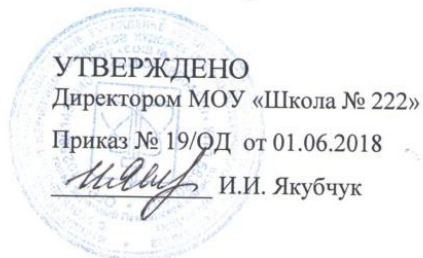


Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 222 с углубленным изучением
предметов художественно - эстетического профиля»

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МОУ «Школа № 222»
Протокол № 89 от 29.05.2019



ПРОГРАММА
среднего общего образования
по физической культуре (базовый уровень)

г. Заречный
2018 г

ПРОГРАММА СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Статус документа

Программа по физической культуре составлена на основе примерной программы среднего общего образования по физической культуре. Она конкретизирует содержание его предметных тем и рекомендует распределение учебных часов на их изучение.

Основная цель программы — сохранение единого образовательного пространства и преемственности между ступенями образования, предупреждение учебных перегрузок, соблюдение общих подходов к раскрытию дидактических единиц, установленных в государственном стандарте.

Структура документа

Программа включает четыре раздела: пояснительную записку; основное содержание с примерным распределением учебных часов по разделам; требования к уровню подготовки выпускников; требования к оснащению учебного процесса.

Общая характеристика учебного предмета

Предметом образования в области физической культуры является двигательная (физкультурная) деятельность, которая своей направленностью и содержанием связана с совершенствованием физической природы человека. В процессе освоения этой деятельности человек формируется как целостная личность, проявляющаяся в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств. В соответствии со структурой двигательной деятельности учебный предмет «Физическая культура» структурируется по трем основным разделам: знания (информационный компонент деятельности), физическое совершенствование (мотивационно-процессуальный компонент деятельности) и способы деятельности (операциональный компонент деятельности).

В программе для среднего общего образования двигательная деятельность представлена двумя содержательными линиями: физкультурно-оздоровительная деятельность и спортивно-оздоровительная деятельность с прикладно-ориентированной физической подготовкой. Каждая из этих линий имеет свои учебные разделы (знания, физическое совершенствование, способы деятельности).

Первая содержательная линия «Физкультурно-оздоровительная деятельность» ориентирует образовательный процесс на укрепление здоровья учащихся и воспитание бережного к нему отношения. Через свое предметное содержание она нацелена на формирование у школьников потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом, творческом использовании осваиваемого учебного материала в различных формах активного отдыха и досуга, в самостоятельной физической подготовке к предстоящей жизнедеятельности. В разделе «Знания о физкультурно-оздоровительной деятельности» содержатся сведения о роли физической культуры в предупреждении раннего старения организма человека, о способах и средствах профилактики профессиональных заболеваний, возникающих в процессе трудовой деятельности. Здесь же приводятся знания об оздоровительных системах физического воспитания, средствах и формах активного восстановления и повышения работоспособности человека. Во втором разделе «Физическое совершенствование с оздоровительной направленностью» представлено учебное содержание, ориентированное на укрепление индивидуального здоровья учащихся, повышение функциональных возможностей основных систем их организма. В него включены комплексы упражнений из современных оздоровительных систем физического воспитания, учитывающих интересы учащихся в гармоничном развитии собственных физических

