Краснодарский край Мостовский район станица Губская

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа № 10 станицы Губской

муниципального образования Мостовский район

УТВЕРЖДЕНО

решением педагогического совета

от \_\_\_\_\_\_ 2015 года протокол № 1

Председатель \_\_\_\_\_\_ Н.М.Брежнева

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре

Уровень образования (класс) - основное общее образование, 10 – 11 классы

Количество часов – 204 ч. (102 ч. в год, 3 часа в неделю)

Учитель - Патугин Валерий Валентинович

Рабочая программа разработана на основе программы общеобразовательных учреждений «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича. (М.: Просвещение, 2010).

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА  
к рабочей программе по физической культуре  
для учащихся 10 – 11 классов**

Рабочая программа разработана на основе программы общеобразовательных учреждений «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича. (М.: Просвещение, 2010).

Задачи физического воспитания учащихся 10 – 11 классов направлены на:

* Содействие гармоничному физическому развитию, выработку умений использовать физические упражнения. Гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояние стрессам;
* Формирование общественных и личностных представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физиологической подготовленности;
* Расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях;
* Дальнейшее развитие кондиционных (силовых, скоростно–силовых, выносливости, скорости и гибкости) и координационных (быстроты, перестроение двигательных действий, согласования, способностей к произвольному расслаблению мышц, вестибулярной устойчивости и др.) способностей;
* Формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значении занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, выполнении функции отцовства и материнства, подготовку к службе в армии;
* Закрепление потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и избранным видам спорта;
* Формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, коллективизма, развитие целеустремленности, уверенности, выдержки, самообладания;
* Дальнейшее развитие психических процессов и обучение основам психической регуляции.

**Место учебного предмета в учебном плане**

Рабочая программа 10 – 11 классов рассчитана на 204 ч (по 3 ч в неделю).

**ТАБЛИЦА ТЕМАТИЧЕСКОГО РАСПРЕДЕЛЕНИЯ ЧАСОВ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | Вид программного материала | **Количество часов (уроков )** | | | | | |
| **класс** | | | | | |
| **Авторская программа** | | | **Рабочая программа** | | |
| **7** | **8** | **9** | **7** | **8** | **9** |
| **1.1** | Базовая часть | **75** | **75** | **75** | **102** | **102** | **102** |
| **1.2** | Основы знаний о физической культуре | **В процессе уроков** | | | | | |
| **1.3** | Спортивные игры | **18** | **18** | **18** | **30** | **30** | **30** |
| **1.4** | Гимнастика с элементами акробатики | **18** | **18** | **18** | **18** | **18** | **18** |
| **1.5** | Легкоатлетические упражнения | **21** | **21** | **21** | **30** | **30** | **30** |
| **1.6** | Лыжная подготовка | **18** | **18** | **18** | **-** | **-** | **-** |
| **1.7** | Кроссовая подготовка | **-** | **-** | **-** | **24** | **24** | **24** |
| **1.8** | Элементы единоборства | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** |
| **1.9** | Плавание | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** |
| **2** | **Вариативная часть** | **27** | **27** | **27** | **-** | - | - |
| **2.1** | Связанный с региональными и национальными особенностями | **15** | **15** | **15** | **-** | **-** | **-** |
| **2.2** | По выбору учителя, учащихся, определяемый самой школой, по углубленному изучению одного или нескольких видов спорта | **12** | **12** | **12** | **-** | **-** | **-** |
|  | ИТОГО | **102** | **102** | **102** | **102** | **102** | **102** |

Для реализации программного содержания в учебном процессе используется следующий учебник:

В. И. Лях, А. А. Зданевич «Физическая культура 10 -11 классы» М.: Просвещение, 2013.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**10 класс. 3 часа в неделю, всего 102 ч.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | **Раздел** | **Тама** |
| 1 | **Легкая атлетика 15 ч** | Правила безопасности. Подтягивание в висе. |
| Обучение низкому старту. Бег 100 м. |
| Закрепление низкого старта и стартового разгона. Бег 100 м. |
| Совершенствование низкого старта и стартового разгона. Бег 100 м. Медленный бег 4 мин. |
| Обучение разбегу в прыжках в длину. Бег 100 м. |
| Контрольный урок – бег 100 м. |
| Обучение отталкиванию в прыжках в длину. Медленный бег 5 мин. |
| Обучение приземлению в прыжках в длину. |
| Контрольный урок – прыжок в длину с разбега. |
| Обучение технике прыжка в высоту способом «перешагивания». |
| Закрепление техники прыжка в высоту способом «перешагивания». |
| Совершенствование техники прыжка в высоту способом «перешагивания». |
| Обучение технике метания гранаты на дальность. Бег 1500 м. |
| Закрепление техники метания гранаты на дальность. Бег 2000 м. |
| Совершенствование техники метания гранаты на дальность. Бег 2000 м. |
| 2 | **Кроссовая подготовка 12ч.** | Обучение старту группой. Бег по пересечённой местности 2км – Д; 3 км – Ю. |
| Закрепление старта группой. Бег по пересечённой местности 2км – Д; 3 км – Ю. |
| Совершенствование старта группой. Бег по пересечённой местности 2км.- Д;3км.–Ю. |
| Обучение тактике бега (распределение сил по дистанции). Бег 3 км. -Д; 4км.-Ю. |
| Закрепление тактики бега (распределение сил по дистанции). Бег 3 км. -Д; 4км.-Ю. |
| Совершенствование тактики бега (распределение сил по дистанции). Бег 3 км .-Д; 4км.-Ю. |
| Обучение тактике бега «обгон». Бег 4 км.- Д; 5км. – Ю. |
| Закрепление тактики бега «обгон». Бег 4км. – Д; 5км. – Ю. |
| Совершенствование тактики бега «обгон». Бег 4км. – Д; 5км. – Ю. |
| Обучение тактике бега «финиширование». Бег 4км. – Д; 5км. – Ю. |
| Закрепление тактики бега «финиширование». Бег 4км. – Д; 5км. – Ю. |
| Совершенствование тактики бега «финиширование». Бег 4 км.- Д; 5км. – Ю. |
| 3 | **Волейбол 15 ч.** | Правила поведения в спортзале. Обучение технике передвижения, остановок, поворотов и стоек. |
| Ф и С – одно из средств всестороннего развития личности. Обучение передаче мяча сверху двумя руками на месте и после перемещений. |
| Совершенствование приема мяча снизу двумя руками. Совершенствование передач мяча сверху двумя руками на месте и после перемещений. |
| Совершенствование приема мяча снизу двумя руками. Совершенствование передач мяча сверху двумя руками на месте и после перемещений. |
| Совершенствование передач мяча над собой и во встречных колонах. Совершенствование перемещений. Учебная игра. |
