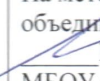




Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 15»

«Рассмотрено» На методическом объединении учителей МБОУ СОШ № 15 Протокол № 4 от «_31_» мая 2022_г. 	«Согласовано» Заместителем директора МБОУ СОШ № 15 Е.В. Неудахиной «_31_» мая 2022_г. 	«Принято» Педагогическим советом Протокол № 7 «_31_» мая 2022_г.	«Утверждено» Директор МБОУ СОШ № 15 А.Е. Постников/ Приказ № 169 от «_31_» мая 2022_г.____ 
--	--	--	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности «Крепыш»

Направление «Спортивно-оздоровительное»

5-9
(классы)

2022/2023 учебный год
основное общее образование
уровень базовый

Составитель:
Никифоров М.В.
учитель физической культуры

Бийск, 2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативным основанием для создания рабочей программы курса по внеурочной деятельности «Крепыш» для обучающихся 5-9 классов послужили:

1. Закон РФ «Об образовании»;
2. Письмо Министерства образования и науки РФ от 19.04.2011 г. №03-255 "О введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования";
3. Основная образовательная программа основного общего образования МБОУ «СОШ № 15» на 2022/2023 уч.г.;
4. Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя / Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. — М.: Просвещение, 2010. — 223 с.

Программа по своему содержанию является физкультурно-спортивной, по функциональному предназначению – специальной, по форме организации – кружковой. Срок реализации программы 1 год.

Новизна программы состоит в том, что в ней прослеживается углубленное изучение данных видов спортивной подготовки с применением специальных упражнений на развитие координационных способностей, силы, силовой выносливости, беговой выносливости, скорости в беге, овладение техникой двигательных действий и тактическими приёмами по данной специализации. Актуальность программы обусловлена тем, что появилась потребность у обучающихся в личном физическом совершенствовании своих знаний, умений и навыков в данном виде специализации а, следовательно, в понимании заботы о собственном здоровье. Программа по факультативному курсу направлена на развитие мотивации к познанию и творчеству учащихся, создание условий для развития, укрепление психического и физического здоровья. Программа рассчитана на обучающихся 11-16 лет.

Занятия проводятся по 1 часу 1 раз в неделю. Всего недель -35. Итого- 35 часов в год.

Основная цель программы: содействовать гармоничному физическому развитию, всесторонней физической подготовке и укреплению здоровья учащихся; прививать потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Задачи:

- укрепление здоровья и закаливание организма учащихся;

- содействие правильному физическому развитию; повышение уровня обще – физической подготовленности;
- развитие специальных физических способностей необходимых в соревновательной деятельности;
- воспитание целеустремлённости, взаимовыручки, самообладания;
 - приобретение необходимых знаний и навыков в организации и проведении учебно-тренировочных занятий и соревнований, в области физической культуры.

II. Общая характеристика курса.

Отличительные особенности данной программы заключаются в том, что она состоит из трёх разделов: знания о спортивно-оздоровительной деятельности, физическое совершенствование со спортивной направленностью, способы спортивно-оздоровительной деятельности. В программе предусмотрено регулярное отслеживание результатов воспитанников, поддерживание контактов с родителями, учителями, классными руководителями. Запланированы воспитательные задачи: приучение к сознательной дисциплине, воспитывать такие качества, как самообладание, чувство товарищества, общительность, смелость, воля к победе.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что в данном возрасте школьники наиболее сильно подвержены негативному влиянию со стороны внешней среды и такие не маловажные факторы как: здоровье, морально-этические нормы, психологические, входят в основу развития личности. Данная программа помогает подростку сформировать себя как личность. Это ведение здорового образа жизни, самообладание, взаимовыручка, целеустремлённость. К каждому занимающемуся отводится индивидуальный подход. В процессе обучения происходит постоянное тестирование результатов занимающихся. Главным итогом занятий являются соревнования, олимпиада по физической культуре. Основной показатель работы спортивной секции – выполнение программных требований по уровню подготовленности учащихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической и теоретической подготовленности. Насыщение комплекса упражнениями самостоятельно варьируется, усложняется и дополняется педагогом в течение каждого учебного периода, дифференцированно к возрасту, физическим способностям и психофизиологическим особенностям занимающихся. Упражнения используются в различном наборе с увеличением продолжительности и количества повторений на этапах тренировок учащихся и с включением специальных упражнений по показаниям. Нагрузка варьируется за счет включения в работу спортивного инвентаря, свободных отягощений, тренажеров и др., а также за счет увеличения количества повторов и длительности упражнений,

использования дыхательных упражнения, а так же различных исходных положений. Занятия проводятся в спортивном зале и на спортивном стадионе школы. Средствами обучения являются: баскетбольные, волейбольные, футбольные мячи,

верхние и нижние перекладины, рулетка, гимнастические скамейки, гири, гантели, скакалки, гимнастические маты, карточки с упражнениями, секундомер.