способностей, формировании телосложения и культуры движений. В третьем разделе «Способы физкультурно-оздоровительной деятельности» раскрываются способы самостоятельной организации и проведения оздоровительных занятий по физической культуре, приемы наблюдения за показателями собственного здоровья и работоспособности, индивидуального контроля и регулирования физических нагрузок на занятиях. Вторая содержательная линия «Спортивно-оздоровительная деятельность с прикладно-ориентированной физической подготовкой» учитывает интересы учащихся и имеет направленность на обеспечение оптимального и достаточного уровня физической и двигательной подготовленности школьников. В первом разделе «Знания о спортивно-оздоровительной деятельности с прикладно-ориентированной физической подготовкой» приводятся сведения об основах самостоятельной подготовки учащихся к соревнованиям, даются понятия тренировочного процесса и тренировочного занятия, раскрываются общие представления о прикладно-ориентированной физической подготовке и ее связи со спортивно-оздоровительной деятельностью. Во втором разделе «Физическое совершенствование со спортивно-оздоровительной и прикладно-ориентированной физической подготовкой» представлено учебное содержание, ориентированное на повышение физической и технической подготовленности учащихся по одному из базовых видов спорта, а также физические упражнения и комплексы, нацеленные на физическую подготовку учащихся к предстоящей жизнедеятельности. Отличительной особенностью этого раздела является предоставление возможности учащимся осуществлять углубленную подготовку по одному из базовых видов спорта. Определение вида спорта производится решением педагогического совета образовательного учреждения, исходя из интересов большинства учащихся, имеющих в школе спортивных традиций, наличия квалифицированных учителей (тренеров), а также популярности и массовости этого вида спорта в конкретном регионе. На реализацию углубленного освоения одного из видов спорта предусматривается и соответствующее увеличение объема часов (до 15%) за счет его уменьшения по другим темам раздела. В третьем разделе «Способы физкультурно-спортивной деятельности с прикладноориентированной физической подготовкой» приведены практические умения, необходимые и достаточные для организации и проведения самостоятельных оздоровительных тренировок в режиме спортивной подготовки.

Цели

Общей целью образования в области физической культуры является формирование у учащихся устойчивых мотивов и потребностей бережного отношения к своему-здоровью, целостное развитие физических и психических качеств, творческое использование средств физической культуры для организации здорового образа жизни. В соответствии с этим примерная программа среднего (полного) общего образования своим предметным содержанием ориентируется на достижение следующих целей:

- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей обучаемых, укрепление их индивидуального здоровья;
- воспитание бережного отношения к собственному здоровью, потребности заниматься физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;
- овладение технологиями современных оздоровительных систем-физического воспитания, обогащение индивидуального опыта специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;

- освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальной ориентации;
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

Место предмета в учебном плане МОУ «СОШ №222»

Учебный план МОУ «СОШ №222» на предмет физическая культура отводит 204 часа, из расчета 3 часа в неделю

Общеучебные умения, навыки и способы деятельности

Программа предусматривает формирование у учащихся умений и навыков, обучение их универсальным способам деятельности и усвоение ими ключевых компетенций. Приоритетными для учебного предмета «Физическая культура» на этапе среднего общего образования являются следующие направления.

В познавательной деятельности:

- определение существенных характеристик изучаемого объекта;
- самостоятельное создание алгоритмов деятельности;
- формулирование полученных результатов.

В информационно-коммуникативной деятельности:

- поиск нужной информации по заданной теме;
- умение обосновывать суждения, давать определения, приводить доказательства;
- владение основными видами публичных выступлений, следование этическим нормам и правилам ведения диалога.

В рефлексивной деятельности:

- понимание ценности образования как средства развития культуры личности;
- объективная оценка своих учебных достижений, поведения, черт личности;
- владение навыками организации и участия в коллективной деятельности.

Результаты обучения

Результаты изучения предмета приведены в разделе «Требования к уровню подготовки выпускников», который полностью соответствует стандарту. Требования направлены на реализацию личностно-ориентированного, деятельностного и практико-ориентированного подходов и задаются по трем базовым основаниям: знать/понимать, уметь и использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ (204 часа)

Физкультурно-оздоровительная деятельность (71 час)

Знания о физкультурно-оздоровительной деятельности (8 часов)

Предупреждение раннего старения, сохранение творческой активности человека средствами физической культуры. Общие представления о современных оздоровительных системах физического воспитания (ритмическая гимнастика, аэробика, атлетическая гимнастика), их цели, задачи, содержание и формы организации занятий. *Формирование индивидуального стиля жизни, приобретение положительного психосоциального статуса и личностных качеств, культуры межличностного общения и поведения.*

Влияние регулярных занятий физическими упражнениями будущих родителей на состояние здоровья их детей. Занятия физической культурой в предродовой период у женщин. особенности их организации, содержания и направленности (материал для девушек)

Роль физической культуры в трудовой деятельности человека, основные причины возникновения профессиональных заболеваний и их профилактика средствами оздоровительной физической культуры

(гимнастика для людей, занятых умственной и физической деятельностью, простейшие сеансы релаксации и самомассажа, банные процедуры).

