

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования и молодежной политики Свердловской**  
**области**  
**Управление образования Ирбитского муниципального образования**  
**МОУ "Дубская СОШ"**

УТВЕРЖДЕНО

Директор

---

Попов И.В.

№118

от «30» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**учебного предмета «Адаптированная физическая культура»**  
**для обучающихся 1 – 4 классов**

**д. Дубская 2023**

## **1. Пояснительная записка**

Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» для 1 - 4 класса составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МОУ «Дубская СОШ»

Физическая культура является составной частью образовательного процесса обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Она решает образовательные, воспитательные, коррекционно-развивающие и лечебно-оздоровительные задачи. Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением; занимает одно из важнейших мест в подготовке этой категории обучающихся к самостоятельной жизни, производительному труду, воспитывает положительные качества личности, способствует социальной интеграции школьников в общество.

### **1.1. Цели и задачи программы.**

Основная цель изучения предмета «физическая культура» заключается во всестороннем развитии личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекции недостатков психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

Основные задачи предмета:

- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- соблюдение индивидуального режима питания и сна;
- воспитание интереса к физической культуре и спорту, формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и доступных видах спорта;
- формирование и совершенствование основных двигательных качеств: быстроты, силы, ловкости и других;
- формирование умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, адекватно их дозировать;
- овладение основами доступных видов спорта (легкой атлетикой, гимнастикой, лыжной подготовкой и другими) в соответствии с возрастными и психофизическими особенностями обучающихся;
- коррекция недостатков познавательной сферы и психомоторного развития;
- развитие и совершенствование волевой сферы;
- воспитание нравственных качеств и свойств личности;

## **2. Общая характеристика учебного предмета.**

Физическая культура является составной частью образовательного процесса обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Она решает:

- образовательные;
- воспитательные;
- коррекционно-развивающие;
- лечебно-оздоровительные задачи.

Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно, и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением; занимает одно из важнейших мест в подготовке этой категории обучающихся к самостоятельной жизни, производительному труду, воспитывает положительные качества личности, способствует социальной интеграции школьников в общество.

Система физического воспитания, объединяющая все формы занятий физическими упражнениями, способствует социализации ученика в обществе, формированию духовных способностей ребёнка. В связи с этим в основе обучения физическим упражнениям должны просматриваться следующие принципы:

- индивидуализация и дифференциация процесса обучения;
- коррекционная направленность обучения;
- оптимистическая перспектива;
- комплексность обучения на основе прогрессивных психолого-педагогических и психолого-физиологических теорий.

Все занятия по физкультуре проводятся в спортивных залах и на свежем воздухе при соблюдении санитарно-гигиенических требований.

## **3. Описание места учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане**

Учебный план для МОУ «Дубская СОШ» предусматривает обязательное изучение учебного предмета «Физическая культура» рассчитан на 405 часов. В 1 классе на изучение отводится 99 часов (3 часа в неделю), во 2-4 классах по 102 часа (3 часа в неделю, 34 недели в каждом классе).

## **4. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура»**

*Личностные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура»:*

1. осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
2. формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
3. развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
4. овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
5. овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
6. владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
7. способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
8. принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
9. развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
10. формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
11. развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
12. формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
13. формирование готовности к самостоятельной жизни.

*Предметные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура»:*

1. овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры);
2. первоначальные представления о значении физической культуры для физического развития, повышения работоспособности;
3. вовлечение в систематические занятия физической культурой и доступными видами спорта;
4. умения оценивать свое физическое состояние, величину физических нагрузок.

Предметные результаты освоения АООП образования включают освоенные обучающимися знания и умения, специфичные для каждой предметной области, готовность их применения. Предметные результаты обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) не являются основным критерием при принятии решения о переводе обучающегося в следующий класс, но рассматриваются как одна из составляющих при оценке итоговых достижений.

АООП определяет два уровня овладения предметными результатами: **минимальный и достаточный.**

Минимальный уровень является обязательным для большинства обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Вместе с тем, отсутствие достижения этого уровня отдельными обучающимися по отдельным предметам не является препятствием к получению ими образования по этому варианту программы. В том случае, если обучающийся не достигает минимального уровня овладения предметными результатами по всем или большинству учебных предметов, то по рекомендации психолого-медико-педагогической комиссии и с согласия родителей (законных представителей) Организация может перевести обучающегося на обучение по индивидуальному плану или на АООП (вариант 2).

Минимальный уровень	Достаточный уровень
представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;	практическое освоение элементов гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных и подвижных игр и других видов физической культуры;
выполнение комплексов утренней гимнастики под руководством учителя;	самостоятельное выполнение комплексов утренней гимнастики;
знание основных правил поведения на уроках физической культуры и осознанное их применение;	владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища;
выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд;	участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);
представления о двигательных действиях;	выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;
знание основных строевых команд;	подача и выполнение строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений. совместное участие со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;
подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений; ходьба в различном темпе с различными исходными положениями;	оказание посильной помощи и поддержки сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях;
взаимодействие со сверстниками в организации и проведении	знание спортивных традиций своего народа и других народов;

подвижных игр, элементов соревнований;	
участие в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;	знание способов использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и их применение в практической деятельности;
знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.	знание правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя;
	знание и применение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;
	соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

## 5. Содержание учебного предмета «Физическая культура»

### *Знания о физической культуре*

Чистота одежды и обуви. Правила утренней гигиены и их значение для человека. Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Чистота зала, снарядов. Значение физических упражнений для здоровья человека. Формирование понятий: опрятность, аккуратность. Физическая нагрузка и отдых. Физическое развитие. Осанка. Физические качества. Понятия о предварительной и исполнительной командах. Предупреждение травм во время занятий. Значение и основные правила закаливания. Понятия: физическая культура, физическое воспитание.