Ожидаемый результат

В результате регулярного посещения занятий учащиеся должны:

- повысить уровень своей физической подготовленности;
- приобрести навыки и умения по изучаемым видам спорта;
- уметь технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации; - использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- уметь проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей;
- уметь разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;
- у учащихся должен сформироваться интерес к постоянным самостоятельным занятиям спортом и дальнейшему самосовершенствованию;
- обучающиеся должны научиться следовать основным принципам здорового образа жизни, для них должно стать привычным представление о том, что ЗОЖ - это индивидуальная система ежедневного поведения человека, которая обеспечивает ему максимальное достижение благополучия, в том числе и физического с учетом его индивидуальных качеств и запросов.

СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ 5-9 классы

Рабочая программа каждого класса предусматривает следующее распределение учебного материала:

№	Название раздела	Количество часов		
		общее	теория	практика
1	Физическая культура и спорт в России	4	4	-
2	Физическая подготовка	10	2	8
3	Техническая подготовка	10	2	8

4	Тактическая подготовка	5	2	3
	Итого:	35	9	26

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5а,б класс

№ п/п	№ по теме	Наименование разделов и тем	Кол- во часов	форма внеурочной деятельности	Дата	
					По плану	Факт
		Физическая культура и спорт в России (5 часов)	5			
1	1	Вводное занятие. ТБ в спортивном и тренажёрном залах. Физическая культура и спорт в России.	2	теория		
2	2	Влияние физических упражнений на организм занимающихся.	1	теория		
3	3	Гигиена закаливания, режим тренировочных занятий и отдыха. Основные средства восстановления	1	теория		
4	4	История Олимпийских игр	1	теория		
		Физическая подготовка (10 часов)				
5	5	Общая и специальная физическая подготовка.	1	теория		
6	6-7	Физическая подготовка, бег до 5-8 минут	2	практика		
7	8-9	Физическая подготовка, эстафеты	2	практика		
8	10-11	Физическая подготовка, лазание по канату	2	практика		
9	12-13	Челночный бег с несколькими повторениями	2	практика		

10	14-15	Упражнения, проводимые по методу круговой тренировки	2	практика		
		Техническая подготовка(10 часов)				
11	16	Техника спринтерского бега.	1	теория		
12	17-18	Старт и стартовый разгон с постепенным увеличением скорости и расстояния бега;	2	практика		
13	19	Кроссовая подготовка.Бег в среднем темпе. Бег по залу 15-20 минут.	1	практика		
14	20	Бег в равномерном темпе 300 м на время.	1	практика		
15	21-22	Техника ведения мяча, бросок в кольцо (баскетбол).Ведение мяча с изменением направления. Броски в кольцо. Штрафной бросок. Выполнение комбинации.	2	практика		
16	23	Подтягивание на низкой перекладине (из вися углом)	1	практика		
17	24-25	Техника подтягивания на высокой перекладине. Подтягивание на высоко перекладине различными способами, хватом (снизу, сверху, широким, узким, средним); подъём переворот	2	практика		
		Тактическая подготовка (10 часов)				
18	26	Контрольные тесты и испытания. Бег 60м,100м на результат	1	практика		
19	27	Прыжки в длину с места на результат	1	практика		
20	28	Сгибание разгибание рук в упоре лёжа (девушки) на результат	1	практика		
21	29	Поднимание туловища из положения лёжа за 30 сек., на результат	1	практика		
22	30	Подтягивание на высокой перекладине хватом сверху (юноши) на результат	1	практика		
23	31	Наклон из положения сидя на результат	1	практика		
24	32	Соревнования в беге на короткие дистанции	1	практика		

25	33	Соревнования по подтягиванию	1	практика		
26	34-35	Спортивные игры (волейбол, футбол)	2	практика		