Общие представления об адаптивной физической культуре, цели, задачи и формы организации занятий, связь содержания и направленности занятий с индивидуальными показателями здоровья. Правила и требования по индивидуализации содержания самостоятельных занятий адаптивной физической культурой.

Требования техники безопасности при выполнении физических упражнений разной направленности (в условиях спортивного зала и спортивных площадок).

Основы законодательства Российской Федерации в области физической культуры, спорта, туризма, охраны здоровья (статьи, касающиеся прав и обязанностей граждан).

Физическое совершенствование оздоровительной направленностью (55 часов)

Индивидуальные комплексы упражнений адаптивной (лечебной) физической культуры, рекомендуемые в соответствии с медицинскими показаниями (нарушение зрения и осанки, плоскостопие, остеохондроз, бронхиальная астма и заболевания сердечно-сосудистой системы, частые нервно-психические перенапряжения, стрессы, головные боли; простудные заболевания и др.). Комплексы упражнений в предродовом периоде (девушки).

Атлетическая гимнастика (юноши): комплексы упражнений на общее и избирательное развитие силы мышц, «подтягивание» отстающих в своем развитии мышц и мышечных групп; комплексы упражнений на формирование гармоничного телосложения (упражнения локального воздействия по анатомическим признакам); комплексы упражнений на развитие рельефа мышц плеча, груди, спины, бедра, брюшного пресса.

Ритмическая гимнастика (девушки): стилизованные комплексы общеразвивающих упражнений на формирование точности и координации движений; танцевальные упражнения (приставной шаг, переменный шаг, шаг галопа, польки и вальса); танцевальные движения из народных танцев (каблучный шаг, тройной притоп, дробный шаг, русский переменный шаг, припадание) и современных танцев; упражнения художественной гимнастики: а) с мячом (броски и ловля мяча, отбивы мяча, перекаты

мяча, выкруты мяча), б) со скакалкой (махи и круги скакалкой, прыжки, переводы скакалки, броски скакалки), в) с обручем (хвататы, повороты, вращения, броски, прыжки, маховые движения, перекаты).

Аэробика(девушки): композиции из общеразвивающих упражнений силовой и скоростносиловой направленности, с постепенным повышением физической нагрузки (для усиления активности аэробных процессов); общеразвивающие упражнения на развитие выносливости, гибкости, координации (в т. ч. статическое и динамическое равновесие) и ритмики движений.

Способы физкультурно-оздоровительной деятельности (8 часов)

Планирование содержания и физической нагрузки во время индивидуальных оздоровительных занятий, их место в режиме дня и недели.

Выполнение простейших гигиенических сеансов самомассажа (основные приемы и последовательность их выполнения при массаже различных частей тела). Выполнение простейших приемов точечного массажа и релаксации.

Наблюдение за индивидуальным здоровьем (например, расчет «индекса здоровья» по показателям пробы Руфье), физической работоспособностью (например, по показателям пробы Р\УС/170) и умственной работоспособностью (например, по показателям таблицы Анфимова). Ведение дневника самонаблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью, состоянием здоровья и работоспособностью.

Спортивно-оздоровительная деятельность с прикладно-ориентированной физической подготовкой (133 часа)

Знания о спортивно-оздоровительной деятельности с прикладно-ориентированной физической подготовкой (4 часа)

Понятие о физической, технической и психологической подготовке. Общие представления об индивидуализации содержания и направленности тренировочных занятий (по избранному виду спорта), способы совершенствования техники в соревновательных упражнениях и повышения физической нагрузки (понятие режимов и динамики нагрузки). Особенности распределения тренировочных занятий в режиме дня и недели. Общие представления о прикладно- ориентированной физической подготовке, ее цели, задачи и формы организации, связь со спортивно-оздоровительной деятельностью.

Физическое совершенствование со спортивно-оздоровительной и прикладно-ориентированной направленностью (126 часа)

Гимнастика с основами акробатики: совершенствование техники в соревновательных упражнениях и индивидуально подобранных спортивных комбинациях (на материале основной школы); прикладные упражнения на гимнастических снарядах с грузом на плечах для юношей (ходьба по гимнастическому бревну, с поворотами и расхождением; передвижение в вися на руках по горизонтально натянутому канату и в вися на руках с захватом каната ногами; лазанье по гимнастическому канату и гимнастической стенке, опорные прыжки через препятствия). Строевые команды и приемы (юноши).