### *Гимнастика*

**Теоретические сведения.** Одежда и обувь гимнаста. Элементарные сведения о гимнастических снарядах и предметах. Правила поведения на уроках гимнастики. Понятия: колонна, шеренга, круг. Элементарные сведения о правильной осанке, равновесии. Элементарные сведения о скорости, ритме, темпе, степени мышечных усилий. Развитие двигательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики.

### **Практический материал.**

*Построения и перестроения.*

Упражнения без предметов (корректирующие и общеразвивающие упражнения):

основные положения и движения рук, ног, головы, туловища; упражнения для расслабления мышц; мышц шеи; укрепления мышц спины и живота; развития мышц рук и плечевого пояса; мышц ног; на дыхание; для развития мышц кистей рук и пальцев; формирования правильной осанки; укрепления мышц туловища.

Упражнения с предметами:

с гимнастическими палками; флажками; малыми обручами; малыми мячами; большим мячом; набивными мячами (вес 2 кг); упражнения на равновесие; лазанье и перелезание; упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений; переноска грузов и передача предметов; прыжки.

*Легкая атлетика*

**Теоретические сведения.** Элементарные понятия о ходьбе, беге, прыжках и метаниях. Правила поведения на уроках легкой атлетики. Понятие о начале ходьбы и бега; ознакомление учащихся с правилами дыхания во время ходьбы и бега. Ознакомление учащихся с правильным положением тела во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, метаний. Значение правильной осанки при ходьбе. Развитие двигательных способностей и физических качеств средствами легкой атлетики.

**Практический материал:**

*Ходьба.* Ходьба парами по кругу, взявшись за руки. Обычная ходьба в умеренном темпе в колонне по одному в обход зала за учителем. Ходьба по прямой линии, ходьба на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Ходьба с сохранением правильной осанки. Ходьба в чередовании с бегом. Ходьба с изменением скорости. Ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Ходьба с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. Ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра. Ходьба в медленном, среднем и быстром темпе. Ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и в стороны. Ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами.

*Бег.* Перебежки группами и по одному 15—20 м. Медленный бег с сохранением правильной осанки, бег в колонне за учителем в заданном направлении. Чередование бега и ходьбы на расстоянии. Бег на носках. Бег на месте с высоким подниманием бедра. Бег с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад. Бег с преодолением простейших препятствий (канавки, подлезание под сетку, обегание стойки, через мячи, по гимнастической скамейке.). Быстрый бег на скорость. Медленный бег. Чередование бега и ходьбы. Высокий старт. Бег прямолинейный с параллельной постановкой стоп. Повторный бег на скорость. Низкий старт. Специальные беговые упражнения: бег с подниманием бедра, с захлестыванием голени назад, семенящий бег. Челночный бег.

*Прыжки.* Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед, назад, вправо, влево. Перепрыгивание через начерченную линию, шнур, набивной мяч. Прыжки с ноги на ногу на отрезках до. Подпрыгивание вверх на месте с захватом или касанием висящего предмета (мяча). Прыжки в длину с места. Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед, в стороны. Прыжки с высоты с мягким приземлением. Прыжки в длину и высоту с шага. Прыжки с небольшого разбега в длину. Прыжки с прямого разбега в длину. Прыжки в длину с разбега без учета места отталкивания. Прыжки в высоту с прямого разбега способом «согнув ноги». Прыжки в высоту способом «перешагивание».

*Метание.* Правильный захват различных предметов для выполнения метания одной и двумя руками. Прием и передача мяча, флажков, палок в шеренге, по кругу, в колонне. Произвольное метание малых и больших мячей в игре. Броски и ловля волейбольных мячей. Метание колец на шести. Метание с места малого мяча в стенку правой и левой рукой. Метание большого мяча двумя руками из-за головы и снизу с места в стену. Броски набивного мяча (1 кг) сидя двумя руками из-за головы. Метание теннисного мяча с места одной рукой в стену и на дальность. Метание мяча с места в цель. Метание мячей с места в цель левой и правой руками. Метание теннисного мяча на дальность отскока от баскетбольного щита. Метание теннисного мяча на дальность с места. Броски набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками.

#### *Лыжная подготовка*

**Теоретические сведения.** Элементарные понятия о ходьбе и передвижении на лыжах. Одежда и обувь лыжника. Подготовка к занятиям на лыжах. Правила поведения на уроках лыжной подготовки. Лыжный инвентарь; выбор лыж и палок. Одежда и обувь лыжника. Правила поведения на уроках лыжной подготовки. Правильное техническое выполнение попеременного двухшажного хода. Виды подъемов и спусков. Предупреждение травм и обморожений.

**Практический материал.** Выполнение строевых команд. Передвижение на лыжах. Спуски, повороты, торможение.

#### *Игры*

**Теоретические сведения.** Элементарные сведения о правилах игр и поведении во время игр. Правила игр. Элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником). Элементарные сведения по овладению игровыми умениями (ловля мяча, передача, броски, удары по мячу)

**Практический материал.** *Подвижные игры:*

Коррекционные игры;

Игры с элементами общеразвивающих упражнений:

игры с бегом; прыжками; лазанием; метанием и ловлей мяча (в том числе пионербол в IV-м классе); построениями и перестроениями; бросанием, ловлей, метание



**6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся**

№ урока	Тема, раздел темы	Количество часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
<b>1 класс</b>			
<b>Легкая атлетика (12 часов)</b>			
1	ИОТу при проведении занятий по легкой атлетике (инструкция №3).	1	<p>Строевые упражнения: понятие о правой и левой стороне. Повороты направо, налево.</p> <p>Правильная постановка дыхания в ходьбе и беге.</p> <p>Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед, назад, вправо, лево.</p> <p>Развитие аэробной выносливости.</p> <p>Бег в медленном темпе. Укрепление кистей рук и плечевого пояса. Развитие мелкой моторики. Хват и ловля малого мяча.</p> <p>Координация частей тела в беге. Бег в колонне по одному по ориентирам в медленном темпе. Бег с ускорением на отрезках 15 – 20 метров. Техника бега.</p> <p>Развитие координации частей тела. Прыжки с ноги на ногу на месте и с продвижением вперед.</p>
2	Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Подвижная игра «Два мороза».	1	
3-4	Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег 30 м. Подвижная игра «Вызов номера».	2	
5-6	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Бег 60 м. Ходьба с высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Вызов номера».	2	
7-8	Ходьба на носках, пятках. Обычный бег. Бег с ускорением. Бег 30, 60 м. подвижная игра «Зайцы в огороде».	2	
9-10	Метание теннисного мяча в вертикальную цель.	2	
11-12	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Подвижная игра «Два мороза».	2	