6а,б класс

№ п/п	№ по теме	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	форма внеурочной деятельности	Дата	
					По плану	Факт
		Физическая культура и спорт в России (5 часов)	5			
1	1	ТБ в спортивном и тренажёрном залах. История физической культуры и спорта в России.	2	теория		
2	2	Физические упражнения и возраст. Их влияние на организм занимающихся.	1	теория		
3	3	Закаливания организма, индивидуальный режим тренировочных занятий и отдыха. Массаж и самомассаж.	1	теория		
4	4	Олимпийские игры в 20 веке	1	теория		
		Физическая подготовка (10 часов)				
5	5	Общая и специальная физическая подготовка.	1	теория		
6	6-7	Физическая подготовка, бег до 5-8 минут	2	практика		
7	8-9	Физическая подготовка, эстафеты	2	практика		
8	10-11	Физическая подготовка, лазание по канату	2	практика		
9	12-13	Челночный бег с несколькими повторениями	2	практика		

10	14-15	Упражнения, проводимые по методу круговой тренировки	2	практика		
		Техническая подготовка(10 часов)				
11	16	Техника спринтерского бега.	1	теория		
12	17-18	Старт и стартовый разгон с постепенным увеличением скорости и расстояния бега;	2	практика		
13	19	Кроссовая подготовка.Бег в среднем темпе. Бег по залу 15-20 минут.	1	практика		
14	20	Бег в равномерном темпе 300 м на время.	1	практика		
15	21-22	Техника ведения мяча, бросок в кольцо (баскетбол).Ведение мяча с изменением направления. Броски в кольцо. Штрафной бросок. Выполнение комбинации.	2	практика		
16	23	Подтягивание на низкой перекладине (из виса углом)	1	практика		
17	24-25	Техника подтягивания на высокой перекладине. Подтягивание на высоко перекладине различными способами, хватом (снизу, сверху, широким, узким, средним); подъём переворот	2	практика		
		Тактическая подготовка (10 часов)				
18	26	Контрольные тесты и испытания. Бег 60м,100м на результат	1	практика		
19	27	Прыжки в длину с места на результат	1	практика		
20	28	Сгибание разгибание рук в упоре лёжа (девушки) на результат	1	практика		
21	29	Поднимание туловища из положения лёжа за 30 сек., на результат	1	практика		
22	30	Подтягивание на высокой перекладине хватом сверху (юноши) на результат	1	практика		
23	31	Наклон из положения сидя на результат	1	практика		
24	32	Соревнования в беге на короткие дистанции	1	практика		
25	33	Соревнования по подтягиванию	1	практика		

26	34-35	Спортивные игры (волейбол, футбол)	2	практика		
----	-------	------------------------------------	---	----------	--	--

7а, б класс

№ п/п	№ по теме	Наименование разделов и тем	Кол- во часов	форма внеурочной деятельности	Дата	
					По плану	Факт
		Физическая культура и спорт в России (5 часов)	5			
1	1	Правовые основы физической культуры и спорта.	1	теория		
2	2	Влияние ОФП и СФП на развитие двигательных способностей.	1	теория		
3	3	Закаливания организма, индивидуальный режим тренировочных занятий и отдыха.	1	теория		
4	4	Современные олимпийские игры. Гигиенические требования к одежде. Понятия физических качеств.	2	теория		
		Физическая подготовка (10 часов)				
5	5	ОРУ в движении. Силовая подготовка в тренажерном зале.	1	теория		

6	6-7	Прыжки со скакалками. Подвижные игры с б\б мячом.	2	практика		
7	8-9	Комплекс ОРУ. Упражнения на развитие силы. Упражнения на гибкость.	2	практика		
8	10-11	Многоскоки. Кросс типа «фортлетка».	2	практика		
9	12-13	Кроссовая подготовка.	2	практика		
10	14-15	Упражнения, проводимые по методу круговой тренировки	2	практика		
		Техническая подготовка(10 часов)				
11	16	Спортивные игры (баскетбол).	1	теория		
12	17-18	Основы техники ведения мяча с изменением направления.	2	практика		
13	19	Броски в кольцо.	1	практика		
14	20	Обводка стоек с ведение мяча.	1	практика		
15	21-22	Ведение мяча с изменением направления. Броски в кольцо.	2	практика		
16	23	Прием и передача мяча в парах, движении.	1	практика		
17	24-25	Штрафной бросок. Выполнение комбинации.	2	практика		
		Тактическая подготовка (10 часов)				
18	26	Контрольные тесты и испытания. Бег 100м на результат	1	практика		
19	27	Прыжки в длину с места на результат	1	практика		
20	28	Сгибание разгибание рук в упоре лёжа (девушки) на результат	1	практика		
21	29	Поднимание туловища из положения лёжа на результат	1	практика		
22	30	Подтягивание на высокой перекладине хватом сверху (юноши) на результат	1	практика		
23	31	Наклон из положения сидя на результат	1	практика		