Легкая атлетика: совершенствование индивидуальной техники в соревновательных упражнениях (на материале основной школы); прикладные упражнения для юношей (кросс по пересеченной местности с использованием простейших способов

ориентирования; преодоление полосы препятствий с использованием разнообразных способов метания и переноской «пострадавшего» на спине).

Лыжные гонки: совершенствование индивидуальной техники ходьбы на лыжах (на материале основной школы); прикладные упражнения для юношей (специализированные полосы препятствий, включающие подъемы, спуски «по прямой» и «змейкой», небольшие овраги и невысокие трамплины).

Плавание: совершенствование индивидуальной техники одного из способов плавания (кроль на груди и спине; брасс); прикладные способы плавания для юношей (плавание на боку; спасение утопающего: подплывание к тонущему, освобождение рук от захватов тонущего, транспортировка тонущего; ныряние в длину; прыжок в воду способом «ногами вниз» с вышки — 3 м).

Спортивные игры: командные (игровые) виды спорта: технические приемы и командно-тактические действия в футболе (мини-футболе), баскетболе, волейболе и др.

Подготовка к соревновательной деятельности и выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне». Техническая подготовка в избранном виде спорта. Физическая подготовка средствами избранного вида спорта. Тактические действия и приемы в избранном виде спорта (индивидуальные, групповые и командные), совершенствование технических приемов и командно-тактических действий в спортивных играх (баскетболе, волейболе, мини-футболе, настольном теннисе, ручном мяче); прикладные упражнения для юношей (упражнения и технические действия, сопряженные с развитием основных психических процессов — скорость реакции, внимание, память, оперативное мышление).

Атлетические единоборства (юноши): основные средства защиты и самообороны (захваты, броски, упреждающие удары руками и ногами, действия против ударов, захватов и обхватов); упражнения страховки и само страховки при падении.

Национальные виды спорта: совершенствование техники соревновательных упражнений.

Способы спортивно-оздоровительной деятельности (3 часа)

Технология разработки планов-конспектов тренировочных занятий, планирование содержания и динамики физической нагрузки в системе индивидуальной прикладно-ориентированной и спортивной подготовки (по избранному виду спорта).

Контроль режимов физической нагрузки и их регулирование во время индивидуальных тренировочных занятий.

Тестирование специальных физических качеств по избранному виду спорта.

Требования к уровню подготовки выпускников

Выпускники должны

знать/понимать:

- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;
- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности;

уметь:

- выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной

(лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики;

- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;
- преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;
- выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки;
- осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой;

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

- повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;
- подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;
- организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях;
- активной творческой жизнедеятельности, выбора и формирования здорового образа жизни;
- понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету

Требования к оснащению учебного процесса

№	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Необходимое количество			Примечание
		Основная школа	Старшая школа		
			Базов уров.	Проф уров	
1	2	3	4	5	6
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	Стандарт среднего (полного) общего образования по физической культуре (базовый уровень)		Д		
1.3	Стандарт среднего (полного) общего образования по физической культуре (профильный уровень)			Д	

1.4	Примерная программа по физической культуре основного общего образования по физической культуре	Д			
1.5	Примерная программа по физической культуре среднего (полного) общего образования (базовый профиль)		Д		
1.6	Примерная программа по физической культуре среднего (полного) общего образования (профильный уровень)			Д	
1.7	Авторские рабочие программы по физической культуре	Д	Д	Д	
1.8	Учебник по физической культуре	К	К	К	В библиотечный фонд входят комплекты учебников, рекомендуемых или допущенных Министерством образования и науки Российской Федерации
1.9	Дидактические материалы по основам	Г	Г	Г	Комплекты разноуровневых
1	2	3	4	5	6
	разделам и темам учебного предмета «Физическая культура»				тематических заданий, дидактических карточек.
1.10	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, Олимпийскому движению	Д	Д	Д	В составе библиотечного фонда