			Метание малого мяча с места правой и левой рукой.
<b>Подвижные игры с элементами спортивных игр (12 часов)</b>			
13	ИОТу при проведении занятий по подвижным и спортивным играм (инструкция №2). Эстафеты. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза».	1	Коррекционные игры. Игры с элементами общеразвивающих упражнений. Игры с бегом и прыжками. Игры с бросанием, ловлей и метанием мяча.
14	Игра «Чай, Чай Выручай», «Гонка мячей по кругу»	1	
15	Игра «Не оступись», «Не потеряй мяч». Прыжки через скакалку	1	
16	Игра «Точно в мишень», «Кто быстрее». Правила организации и проведения игр.	1	
17	Игра «Пятнашки». Комбинированные эстафеты	1	
18	Комбинированные эстафеты		
19	Игра «Точно в цель».	1	
20	Эстафеты с мячом.	1	
21	Игра «С кочки на кочку»	1	
22	Игра «С кочки на кочку». Эстафеты с обручем	1	
23	Игры «Точно в цель», «Кто быстрее»	1	
24	Игра «Не урони мешочек».	1	
<b>Гимнастика с элементами акробатики (24 часа)</b>			
25	ИОТу при проведении занятий по гимнастике (инструкция №1). Основная стойка. Группировка.	1	Укрепление мышц спины и живота. Комплекс упражнений на полу. Упражнения в равновесии. Ходьба по гимнастической скамейке с различными положениями рук. Группировка, лежа на спине и в упоре присев. Техника выполнения группировки. Перекаты.
26-27	Основная стойка. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе и из упора стоя на коленях. Стойка на лопатках	2	
28-30	Основная стойка. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе.	3	
31	Основная стойка. Вис, стоя	1	

	лѐжа, вис на согнутых руках.		Разновидности перекатов. Техника выполнения перекатов. Стойка на лопатках. Техника выполнения. Стойка на лопатках. Лазанье по гимнастической стенке одноименным способом. Висы на перекладине.
32	Вис стоя лѐжа, вис на согнутых руках. Подтягивание в висте.	1	
33-34	Вис на согнутых руках. Передвижение по гимнастической стенке. Отжимание от пола	2	
35-36	Лазанье по наклонной гимнастической скамейке. Отжимание от пола.	2	
37-39	Ходьба большими шагами и выпадами, повороты на носках на гимнастической скамейке.	3	
40	Поднимание туловища из положения лѐжа.	1	
41	Прыжки со скакалкой. Эстафеты.	1	
42	Круговая тренировка	1	
43-44	Подтягивание из виста лежа.	2	
45	Прыжки со скакалкой	1	
46	Вращение обруча	1	
47	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам.	1	
48	Эстафеты	1	
<b>Лыжная подготовка (15 часов)</b>			
49	ИОТу при проведении занятий на лыжах (инструкция №4). Переноска и надевание лыж	1	Передвижение к месту занятий, держа лыжи в руках. Одевание и снятие лыж. Овладение умением стоять на лыжах. Комплекс подводящих к ходьбе на лыжах упражнений. Повороты на месте. Правильная постановка дыхания во время ходьбы на лыжах.
50-52	Ступающий без палок	3	
53-54	Ступающий шаг с палками	2	
55-56	Скользющий шаг без палок	2	
57	Скользющий шаг с палками	1	
58-59	Повороты переступанием.	2	
60-61	Подъѐмы и спуски под склон.	2	
62	Подъѐм лесенкой наискось.	1	
63	Передвижение на лыжах до 1 км	1	

<b>Подвижные игры с элементами спортивных игр (14 часов)</b>				
64	ИОТу при проведении занятий по подвижным и спортивным играм (инструкция №2).	1	Коррекционные игры. Игры с элементами общеразвивающих упражнений. Игры с бегом и прыжками. Игры с бросанием, ловлей и метанием мяча. Игры зимой.	
65-67	Ловля и передача мяча снизу на месте.	3		
68-70	Ведение на месте правой и левой рукой. Игра «У кого меньше мячей»	3		
71-72	Ведение в движении правой и левой рукой. Эстафета с мячом	2		
73-75	Броски мяча в цель (в кольцо, обруч). Эстафеты с мячом	3		
76-77	Бросок мяча снизу на месте в щит. Игра «Попади в обруч».	1		
<b>Легкая атлетика (18 часов)</b>				
78	ИОТу при проведении занятий по легкой атлетике (инструкция №3). Прыжок в длину с места	1	Строевые упражнения: понятие о правой и левой стороне. Повороты направо, налево. Правильная постановка дыхания в ходьбе и беге. Развитие аэробной выносливости. Бег в медленном темпе. Укрепление кистей рук и плечевого пояса. Развитие мелкой моторики. Хват и ловля малого мяча. Координация частей тела в беге. Бег в колонне по одному по ориентирам в медленном темпе. Бег с ускорением на отрезках 15 – 20 метров. Техника бега. Развитие координации частей тела. Прыжки с ноги на ногу на месте и с продвижением вперед. Метание малого мяча с места правой и левой рукой.	
79-80	Прыжок в длину с места	2		
81-82	Челночный бег 3х10м	2		
83	Метание набивного мяча.	1		
84-85	Беговые упражнения	2		
86-87	Высокий старт. Спринтерский бег	2		
88	Бег 30 м. Метание набивного мяча из разных положений.	1		
89-91	Метание малого мяча в цель с 3–4 метров. Игра «Метко в цель»	3		
92-93	Равномерный бег до 4 мин	2		
94-95	Кросс по пересеченной местности до 1 км	2		
<b>Подвижные игры с элементами спортивных игр (3 часа)</b>				
96	ИОТу при проведении занятий	1		Элементарные сведения о