24	32	Соревнования в беге на короткие дистанции	1	практика		
25	33	Соревнования по подтягиванию	1	практика		
26	34-35	Спортивные игры (волейбол, баскетбол)	2	практика		

8 класс

№ п/п	№ по теме	Наименование разделов и тем	Кол- во часов	форма внеурочной деятельности	Дата	
					По плану	Факт
		Физическая культура и спорт в России (5 часов)	5			
1	1	Гигиенические требования к одежде. Понятия физических качеств.	1	теория		
2	2	Закаливания организма, индивидуальный режим тренировочных занятий и отдыха.	1	теория		
3	3	Влияние ОФП иСФП на развитие двигательных способностей.	1	теория		
4	4	Современные олимпийские игры.	2	теория		
		Физическая подготовка				

		(10 часов)				
5	5	Прыжки со скакалками.	1	теория		
6	6-7	Подвижные игры с б/б мячом.	2	практика		
7	8-9	Упражнения на развитие силы. Упражнения на гибкость.	2	практика		
8	10-11	Многоскоки.	2	практика		
9	12-13	Кроссовая подготовка.	2	практика		
10	14-15	Упражнения, проводимые по методу круговой тренировки.	2	практика		
		Техническая подготовка(10 часов)				
11	16	Спортивные игры (баскетбол).	1	теория		
12	17-18	Основы техники ведения мяча с изменением направления.	2	практика		
13	19	Броски в кольцо.	1	практика		
14	20	Обводка стоек с ведение мяча.	1	практика		
15	21-22	Ведение мяча с изменением направления. Броски в кольцо.	2	практика		
16	23	Прием и передача мяча в парах, движении.	1	практика		
17	24-25	Штрафной бросок. Выполнение комбинации.	2	практика		
		Тактическая подготовка (10 часов)				
18	26	Спортивные игры (волейбол).	1	практика		
19	27	Спортивные игры (волейбол).	1	практика		
20	28	Подвижные игры с верхней передачей мяча: «Эстафета у стены», «Мяч в воздухе», «Мяч над сеткой», «Вызов номеров» и др.	1	практика		
21	29	Поднимание туловища из положения лёжа на результат	1	практика		
22	30	Подтягивание на высокой перекладине хватом сверху (юноши) на результат	1	практика		
23	31	Подвижные игры на спортивной площадке	1	практика		
24	32	Соревнования в беге на короткие дистанции Прыжки в длину с места на результат	1	практика		

25	33	Подвижные игры на спортивной площадке	1	практика		
26	34-35	Спортивные игры (волейбол, баскетбол)	2	практика		

9 класс

№ п/п	№ по теме	Наименование разделов и тем	Кол- во часов	форма внеурочной деятельности	Дата	
					По плану	Факт
		Физическая культура и спорт в России (5 часов)	5			
1	1	Гигиенические требования к одежде. Понятия физических качеств.	1	теория		
2	2	Закаливания организма, индивидуальный режим тренировочных занятий и отдыха.	1	теория		
3	3	Влияние ОФП иСФП на развитие двигательных способностей.	1	теория		