1. 11	Методические издания по физической культуре для учителей	Д	Д		Методические пособия и рекомендации Ж. «Физическая культура в школе»
2.	ПЕЧАТНЫЕ ПОСОБИЯ				
2.1	Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности	Д			
2.2	Плакаты методические	Д	Д	Д	Комплекты плакатов по методике обучения двигательным действиям, гимнастическим комплексам, общеразвивающим и корригирующим упражнениям
2.3	Портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры спорта и Олимпийского движения	Д			
3.	ЭКРАННО-ЗВУКОВЫЕ ПОСОБИЯ				
3.1	Видеофильмы по основным разделам и темам учебного предмета «Физическая культура»	Д	Д	Д	
3.2	Аудиозаписи	Д	Д	Д	Для проведения гимнастических комплексов, обучения танцевальным движениям; проведения спортивных соревнований и физкультурных праздников

4. ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ					
4.1	Телевизор с универсальной подставкой	Д			Телевизор не менее 72 см по диагонали
4.2	Видеомагнитофон с комплектом видеокассет	Д			
1	2	3	4	5	6
4.3	Аудио-центр с системой озвучивания спортивных залов и площадок	Д			Аудио-центр с возможностью использования аудио-дисков, CD R, CD RW, MP3, а также магнитных записей
4.4.	Радиомикрофон (петличный)	Д			
4.5.	Мегафон				
4.6	Мультимедийный компьютер	Д			Тех. требования: графическая операционная система, привод для чтения-записи компакт дисков, аудио-видео входы/выходы, возможность выхода в Интернет. Оснащен акустическими колонками, микрофоном и наушниками. С пакетом прикладных программ (текстовых, табличных, графических и презентационных).
4.7	Сканер	Д			
4.8.	Принтер лазерный	Д			
4.9.	Копировальный аппарат	Д			Может входить в материально-техническое обеспечение образовательного учреждения

4.10	Цифровая видеокамера	Д			Могут входить в материально-техническое обеспечение образовательного учреждения
4.11	Цифровая фотокамера	Д			
4.12	Мультимедиапроектор	Д			
4.13	Экран (на штативе или навесной)	Д			Минимальные размеры 1,25x1,25
5.	УЧЕБНО-ПРАКТИЧЕСКОЕ ОБОРУДОВАНИЕ				
	Гимнастика				
5.1.	Стенка гимнастическая	Г	Г	Г	
5.2	Бревно гимнастическое напольное	Г			
5.3	Бревно гимнастическое высокое	Г	Г	Г	
5.4.	Козел гимнастический	Г	Г	Г	
5.5.	Конь гимнастический			Г	
5.6	Перекладина	Г	Г	Г	
1	2	3	4	5	6
	гимнастическая				
5.7.	Брусья гимнастические, разновысокие	Г	Г	Г	
5.7	Брусья гимнастические, параллельные	Г	Г	Г	
5.8.	Кольца гимнастические, с механизмом крепления		Г	Г	
5.9	Канат для лазания, с механизмом крепления	Г	Г	Г	
5.10	Мост гимнастический подкидной	Г	Г	Г	
5.11	Скамейка гимнастическая жесткая	Г	Г	Г	

5.12	Скамейка гимнастическая мягкая	Г	Г	Г	
5.13	Комплект навесного оборудования	Г	Г	Г	В комплект входят: перекладина, брусья, мишени для метания
5.14	Контейнер с набором т/а гантелей	Г			
5.15	Скамья атлетическая, вертикальная		Г	Г	
5.16	Скамья атлетическая, наклонная		Г	Г	
5.17	Стойка для штанги		Д	Д	
5.18	Штанги тренировочные		Г	Г	
5.19	Гантели наборные		Г	Г	
5.20	Вибрационный тренажер М.Ф.Агашина	Г	Г	Г	
5.21	Коврик гимнастический	К	К	К	
5.22	Станок хореографический	Г	Г	Г	
5.23	Акробатическая дорожка	Г	Г	Г	
5.24	Покрытие для борцовского ковра		Д	Д	
5.25	Маты борцовские		Г	Г	
5.26	Маты гимнастические				
5.27	Мяч набивной (1 кг, 2кг, 3 кг)	Г	Г	Г	
5.28	Мяч малый (теннисный)	К	К	К	
5.29	Скакалка гимнастическая	К	К	К	
5.30	Мяч малый (мягкий)	К	К	К	
5.31	Палка гимнастическая	К	К	К	
5.32	Обруч гимнастический	К	К	К	
5.33	Коврики массажные	Г	Г		