| Совершенствование передач мяча над собой и во встречных колонах. Учебная игра. |
| Совершенствование передач мяча над собой и во встречных колонах. Учебная игра. |
| Совершенствование верхней прямой подаче. Совершенствование передач мяча над собой и во встречных колонах. Учебная игра. |
| Совершенствование верхней прямой подаче. Совершенствование передач мяча над собой и во встречных колонах. Учебная игра. |
| Совершенствование приема мяча отраженного сеткой. Учебная игра. |
| Совершенствование приема мяча отраженного сеткой. Учебная игра. |
| Обучение блокированию нападающего удара. Учебная игра. |
| Закрепление прямого нападающего удара. Совершенствование одиночного блокирования нападающего удара. Учебная игра. |
|  |  | Совершенствование нападающего удара. Совершенствование одиночного блокирования нападающего удара. Учебная игра. |
| Контрольный урок – прямой нападающий удар. Учебная игра. |
| 4 | **Баскетбол 6 ч.** | Обучение технике ведения мяча с изменением направления и скорости движения. Двухсторонняя игра. Меры безопасности. |
| Самоконтроль и дозировка нагрузки. Закрепление техники ведения мяча при сближении с соперником. Двухсторонняя игра. |
| Совершенствование техники ведения мяча при сближении с соперником. Двухсторонняя игра. |
| Обучение ловле и передаче мяча от груди в движении. Совершенствование техники ведения мяча при сближении с соперником. Двухсторонняя игра. |
| Закрепление ловли и передачи мяча в движении. Двухсторонняя игра. |
| Совершенствование бросков мяча в корзину после ведения. Двухсторонняя игра. |
| 5 | **Баскетбол 9 ч.** | Техника ведения мяча с изменением направления и скорости движения. |
| Ведение мяча при сближении с соперником. Учебная игра. |
| Броски мяча в корзину в движении. Учебная игра. |
| Штрафной бросок. Учебная игра. |
| Взаимодействие игроков в нападении. Учебная игра. |
| Взаимодействие игроков в нападении. Учебная игра. |
| Взаимодействие игроков в защите. Учебная игра. |
| Взаимодействие игроков в защите. Учебная игра. |
| Контрольный урок – бросок мяча в корзину после ведения. Учебная игра. |
| 6 | **Гимнастика 18 ч.** | Меры безопасности на уроках гимнастики. Подъём в упор силой на перекладине (Ю); толчком ног подъём в упор (Д). |
| Самоконтроль при занятиях гимнастическими упражнениями. Подъём в упор силой на перекладине (Ю); толчком ног подъём в упор (Д). |
| Подъём переворотом в упор (Ю); толчком двух ног вис углом (Д). |
| Подъём переворотом в упор (Ю); толчком двух ног вис углом (Д). |
| Контрольный урок – подъём переворотом в упор (Ю); толчком двух ног вис углом (Д). |
| Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (Ю); равновесие на нижней жерди (Д). |
| Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (Ю); равновесие на нижней жерди (Д). |