4	4	Современные олимпийские игры.	2	теория		
		Физическая подготовка (10 часов)				
5	5	Прыжки со скакалками.	1	теория		
6	6-7	Подвижные игры с ббб мячом.	2	практика		
7	8-9	Упражнения на развитие силы. Упражнения на гибкость.	2	практика		
8	10-11	Многоскоки.	2	практика		
9	12-13	Кроссовая подготовка.	2	практика		
10	14-15	Упражнения, проводимые по методу круговой тренировки.	2	практика		
		Техническая подготовка(10 часов)				
11	16	Спортивные игры (баскетбол).	1	теория		
12	17-18	Основы техники ведения мяча с изменением направления.	2	практика		
13	19	Броски в кольцо.	1	практика		
14	20	Обводка стоек с ведение мяча.	1	практика		
15	21-22	Ведение мяча с изменением направления. Броски в кольцо.	2	практика		
16	23	Прием и передача мяча в парах, движении.	1	практика		
17	24-25	Штрафной бросок. Выполнение комбинации.	2	практика		
		Тактическая подготовка (10 часов)				
18	26	Спортивные игры (волейбол).	1	практика		
19	27	Спортивные игры (волейбол).	1	практика		
20	28	Подвижные игры с верхней передачей мяча: «Эстафета у стены», «Мяч в воздухе», «Мяч над сеткой», «Вызов номеров» и др.	1	практика		
21	29	Поднимание туловища из положения лёжа на результат	1	практика		
22	30	Подтягивание на высокой перекладине хватом сверху (юноши) на результат	1	практика		
23	31	Подвижные игры на спортивной	1	практика		

		площадке				
24	32	Соревнования в беге на короткие дистанции Прыжки в длину с места на результат	1	практика		
25	33	Подвижные игры на спортивной площадке	1	практика		
26	34-35	Спортивные игры (волейбол, баскетбол)	2	практика		

Содержание программы-35часов

Раздел 1. Теоретическая подготовка-5 часов

Тема 1.1 Физическая культура и спорт в России.

История возникновения и развития физической культуры. Физическая культура и олимпийское движение в России. Правовые основы физической культуры и спорта.

Тема 1.2 Влияние физических упражнений на организм занимающихся.

Работа сердечно-сосудистой системы. Особенности полового созревания у юношей и девушек. Понятие о телосложении человека.

Тема 1.3 Гигиена закаливания. Режимы тренировочных занятий и отдыха. Основные средства восстановления. Самоконтроль.

Гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями. Режимы тренировочных занятий и отдыха. Виды средств восстановления. Самоконтроль, из чего он состоит. Способы подсчета пульса. Способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.

Тема 1.4 История Олимпийских игр

Тема 1.5 Современные олимпийские игры.

Раздел 2. Физическая подготовка –10 часов

Тема 2.1 Общая физическая подготовка.

Упражнения для развития выносливости:

Длительный бег до 20-25 минут, кросс, бег с препятствиями, эстафеты. Упражнения с небольшими отягощениями, лазание по канату, упражнения на тренажёрах, с весом собственного тела, со скакалкой, в парах, прыжковые упражнения, челночный бег с несколькими повторениями; упражнения, проводимые по методу круговой тренировки.

Упражнения для развития скоростно-силовых способностей:

Прыжки и многоскоки; игры и эстафеты с элементами бега, прыжки ч/з препятствия, упражнения на пресс, метания набивного мяча, игры и эстафеты с элементами прыжков, прыжки ч/з нарты на время.

Упражнения для развития скоростных способностей:

Эстафеты с бегом на короткие дистанции; Старты из различных положений (высокий, низкий, стоя спиной в сторону бега, лёжа на животе, лёжа на спине).

Бег с ускорениями 30-60 м, 40-100м. Бег с максимальной скоростью.

Упражнения для развития гибкости:

Наклоны; растяжки, упражнения на гимнастической стенке, упражнения в парах, упражнения с гимнастическими палками, пружинистые наклоны, упражнения с гимнастическими скамейками.

Упражнения на развитие силовой выносливости:

Подтягивание на низкой перекладине, подтягивание на высокой перекладине (хватом сверху, хватом снизу, широким хватом, узким хватом); сгибание и разгибание рук в упоре лёжа- на гимн. Скамейке, на полу, работа с гантелями, работа с гирей, работа со штангой, подтягивание из виса углом.

Раздел 3. Техническая подготовка –10часов.

Тема 3.1 Техника спринтерского бега.

Старт и стартовый разгон с постепенным увеличением скорости и расстояния бега;

Бег с ускорением до 30 м; Бег с ускорением до 40-60 метров. Бег на 100м в среднем темпе; финиширование грудью, плечом; Бег на 30 метров на результат.

Тема 3.2 Кроссовая подготовка. Бег в среднем темпе. Бег по залу 15-20 минут. Бег с изменением темпа. Бег с отягощением (грузом на ногах). Бег по сложно пересеченной местности. Бег на 1-3 км. Бег в равномерном темпе 1 км на время.

Тема 3.3 Техника ведения мяча, бросок в кольцо (баскетбол)

Ведение мяча с изменением направления. Броски в кольцо. Штрафной бросок. Выполнение комбинации.

