Москва.

6. Методические рекомендации по организации и проведению урока гимнастики в общеобразовательной школе. Части 1 и 2. Автор В.В. Дьяконов, изд. КГПИ г. Коломна, 1991 г.

7. Мини-футбол в школе, ред. С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев, изд. "Советский спорт", г. Москва, 2008 г.

8.Общеобразовательная программа основного общего образования МОУ Маливской средней общеобразовательной школы

9. Спортивные игры, ред. В.Д. Ковалева, изд. "Просвещение", 1988 г., г. Москва.

10. 100 уроков САМБО, ред. Е.М. Чумакова, изд. "Фаир-Пресса", 1988 г., г. Москва. 11. Физическая культура. 8-9 классы: учебник для общеобразовательных организаций. / В.И. Лях. 5-е издание. М.: Просвещение, 2017 г.

**Материально-техническое обеспечение**

***Место для занятий:***

Спортивный зал школы, площадка для мини-футбола, площадка для баскетбола, площадка для волейбола.

***Легкая атлетика:***

Яма для прыжков, мячи для метания, гранаты для метания, секундомер, флажки, грабли, лопата, рулетка, стартовые колодки.

***Гимнастика:***

Перекладина, брусья, «конь», «козел», мостик для отталкивания, маты, скамейки, «шведская» стенка, канат для лазания, палки.

***Борьба:***

Маты.

***Лыжная подготовка:***

Лыжи, палки, ботинки, лыжные крепления.

***Футбол:***

Ворота, сетки для ворот, мячи, флажки.

***Спортивные игры:***

Мячи баскетбольные, волейбольные, футбольные, теннисные, конусы, манишки, свисток, секундомер, футбольные ворота, баскетбольные щиты с кольцами, волейбольные стойки, сетки.