5.34	Секундомер настенный с защитной сеткой	Д			
1	2	3	4	5	6
5.35	Пылесос	Д	Д	Д	Для влажной уборки зала и спортивного инвентаря
5.36	Сетка для переноса малых мячей	Д	Д	Д	
	Легкая атлетика				
5.37	Планка для прыжков в высоту	Д	Д		
5.38	Стойки для прыжков в высоту	Д	Д		
5.39	Барьеры л/а тренировочные		Г	Г	
5.40	Флажки разметочные на опоре	Г			
5.41	Лента финишная	Д			
5.2	Дорожка разметочная для прыжков в длину с места	Г			
5.43	Рулетка измерительная (10м; 50м)	Д			
5.44	Номера нагрудные	Г	Г	Г	
	Спортивные игры				
5.45	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой	Д			
5.46	Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой	Г			
5.47	Мячи баскетбольные	Г	Г	Г	
5.48	Сетка для переноса и хранения мячей	Д	Д	Д	
5.49	Жилетки игровые с номерами	Г	Г	Г	

5.50	Стойки волейбольные универсальные	Д			
5.51	Сетка волейбольная	Д			
5.52	Мячи волейбольные	Г	Г	Г	
5.53	Сетка для переноски и хранения баскетбольных мячей	Д	Д	Д	
5.54	Табло перекидное	Д			
5.55	Жилетки игровые с номерами	Г	Г	Г	
5.56	Ворота для мини-футбола	Д			
5.57	Сетка для ворот мини-футбола	Д			
5.58	Мячи футбольные	Г	Г	Г	
5.59	Номера нагрудные	Г	Г	Г	
5.60	Компрессор для накачивания мячей	Д			
1	2	3	4	5	6
	Туризм				
5.61	Палатки туристские (двух местные)	Г			
5.62	Рюкзаки туристские	Г			
5.63	Комплект туристский бивуачный	Д			
	Измерительные приборы				
5.64	Пульсометр	Г	Г		
5.65	Шагомер электронный	Г	Г		
5.66	Комплект динамометров ручных	Д			
5.67	Динамометр становой	Д			
5.68	Ступенька универсальная (для степ-теста)	Г			
5.69	Тонометр автоматический	Д			
5.70	Весы медицинские с ростомером	Д	Д		
	Средства до врачебной помощи				
5.71	Аптечка медицинская	Д	Д		

	Дополнительный инвентарь				
5.80	Доска аудиторная с магнитной поверхностью	Д			Доска должна быть передвижная и легко перемещаться по спортивному залу
6.	СПОРТИВНЫЕ ЗАЛЫ				
6.1	Спортивный зал игровой				С раздевалками для мальчиков и девочек (шкафчики, мягкие гимнастические скамейки, коврики), душевыми для мальчиков и девочек, туалетами для мальчиков и девочек.
6.2	Спортивный зал гимнастический				С раздевалками для мальчиков и девочек (шкафчики, мягкие гимнастические скамейки, коврики), душевыми для мальчиков и девочек, туалетами для мальчиков и девочек.
6.3	Зоны рекреации				Для проведения динамических пауз (перемен)
1	2	3	4	5	6
6.4	Кабинет учителя				Включает в себя: рабочий стол, стулья, сейф, шкафы книжные (полки), шкаф для одежды
6.5	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования				Включает в себя: стеллажи, контейнеры
7.	ПРИШКОЛЬНЫЙ СТАДИОН (ПЛОЩАДКА)				
7.1	Легкоатлетическая дорожка	Д			
7.2	Сектор для прыжков в длину	Д			
7.3	Сектор для прыжков в высоту	Д			

7.4	Игровое поле для футбола (мини-футбола)	Д			
7.5	Площадка игровая баскетбольная	Д			
7.6	Площадка игровая волейбольная	Д			
7.7	Гимнастический городок	Д	Д		
7.8	Полоса препятствий	Д	Д		
7.9	Лыжная трасса	Д			Включающая небольшие отлогие склоны
7.10	Комплект шансовых инструментов для подготовки мест занятий на спортивном стадионе	Д			