Тема 3.4 Техника выполнения акробатических упражнений.

Выполнение кувырка вперед, назад. «Мост» из положения лежа, равновесие. Переворот вправо (влево). Длинный кувырок с поворотом на 180 и 360. Выполнение комбинации.

Тема 3.5 Техника подтягивания на высокой перекладине.

Подтягивание на низкой перекладине (из виса углом); подтягивание на высокоперекладине различными способами, хватом (снизу, сверху, широким, узким, средним); подъём переворот; выход силой; подтягивание на высокой перекладине с отягощением (с грузом).

Тема 3.6 Спортивные игры (волейбол, футбол)

Прием и передача мяча в парах. Поддача мяча. Поддача мяча по зонам. Прием мяча после поддачи. Ведение мяча. Обводка фишек. Выполнение комбинации.

Раздел 4. Тактическая подготовка –5часов.

Тема 4.1 Контрольные тесты и испытания.

Бег 60м, 100м на результат;

Бег 1 километр на результат;

Прыжки в длину с места на результат;

Сгибание разгибание рук в упоре лёжа (девушки) на результат;

Подтягивание на высокой перекладине хватом сверху (юноши) на результат;

Поднимание туловища из положения лёжа за 30 сек., на результат;

Наклон из положения сидя на результат.

Тема 4.2 Соревновательная деятельность.

Соревнования в беге на короткие дистанции;

Соревнования в беге на длинные дистанции;

Соревнования по подтягиванию;

по физической культуре.

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	Рабочие программы по физической культуре	Д		
1.4	Научно-популярная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению	Д		В составе библиотечного фонда
1.5	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. Тесты по физической культуре.	Д		
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	Щит баскетбольный тренировочный	Г		
4.3	Стенка гимнастическая	Г		

4.5	Скамейки гимнастические	Г	
4.6	Стойки волейбольные	Д	
	Канат для лазания	Д	
	Обручи гимнастические	Г	
4.9	Комплект матов гимнастических	Г	
4.10	Мячи баскетбольные		
4.11	Мячи волейбольные	Г	
4.12	Сетка волейбольная	Г	
4.13	Перекладина навесная универсальная	Д	
4.14	Козел гимнастический	К	
4.15	Коврик гимнастический	К	
4.16	Аптечка медицинская	Д	
4.17	Мячи футбольные	Г	
4.18	Мячи баскетбольные	Г	
5	Спортивные залы (кабинеты)		
5.1	Спортивный зал игровой)		С раздевалками для мальчиков и девочек
5.2	Спортивный зал гимнастический		
5.3	Кабинет учителя		Включает в себя: рабочий стол, стулья, сейф, шкафы книжные (полки), шкаф для одежды
5.4	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования		Включает в себя стеллажи, контейнеры
6	Пришкольный стадион (площадка)		
6.1	Легкоатлетическая дорожка	Д	
6.2	Сектор для прыжков в длину	Д	
6.3	Игровое поле для футбола (мини-футбола)	Д	
6.4	Гимнастический городок	Д	

Литература для учителя:

1. Настольная книга учителя физической культуры. Подготовка школьников к олимпиадам , 2008 год, (Светлана Киселева, Павел Киселев).

2. Минаев Б.Н., Шиян Б.М., «Основы методики физического воспитания школьников» Москва, «Просвещение», 1989 г.
3. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование. Под редакцией В.А. Горского. 2-е издание Москва «Просвещение» 2011.
4. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ – М «Советский спорт», 2004г.
5. Чесноков, Н. Н. Тестирование уровня знаний по физической культуре: Учебно-методическое пособие / Н. Н. Чесноков, А. А. Красников. – М.: СпортАкадемПресс, 2002.

Литература для обучающихся:

1. Сборник тестов для подготовки к олимпиаде по физической культуре. Лагутин, А. Б. Гимнастика в вопросах и ответах / А. Б. Лагутин, Г. М. Михалина. – М.: Физическая культура, 2010. – 128 с.
2. Лукьяненко, В. П. Физическая культура: основа знаний: Учебное пособие / В. П. Лукьяненко. – М.: Советский спорт, 2003. – 224 с.
3. Твой олимпийский учебник: Учебное пособие для учреждений образования России. – 13-е изд., перераб. и доп. / В. С. Родиченко и др. – М.: Физкультура и спорт, 2004.