	по подвижным и спортивным играм (инструкция №2). Передача и приём мяча ногой в паре на месте.		правилах игр и поведении во время игр. Правила игр. Элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником). Элементарные сведения по овладению игровыми умениями (ловля мяча, передача, броски, удары по мячу)
97-98	Передача и приём мяча ногой в паре на месте.	2	
<b>Плавание (теория) (1 час)</b>			
99	Плавание (теория). Правила поведения на воде	1	Соблюдать правила поведения в воде. Осваивать технику разучиваемых действий.
<b>Итого:</b>		<b>99</b>	
<b>2 класс</b>			
<b>Легкая атлетика (12 часов)</b>			
1	ИОТу при проведении занятий по легкой атлетике (инструкция №3). Специальные беговые упражнения.	1	Строевые упражнения: понятие о правой и левой стороне. Повороты направо, налево. Правильная постановка дыхания в ходьбе и беге.
2	Высокий старт. Бег из разных исходных положений. Бег 30, 60 м.	1	Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед, назад, вправо, влево. Развитие аэробной выносливости. Бег в медленном темпе.
3	Высокий старт с последующим ускорением.	1	Укрепление кистей рук и плечевого пояса. Развитие мелкой моторики. Хват и ловля малого мяча.
4	Бег по дистанции. Челночный бег 3х10м.	1	Координация частей тела в беге. Бег в колонне по одному по ориентирам в медленном темпе. Бег с ускорением на отрезках 15 – 20 метров. Техника бега. Развитие координации
5	Бег в чередовании с ходьбой до 150 м. Игра «К своим флажкам».	1	
6	Прыжок в длину с места. Игра «Скакалочка»	1	
7	Прыжки по разметкам. Многоскоки. Режим дня и личная гигиена.	1	
8	Метание теннисного мяча в цель с расстояния 4 -5 м.	1	

9	Метание теннисного мяча в горизонтальную цель.	1	частей тела. Прыжки с ноги на ногу на месте и с продвижением вперед. Метание малого мяча с места правой и левой рукой.
10	Метание мяча на дальность	1	
11	Равномерный бег 3 мин. Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий.	1	
12	Бег на выносливость (до 1 км.).	1	
<b>Подвижные игры с элементами спортивных игр (12 часов)</b>			
13	ИОТу при проведении занятий по подвижным и спортивным играм (инструкция №2). Прыжки через скакалку. Игры «К своим флажкам».	1	Коррекционные игры. Игры с элементами общеразвивающих упражнений. Игры с бегом и прыжками. Игры с бросанием, ловлей и метанием мяча. Игры зимой.
14	Игра «Чай, Чай Выручай», «Гонка мячей по кругу»	1	
15	Игра «Не оступись», «Не потеряй мяч». Прыжки через скакалку	1	
16	Игра «Точно в мишень», «Кто быстрее». Правила организации и проведения игр.	1	
17-18	Комбинированные эстафеты	2	
19	Игра «Точно в цель».	1	
20	Эстафеты с мячом.	1	
21	Игра «С кочки на кочку»	1	
22	Игра «С кочки на кочку». Эстафеты с обручем	1	
23	Игры «Точно в цель», «Кто быстрее»	1	
24	Игра «Не урони мешочек».	1	
<b>Гимнастика с основами акробатики (24 часа)</b>			
25	ИОТу при проведении занятий по гимнастике (инструкция №1). Построение в шеренгу и в колонну.	1	Укрепление мышц спины и живота. Комплекс упражнений на полу. Упражнения в равновесии. Ходьба по гимнастической скамейке с различными положениями рук. Группировка, лежа на спине и в упоре присев. Техника выполнения группировки. Перекаты. Разновидности перекатов.
26	Размыкание и смыкание в шеренге и колонне на месте. Наклон вперед. Игра «Смена мест»	1	
27	Строевые команды. Перекаты в группировке. Стойка на лопатках, согнув ноги.	1	
28	Перестроение из колонны по	1	

	одному в колонну по два. Кувырок вперед. Кувырок в сторону.		Техника выполнения перекатов. Техника выполнения кувырка вперед. Стойка на лопатках. Техника выполнения. Упражнение - «Мост». Техника выполнения Стойка на лопатках, «Мост» - совершенствование. Лазанье по гимнастической стенке одноименным способом. Висы на перекладине. Кувырок вперед с выходом в группировку.
29	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Акробатическая комбинация. Группировка.	1	
30	Вис, стоя лёжа, вис на согнутых руках. «Мост» из положения лежа на спине.	1	
31	Строевые упражнения. ОРУ. Вис стоя, лёжа, вис на согнутых руках. Подтягивание в вися.	1	
32	Вис на согнутых руках. Преодоление полосы препятствий.	1	
33	ОРУ. Передвижение по гимнастической стенке. Отжимание от пола	1	
34	Преодоление полосы препятствий	1	
35	Лазанье по наклонной гимнастической скамейке. Отжимание от пола.	1	
36	Передвижение по диагонали, противоходом, змейкой, ОРУ. Ходьба большими шагами и выпадами по гимнастической скамейке.	1	
37	Ходьба большими шагами и выпадами, повороты на носках на гимнастической скамейке.	1	
38	Передвижения по гимнастической скамейке.	1	
39	Упражнения на равновесие, гибкость.	1	
40	Поднимание туловища из положения лёжа. Измерение длины и массы тела.	1	
41	Прыжки со скакалкой. Эстафеты.	1	
	Круговая тренировка	1	