| Стойка на плечах из седа ноги врозь на брусьях (Ю); упор присев на одной, махом соскок (Д). |
| Контрольный урок – стойка на плечах из седа ноги врозь на брусьях (Ю); упор присев на одной, махом соскок (Д) |
| Акробатика. Длинный кувырок через препятствие высотой 90 см. (Ю); сед углом (Д). |
| Кувырок назад через стойку на руках (Ю); стойка на лопатках (Д). |
| Кувырок назад через стойку на руках (Ю); стойка на лопатках (Д). |
| Контрольный урок – кувырок назад через стойку на руках (Ю); стойка на лопатках (Д). |
| Стойка на руках с помощью (Ю); кувырок назад в полу шпагат.(Д). |
| Стойка на руках с помощью (Ю); кувырок назад в полу шпагат.(Д). |
| Опорный прыжок. Прыжок ноги врозь через коня в длину – Ю; прыжок углом с разбега (конь в ширину) – Д. |
| Опорный прыжок. Прыжок ноги врозь через коня в длину – Ю; прыжок углом с разбега (конь в ширину) – Д. |
| Контрольный урок – опорный прыжок ноги врозь через коня в длину – Ю; прыжок углом с разбега (конь в ширину) – Д. |
| 7 | **Кроссовая подготовка 3 ч.** | Доврачебная помощь при травмах. Старт группой. Кросс 2 км.- Д; 3 км. – Ю. |
| Бег в гору и под гору. Кросс 2 км.- Д; 3 км. – Ю. |
| Бег в гору и под гору. Кросс 2,5 км.- Д; 3,5 км. – Ю. |
| 8 | **Кроссовая подготовка 9 ч.** | Обучение тактике бега (распределение сил по дистанции). Бег 2 км. – Д; 3 км. – Ю. |
| Закрепление тактики бега (распределение сил по дистанции). Бег 2 км. – Д; 3 км. – Ю. |
| Совершенствование тактики бега (распределение сил по дистанции). Бег 2 км. – Д; 3 км. – Ю. |
| Обучение тактике бега (обгон). Бег 3 км – Д; 4 км. – Ю. |
| Закрепление тактики бега (обгон). Бег 3 км. (Д); 4 км. (Ю) |
| Совершенствование тактики бега (обгон). Бег 3 км. (Д); 4 км. (Ю) |
| Обучение тактики бега (лидирование). Бег 4 км. (Д); 5 км. (Ю) |
| Обучение тактике бега (финиширование). Бег 4 км. (Д); 5 км. (Ю) |
| Контрольный урок – кросс 2 км. (Д); 3 км. (Ю). |
| 9 | **Легкая атлетика 15 ч.** | Меры безопасности. Обучение низкому старту. Бег 100 м. |
| Закрепление техники низкого старта. Бег 100 м. |
| Совершенствование техники низкого старта и стартового разгона. Бег 100 м. |
| Контрольный урок – бег 100 м. |
| Обучение приземлению в прыжках в длину. Медленный бег 5 мин. |
| Обучение разбегу в прыжках в длину. Медленный бег 5 мин. |
| Обучение отталкиванию в прыжках в длину. Медленный бег 6 мин. |
| Закрепление техники прыжка в длину. |
| Совершенствование техники прыжка в длину. |
| Контрольный урок – прыжок в длину с разбега. |
| Обучение технике метания гранаты на дальность. Бег 1500 м. |
| Закрепление техники метания гранаты на дальность. Бег 1500 м. |
| Совершенствование техники метания гранаты на дальность. Бег 1500 м. |
| Совершенствование техники метания гранаты на дальность. Бег 1500 м. |
| Контрольный урок – метания гранаты на дальность |