42			
43-44	Подтягивание из виса лежа.	2	
45	Прыжки со скакалкой	1	
46	Вращение обруча	1	
47	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Акробатическая комбинация	1	
48	Эстафеты	1	
<b>Лыжная подготовка (15 часов)</b>			
49	ИОТу при проведении занятий на лыжах (инструкция №4). Переноска лыж способом под руку; надевание лыж.	1	Передвижение к месту занятий, держа лыжи в руках. Одевание и снятие лыж. Овладение умением стоять на лыжах. Комплекс подводящих к ходьбе на лыжах упражнений. Повороты на месте. Правильная постановка дыхания во время ходьбы на лыжах.
50	Повороты переступанием на месте.	1	
51	Повороты переступанием в движении. Повороты переступанием на месте.	1	
52-53	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок.	2	
54-55	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок.	2	
56	Торможение падением на лыжах.	1	
57	Передвижение на лыжах до 1 км.	1	
58	Подъемы скользящим шагом Прохождение дистанции. Игра «Ловишки»	1	
59	Подъем ёлочкой, полуёлочкой.	1	
60	Подъем ёлочкой, полуёлочкой. Прохождение дистанции 300м. на скорость	1	
61	Подъем и спуски под уклон. Прохождение дистанции.	1	
62	Игра «Лыжные гонки»	1	
63	Передвижение на лыжах до 1,5 км. Игра «Самый выносливый»	1	
<b>Подвижные игры с элементами спортивных игр (14 часов)</b>			
64	ИОТу при проведении занятий по подвижным и спортивным	1	Коррекционные игры. Игры с элементами



	играм (инструкция №2). Значение подвижных игр для укрепления здоровья. Игра «Мяч соседу»		общеразвивающих упражнений. Игры с бегом и прыжками. Игры с бросанием, ловлей и метанием мяча.
65-66	Ловля мяча на месте.	2	
67-68	Ловля и передача мяча в движении	2	
69	Ведение мяча на месте. Значение закаливания для укрепления здоровья. Игра «Горячий котёл»	1	
70-71	Ведение мяча с по прямой, по дуге. Игра «Мяч водящему».	2	
72-73	Ведение мяча (правой, левой рукой) в движении. Эстафеты с мячом	2	
74-76	Броски в цель (в кольцо, щит, обруч). Эстафеты с мячом	3	
77	ОФП. Ведение мяча в парах.	1	
<b>Легкая атлетика (18 часов)</b>			
78	ИОТу при проведении занятий по легкой атлетике (инструкция №3). Прыжок в длину с места	1	Строевые упражнения: понятие о правой и левой стороне. Повороты направо, налево. Правильная постановка дыхания в ходьбе и беге. Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед, назад, вправо, влево. Развитие аэробной выносливости. Бег в медленном темпе. Укрепление кистей рук и плечевого пояса. Развитие мелкой моторики. Хват и ловля малого мяча. Координация частей тела в беге. Бег в колонне по одному по ориентирам в медленном темпе. Бег с ускорением на отрезках 15 – 20 метров. Техника бега. Развитие координации частей тела. Прыжки с
79-80	Прыжок в длину с места	2	
81-82	Челночный бег 3x10м.	2	
83	Метание набивного мяча.	1	
84-85	Беговые упражнения	2	
86-87	Высокий старт. Спринтерский бег.	2	
88	Бег 30 метров.	1	
89-90	Метание мяча в горизонтальную цель. Эстафеты с мячами.	2	
91	Метание мяча на дальность	1	
92-93	Равномерный, медленный бег до 4 мин.	2	
94	Бег до 4 мин. Преодоление полосы препятствий.	1	
95	ОРУ. Преодоление полосы препятствий.	1	

			ноги на ногу на месте и с продвижением вперед. Метание малого мяча с места правой и левой рукой.
<b>Подвижные игры с элементами спортивных игр (6 часов)</b>			
96	ИОТу при проведении занятий по подвижным и спортивным играм (инструкция №2). Передача и приём мяча ногой в паре на месте.	1	Элементарные сведения о правилах игр и поведении во время игр. Правила игр. Элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником). Элементарные сведения по овладению игровыми умениями (ловля мяча, передача, броски, удары по мячу)
97	Передача и приём мяча ногой в паре на месте.	1	
98	Удар по неподвижному мячу с места	1	
99	Ведение мяча ногой	1	
100-101	ОФП. Удар по катящемуся мячу. Игра в мини-футбол по упрощенным правилам.	2	
<b>Плавание (теория) (1 час)</b>			
102	Плавание (теория)	1	Соблюдать правила поведения в воде. Осваивать технику разучиваемых действий.
<b>Итого:</b>		<b>102</b>	
<b>3 класс</b>			
<b>Легкая атлетика (12 часов)</b>			
1	ИОТу при проведении занятий по легкой атлетике (инструкция №3). Высокий старт. Спринтерский бег	1	Строевые упражнения. Повороты направо, налево. Правильная постановка дыхания в ходьбе и беге. Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед, назад, вправо, влево. Развитие аэробной выносливости. Бег в медленном темпе. Укрепление кистей рук и плечевого пояса. Развитие мелкой моторики. Хват и ловля малого мяча. Координация частей тела в беге. Бег в колонне по
2-3	Высокий старт, спринтерский бег. Бег 30 м.	2	
4	Челночный бег. Ходьба и бег. 30 м., 60 м	1	
5	Прыжок в длину с разбега. Ходьба и бег.	1	
6-7	Прыжок в длину с разбега.	2	
8-9	Метание малого мяча в горизонтальную цель. Виды физических упражнений.	2	
10	Метание малого мяча на дальность	1	

11-12	Бег в равномерном медленном темпе до 5 мин	2	одному по ориентирам в медленном темпе. Бег с ускорением на отрезках 15 – 20 метров. Техника бега. Развитие координации частей тела. Прыжки с ноги на ногу на месте и с продвижением вперед. Метание малого мяча с места правой и левой рукой.
<b>Подвижные игры с элементами спортивных игр (12 часов)</b>			
13	ИОТу при проведении занятий по подвижным и спортивным играм (инструкция №2). Ведение мяча на месте и в движении	1	Коррекционные игры. Игры с элементами общеразвивающих упражнений. Игры с бегом и прыжками. Игры с бросанием, ловлей и метанием мяча. Игры зимой.
14	ОРУ с мячом.	1	
15	Стойка баскетболиста.	1	
16	Ведение мяча на месте.	1	
17	Ведение мяча на месте и в движении.	1	
18	Эстафеты с мячом. ОРУ с мячами. Гимнастика для глаз	1	
19	Броски и ловля мячей	1	
20	Броски и ловля мяча в парах на месте.	1	
21	Броски и ловля мяча в парах на месте и в движении	1	
22-23	Броски мяча в баскетбольное кольцо	2	
24	Подвижная игра «Метко в цель».	1	
<b>Гимнастика с основами акробатики (24 часа)</b>			
25	ИОТу при проведении занятий по гимнастике (инструкция №1). Прыжки на месте. Лазание по канату.	1	Укрепление мышц спины и живота. Комплекс упражнений на полу. Упражнения в равновесии. Ходьба по гимнастической скамейке с различными положениями рук. Группировка, лежа на спине и в упоре присев. Техника выполнения
26 - 27	Строевые упражнения. Прыжки на месте. Лазание по канату.	2	
28 - 29	Прыжки на месте. Прыжки по разметкам. Лазание по канату.	2	
30-31	Ходьба приставными шагами	2	

	по бревну. ОРУ.		группировки. Перекаты. Разновидности перекатов. Техника выполнения перекатов. Техника выполнения кувырка вперед. Стойка на лопатках. Техника выполнения. Упражнение – «Мост». Техника выполнения Стойка на лопатках, «Мост» - совершенствование. Лазанье по гимнастической стенке одноименным способом. Висы на перекладине. Кувырок вперед с выходом в группировку.
32	Перелезание через бревно. 2-3 кувырка вперед. ОРУ.	1	
33 - 34	2-3 кувырка вперед. Прыжки через скакалку.	2	
35	Стойка на лопатках. Прыжки через скакалку. ОРУ на развитие гибкости.	1	
36	Из положения лежа «мост»	1	
37	Лазание по наклонной скамейке, подтягиваясь на животе, в упоре стоя на коленях	1	
38 - 39	Упражнения в смешанных висах.	2	
40	Перекат назад в группировке. Упражнения в смешанных висах.	1	
41	Перекат назад в группировке. Повороты на носках на бревне.	1	
42-43	Акробатическая комбинация. Упражнения в смешанных упорах.	2	
44	Акробатическая комбинация. Упражнения на бревне.	1	
45	Упражнения на бревне.	1	
46	Лазанье по наклонной скамейке в упоре стоя, лежа. Подтягивание из вися	1	
47	Акробатическая комбинация. Повороты на носках на бревне	1	
48	Эстафеты.	1	
<b>Лыжная подготовка (15 часов)</b>			
49	ИОТу при проведении занятий на лыжах (инструкция №4). Ступающий шаг и скользящий шаг на лыжах без палок	1	
50	Ступающий шаг и скользящий шаг на лыжах с палками	1	
51	Повороты переступанием на месте.	1	
52 - 53	Повороты переступанием в движении.	2	
54 - 56	Попеременный двухшажный	3	

	ход с палками		
57 - 59	Подъем лесенкой; спуск с пологого склона в высокой стойке	3	
60	Спуск с пологого склона, торможение плугом	1	
61	Эстафеты на лыжах 30-60м	1	
63	Передвижение на лыжах до 1,5 км.	1	
<b>Подвижные и спортивные игры (14 часов)</b>			
64	ИОТу при проведении занятий по подвижным и спортивным играм (инструкция №2). ОРУ с мячом	1	Коррекционные игры. Игры с элементами общеразвивающих упражнений. Игры с бегом и прыжками. Игры с бросанием, ловлей и метанием мяча. Игры зимой.
65	Передачи мяча через сетку. ОРУ с мячом	1	
66-67	Передачи мяча через сетку на точность	2	
68 - 69	Обучение подаче мяча одной рукой через сетку	2	
70	Ловля мяча на месте	1	
71-72	Ловля и передача мяча на месте и в движении	2	
73-74	Ведение мяча на месте и в движении; Ведение мяча с изменением направления движения	2	
75-77	Броски в кольцо двумя руками снизу и сверху	3	
<b>Легкая атлетика (18 часов)</b>			
78	ИОТу при проведении занятий по легкой атлетике (инструкция №3). Прыжок в длину с места	1	Строевые упражнения. Повороты направо, налево. Правильная постановка дыхания в ходьбе и беге. Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед, назад, вправо, влево. Развитие аэробной выносливости. Бег в медленном темпе. Укрепление кистей рук и плечевого пояса. Развитие мелкой моторики. Хват и ловля малого мяча.
79-80	Прыжки в высоту с разбега. Многоскоки на одной, двух ногах	2	
81-82	Челночный бег 3x10 м	2	
83	Метание набивного мяча	1	
84 - 85	Беговые упражнения.	2	
86-87	Высокий старт, спринтерский бег	2	
88	Бег 30м. Метание мяча в вертикальную цель	1	
89-90	Метание мяча в горизонтальную	2	