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**11 класс. 3 часа в неделю, всего 102 ч.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | **Раздел** | **Тама** |
| 1 | **Легкая атлетика 15 ч** | Правила безопасности. Подтягивание в висе. |
| Совершенствование низкого старта. Бег 100 м. |
| Совершенствование низкого старта и стартового разгона. Бег 100 м. |
| Совершенствование низкого старта и стартового разгона. Бег 100 м. Медленный бег 4 мин. |
| Совершенствование разбега в прыжках в длину. Бег 100 м. |
| Контрольный урок – бег 100 м. |
| Совершенствование отталкивания в прыжках в длину. Медленный бег 5 мин. |
| Совершенствование приземления в прыжках в длину. |
| Контрольный урок – прыжок в длину с разбега. |
| Совершенствование техники прыжка в высоту способом «перешагивания». |
| Совершенствование техники прыжка в высоту способом «перешагивания». |
| Совершенствование техники прыжка в высоту способом «перешагивания». |
| Совершенствование техники метания гранаты на дальность. Бег 1500 м. |
| Совершенствование техники метания гранаты на дальность. Бег 2000 м. |
| Совершенствование техники метания гранаты на дальность. Бег 2000 м. |
| 2 | **Кроссовая подготовка 12ч.** | Совершенствование старта группой. Бег по пересечённой местности 2км – Д; 3 км – Ю. |
| Совершенствование старта группой. Бег по пересечённой местности 2км – Д; 3 км – Ю. |
| Совершенствование старта группой. Бег по пересечённой местности 2км.- Д;3км.–Ю. |
| Совершенствование тактики бега (распределение сил по дистанции). Бег 3 км. -Д; 4км.-Ю. |
| Совершенствование тактики бега (распределение сил по дистанции). Бег 3 км. -Д; 4км.-Ю. |
| Совершенствование тактики бега (распределение сил по дистанции). Бег 3 км .-Д; 4км.-Ю. |
| Совершенствование тактики бега «обгон». Бег 4 км.- Д; 5км. – Ю. |
| Совершенствование тактики бега «обгон». Бег 4км. – Д; 5км. – Ю. |
| Совершенствование тактики бега «обгон». Бег 4км. – Д; 5км. – Ю. |
| Совершенствование тактики бега «финиширование». Бег 4км. – Д; 5км. – Ю. |
| Совершенствование тактики бега «финиширование». Бег 4км. – Д; 5км. – Ю. |
| Совершенствование тактики бега «финиширование». Бег 4 км.- Д; 5км. – Ю. |
| 3 | **Волейбол 15 ч.** | Правила поведения в спортзале. Совершенствование техники передвижения, остановок, поворотов и стоек. |
| Ф и С – одно из средств всестороннего развития личности. Совершенствование передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещений. |
| Совершенствование приема мяча снизу двумя руками. Совершенствование передач мяча сверху двумя руками на месте и после перемещений. |
| Совершенствование приема мяча снизу двумя руками. Совершенствование передач мяча сверху двумя руками на месте и после перемещений. |
| Совершенствование передач мяча над собой и во встречных колонах. Совершенствование перемещений. Учебная игра. |
| Совершенствование передач мяча над собой и во встречных колонах. Учебная игра. |
| Совершенствование передач мяча над собой и во встречных колонах. Учебная игра. |
| Совершенствование верхней прямой подачи. Совершенствование передач мяча над собой и во встречных колонах. Учебная игра. |
| Совершенствование верхней прямой подачи. Совершенствование передач мяча над собой и во встречных колонах. Учебная игра. |
| Совершенствование приема мяча отраженного сеткой. Учебная игра. |
| Совершенствование приема мяча отраженного сеткой. Учебная игра. |
| Совершенствование блокирования нападающего удара. Учебная игра. |
| Совершенствование прямого нападающего удара. Совершенствование одиночного блокирования наподдающего удара. Учебная игра. |
|  |  | Совершенствование нападающего удара. Совершенствование одиночного блокирования наподдающего удара. Учебная игра. |
| Контрольный урок – прямой нападающий удар. Учебная игра. |
| 4 | **Баскетбол 6 ч.** | Совершенствование техники ведения мяча с изменением направления и скорости движения. Двухсторонняя игра. Меры безопасности. |
| Самоконтроль и дозировка нагрузки. Совершенствование ведения мяча при сближении с соперником. Двухсторонняя игра. |
| Совершенствование техники ведения мяча при сближении с соперником. Двухсторонняя игра. |