	цель.		Координация частей тела в беге. Бег в колонне по одному по ориентирам в медленном темпе. Бег с ускорением на отрезках 15 – 20 метров. Техника бега. Развитие координации частей тела. Прыжки с ноги на ногу на месте и с продвижением вперед. Метание малого мяча с места правой и левой рукой.
91	Метание мяча на дальность	1	
92	Равномерный, медленный бег до 4 мин.	1	
93	Бег до 4 мин. Преодоление полосы препятствий.	1	
94 - 95	Кроссовый бег	2	
<b>Подвижные и спортивные игры (6 часов)</b>			
96	ИОТу при проведении занятий по подвижным и спортивным играм. Ведение мяча на месте и в движении	1	Правила игр. Элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником). Элементарные сведения по овладению игровыми умениями (ловля мяча, передача, броски, удары по мячу)
97	Ведение мяча в движении	1	
98	Передача и прием мяча ногой в паре на месте	1	
99	Передача и прием мяча ногой в паре на месте и в движении	1	
100	Передача и прием мяча ногой в паре на месте и в движении. Игра в мини-футбол	1	
101	Игра в мини-футбол	1	
<b>Плавание (теория) (1 час)</b>			
102	Плавание (теория)	1	Соблюдать правила поведения в воде. Осваивать технику разучиваемых действий.
<b>Итого:</b>		<b>102</b>	
<b>4 класс</b>			
<b>Легкая атлетика (12 часов)</b>			
1	ИОТу при проведении занятий по легкой атлетике (инструкция №3) Высокий старт. Спринтерский бег, эстафетный бег.	1	Строевые упражнения. Повороты направо, налево. Правильная постановка дыхания в ходьбе и беге. Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед, назад, вправо, влево. Развитие аэробной
2-3	Высокий старт. Спринтерский бег, эстафетный бег	2	
4	Бег с ускорением. Бег 30м	1	

5 - 7	Прыжок в длину с разбега.	3	выносливости. Бег в медленном темпе. Укрепление кистей рук и плечевого пояса. Развитие мелкой моторики. Хват и ловля малого мяча. Координация частей тела в беге. Бег в колонне по одному по ориентирам в медленном темпе. Бег с ускорением на отрезках 15 – 20 метров. Техника бега. Развитие координации частей тела. Прыжки с ноги на ногу на месте и с продвижением вперед. Метание малого мяча с места правой и левой рукой.
8	Метание малого мяча в вертикальную цель	1	
9	Метание малого мяча в горизонтальную цель	1	
10	Метание малого мяча.	1	
11 - 12	Равномерный бег до 7 мин	2	
<b>Подвижные игры с элементами спортивных игр (12 часов)</b>			
13	ИОТу при проведении занятий по подвижным и спортивным играм (инструкция №2). Броски и ловля мяча в парах	1	
14	Броски мяча в парах на точность	1	
15	Броски и ловля мяча в парах	1	
16	Броски и ловля мяча в парах, у стены	1	
17	Броски и ловля мяча в парах в движении	1	
18-19	Броски мяча в баскетбольное кольцо	2	
20	Упражнения с мячом	1	
21	Ведение мяча на месте	1	
22	Ведение мяча на месте и в движении.	1	
23	Ведение мяча в движении	1	
24	Эстафеты	1	
<b>Гимнастика с элементами акробатики (24 часа)</b>			
25	ИОТу при проведении занятий по гимнастике (инструкция №1) Кувырок вперед. Строевые упражнения.	1	
26-27	Кувырок вперед. Ходьба по	2	

	бревну выпадами		скамейке с различными положениями рук.
28	Кувырок назад. Ходьба по бревну на носках и повороты на 90гр. и 180 гр.	1	Группировка, лежа на спине и в упоре присев.
29-30	Кувырок назад и перекатом назад стойка на лопатках	2	Техника выполнения группировки. Перекаты.
31	Прыжки на месте с поворотом на 360 гр. Висы согнув ноги, углом	1	Разновидности перекатов. Техника выполнения перекатов. Техника выполнения кувырка
32-33	Прыжки через набивные мячи	2	вперед. Стойка на лопатках. Техника выполнения. Упражнение – «Мост». Техника выполнения Стойка на лопатках, «Мост» - совершенствование.
34-36	Опорный прыжок	3	Лазанье по гимнастической стенке одноименным способом.
37-39	Опускание в упор и упор стоя на колене на бревне	3	Висы на перекладине. Кувырок вперед с выходом в группировку. Стойка на голове.
40-41	Лазанье по гимнастической стенке и висы	2	
42	Круговая тренировка	1	
43	Акробатическая комбинация Прыжки в скакалку	1	
44	Акробатическая комбинация Прыжки в скакалку в двойках	1	
45	Акробатическая комбинация Лазанье по канату в два приема	1	
46	Эстафеты	1	
47	Вращение обруча	1	
48	Круговая тренировка.	1	
<b>Лыжная подготовка (15 часов)</b>			
49	ИОТу при проведении занятий на лыжах (инструкция №4). Ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок	1	Передвижение к месту занятий, держа лыжи в руках. Одевание и снятие лыж. Овладение умением стоять на лыжах.
50	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок	1	Комплекс подводящих к ходьбе на лыжах упражнений. Повороты на месте. Правильная постановка дыхания во время ходьбы на лыжах.
51-52	Попеременный двухшажный ход на лыжах без палок	2	
53-54	Попеременный двухшажный ход на лыжах с палками	2	
55	Прохождение дистанции до 2 км	1	
56-57	Подъём «ёлочкой», «полуёлочкой», и спуск в основной стойке лыжника	2	
58-59	Подъём «ёлочкой», торможение плугом	2	
60	Подъём «ёлочкой», торможение плугом и упором	1	



61	Прохождение дистанции до 2км	1	
62	Прохождение дистанции 1 км (дев.) 1,5км (мал.)	1	
63	Подвижная игра на лыжах «подними предмет»	1	
<b>Подвижные игры с элементами спортивных игр (14 часов)</b>			
64	ИОТу при проведении занятий по подвижным и спортивным играм (инструкция №2) Броски мяча через волейбольную сетку	1	Коррекционные игры. Игры с элементами общеразвивающих упражнений. Игры с бегом и прыжками. Игры с бросанием, ловлей и метанием мяча.
65	Броски мяча через волейбольную сетку	1	
66-67	Упражнения с мячом. Подача мяча	2	
68-69	Подвижная игра «Пионербол»	2	
70-71	ОРУ. Ведение мяча на месте, в движении с изменением направления	2	
72-73	ОРУ с мячами. Ловля и передача мяча на месте и в движении.	2	
74-76	Броски в кольцо двумя руками снизу и сверху	3	
77	Эстафеты с мячами	1	
<b>Легкая атлетика (18 часов)</b>			
78	ИОТу при проведении занятий по легкой атлетике (инструкция №3) ОРУ. Прыжок в высоту с разбега.	1	Строевые упражнения. Повороты направо, налево. Правильная постановка дыхания в ходьбе и беге. Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед, назад, вправо, влево. Развитие аэробной выносливости. Бег в медленном темпе. Укрепление кистей рук и плечевого пояса. Развитие мелкой моторики. Хват и ловля малого мяча. Координация частей тела в беге. Бег в колонне по одному по ориентирам в медленном темпе. Бег с ускорением на отрезках 15
79-80	Прыжок в высоту с разбега.	2	
81-82	Челночный бег	2	
83	Метание набивного мяча	1	
84-85	Беговые упражнения	2	
86-87	Высокий старт. Спринтерский бег	2	
88	Бег 30 м. Метание мяча в вертикальную цель	1	
89-90	Метание мяча в горизонтальную цель. Прыжок в длину с разбега	2	
91	Метание мяча на дальность	1	
92	Равномерный бег до 5 мин	1	
93	Равномерный бег до 5 мин, преодоление полосы	1	

	препятствий		– 20 метров. Техника бега.
94-95	Кроссовый бег	2	Развитие координации частей тела. Прыжки с ноги на ногу на месте и с продвижением вперед. Метание малого мяча с места правой и левой рукой.
<b>Подвижные игры с элементами спортивных игр (6 часов)</b>			
96	ИОТу при проведении занятий по подвижным и спортивным играм (инструкция №2). Передача, ведение мяча.	1	Коррекционные игры. Игры с элементами общеразвивающих упражнений. Игры с бегом и прыжками. Игры с бросанием, ловлей и метанием мяча.
97-98	Передача, ведение мяча. Удары по мячу.	2	
99	Обыгрыш сближающихся соперников	1	
100-101	Игра в мини-футбол.	2	
<b>Плавание (теория) (1 час)</b>			
102	Плавание (теория) Основные способы плавания	1	Соблюдать правила поведения в воде. Осваивать технику разучиваемых действий.
<b>Итого:</b>		<b>102</b>	

## 7. Материально – техническое обеспечение образовательной деятельности

№	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество	Примечание
<b>1. УЧЕБНО-ПРАКТИЧЕСКОЕ ОБОРУДОВАНИЕ</b>			
<b>Гимнастика</b>			
1	Стенка гимнастическая	2	
2	Бревно гимнастическое напольное		
3	Бревно гимнастическое высокое	1	
4	Козел гимнастический	1	
5	Конь гимнастический	1	
6	Перекладина гимнастическая	1	

7	Брусья гимнастические, параллельные	1	
8	Кольца гимнастические, с механизмом крепления		
9	Канат для лазания, с механизмом крепления	1	
10	Мост гимнастический подкидной	1	
11	Скамейка гимнастическая жесткая	6	
12	Скамья атлетическая, вертикальная		
13	Скамья атлетическая, наклонная	1	
14	Гантели наборные	1	
15	Коврик гимнастический	5	
16	Станок хореографический		
17	Маты гимнастические	11	
18	Мяч набивной (1 кг, 2кг, 3 кг)	2	
19	Мяч малый (теннисный)	3	
20	Скакалка гимнастическая	24	
21	Палка гимнастическая	20	
22	Обруч гимнастический	12	
23	Сетка для переноса малых мячей	1	
<b>Легкая атлетика</b>			
24	Планка для прыжков в высоту	1	
25	Стойки для прыжков в высоту	1	
26	Барьеры л/а тренировочные	2	
27	Рулетка измерительная (10м; 50м)	1	
28	Номера нагрудные	15	
<b>Спортивные игры</b>			
29	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой	1	
30	Мячи баскетбольные	36	
31	Сетка для переноса и хранения мячей	1	
32	Жилетки игровые с номерами		
33	Стойки волейбольные универсальные	1	
34	Сетка волейбольная	1	
35	Мячи волейбольные	8	
36	Сетка для переноски и хранения баскетбольных мячей	1	
37	Табло перекидное		
38	Ворота для мини-футбола	1	
39	Сетка для ворот мини-футбола		

40	Мячи футбольные	8	
41	Номера нагрудные		
42	Компрессор для накачивания мячей	1	
<b>Лыжная подготовка</b>			
43	Лыжи	39	
44	Ботинки	39	
45	Палки лыжные	29	
46	<b>Средства до врачебной помощи</b>		
47	Аптечка медицинская	1	
<b>2. СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ</b>			
1	Спортивный зал игровой	1	С раздевалками для мальчиков и девочек (шкафчики, мягкие гимнастические скамейки, коврики), душевыми для мальчиков и девочек, туалетами для мальчиков и девочек.
2	Зоны рекреации	1	Для проведения динамических пауз (перемен)
3	Кабинет учителя	1	Включает в себя: рабочий стол, стулья, сейф, шкафы книжные (полки), шкаф для одежды
4	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования	1	Включает в себя: стеллажи, контейнеры
<b>3. ПРИШКОЛЬНЫЙ СТАДИОН (ПЛОЩАДКА)</b>			
1	Легкоатлетическая дорожка	1	
2	Сектор для прыжков в длину	1	
3	Сектор для прыжков в высоту		
4	Игровое поле для футбола (мини-футбола)	1	
5	Площадка игровая баскетбольная	1	
6	Площадка игровая волейбольная	1	
7	Гимнастический городок	1	
8	Полоса препятствий	1	
9	Лыжная трасса	1	Включающая, небольшие отлогие склоны

10	Комплект шансовых инструментов для подготовки мест занятий на спортивном стадионе		
----	---	--	--