| Совершенствование ловли и передачи мяча от груди в движении. Совершенствование техники ведения мяча при сближении с соперником. Двухсторонняя игра. |
| Совершенствование ловли и передачи мяча в движении. Двухсторонняя игра. |
| Совершенствование бросков мяча в корзину после ведения. Двухсторонняя игра. |
| 5 | **Баскетбол 9 ч.** | Совершенствование техники ведения мяча с изменением направления и скорости движения. |
| Ведение мяча при сближении с соперником. Учебная игра. |
| Броски мяча в корзину в движении. Учебная игра. |
| Штрафной бросок. Учебная игра. |
| Взаимодействие игроков в нападении. Учебная игра. |
| Взаимодействие игроков в нападении. Учебная игра. |
| Взаимодействие игроков в защите. Учебная игра. |
| Взаимодействие игроков в защите. Учебная игра. |
| Контрольный урок – бросок мяча в корзину после ведения. Учебная игра. |
| 6 | **Гимнастика 18 ч.** | Меры безопасности на уроках гимнастики. Подъём в упор силой на перекладине (Ю); толчком ног подъём в упор (Д). |
| Самоконтроль при занятиях гимнастическими упражнениями. Подъём в упор силой на перекладине (Ю); толчком ног подъём в упор (Д). |
| Подъём переворотом в упор (Ю); толчком двух ног вис углом (Д). |
| Подъём переворотом в упор (Ю); толчком двух ног вис углом (Д). |
| Контрольный урок – подъём переворотом в упор (Ю); толчком двух ног вис углом (Д). |
| Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (Ю); равновесие на нижней жерди (Д). |
| Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (Ю); равновесие на нижней жерди (Д). |
| Стойка на плечах из седа ноги врозь на брусьях (Ю); упор присев на одной, махом соскок (Д). |
| Контрольный урок – стойка на плечах из седа ноги врозь на брусьях (Ю); упор присев на одной, махом соскок (Д) |
| Акробатика. Длинный кувырок через препятствие высотой 90 см. (Ю); сед углом (Д). |
| Кувырок назад через стойку на руках (Ю); стойка на лопатках (Д). |
| Кувырок назад через стойку на руках (Ю); стойка на лопатках (Д). |
| Контрольный урок – кувырок назад через стойку на руках (Ю); стойка на лопатках (Д). |
| Стойка на руках с помощью (Ю); кувырок назад в полу шпагат.(Д). |
| Стойка на руках с помощью (Ю); кувырок назад в полу шпагат.(Д). |
| Опорный прыжок ноги врозь через коня в длину – Ю; прыжок углом с разбега (конь в ширину) – Д. |
| Опорный прыжок ноги врозь через коня в длину – Ю; прыжок углом с разбега (конь в ширину) – Д. |
| Контрольный урок – опорный прыжок ноги врозь через коня в длину – Ю; прыжок углом с разбега (конь в ширину) – Д. |
| 7 | **Кроссовая подготовка 3 ч.** | Доврачебная помощь при травмах. Старт группой. Кросс 2 км.- Д; 3 км. – Ю. |
| Бег в гору и под гору. Кросс 2 км.- Д; 3 км. – Ю. |
| Бег в гору и под гору. Кросс 2,5 км.- Д; 3,5 км. – Ю. |
| 8 | **Кроссовая подготовка 9 ч.** | Тактика бега (распределение сил по дистанции). Бег 2 км. – Д; 3 км. – Ю. |
| Тактика бега (распределение сил по дистанции). Бег 2 км. – Д; 3 км. – Ю. |
| Тактика бега (распределение сил по дистанции). Бег 2 км. – Д; 3 км. – Ю. |
| Тактика бега (обгон). Бег 3 км. – Д; 4 км. – Ю. |
| Тактика бега (обгон). Бег 3 км. (Д); 4 км. (Ю) |
| Тактика бега (обгон). Бег 3 км. (Д); 4 км. (Ю) |
| Тактика бега (лидирование). Бег 4 км. (Д); 5 км.  (Ю) |
| Тактика бега (финиширование). Бег 4 км. (Д); 5 км. (Ю) |
| Контрольный урок – кросс 2 км. (Д); 3 км. (Ю). |
| 9 | **Легкая атлетика 15 ч.** | Меры безопасности. Низкий старт. Бег 100 м. |
| Техника низкого старта и стартового разгона. Бег 100 м. |
| Совершенствование техники низкого старта и стартового разгона. Бег 100 м. |
| Контрольный урок – бег 100 м. |
| Совершенствование приземления в прыжках в длину с разбега. Медленный бег 5 мин. |
| Совершенствование разбега в прыжках в длину. Медленный бег 5 мин. |
| Совершенствование отталкивания в прыжках в длину. Медленный бег 6 мин. |
| Совершенствование техники прыжка в длину. |
| Совершенствование техники прыжка в длину. |
| Контрольный урок – прыжок в длину с разбега. |
| Совершенствование техники метания гранаты на дальность. Бег 1500 м. |
| Совершенствование техники метания гранаты на дальность. Бег 1500 м. |
| Совершенствование техники метания гранаты на дальность. Бег 1500 м. |
| Совершенствование техники метания гранаты на дальность. Бег 1500 м. |
| Контрольный урок – метания гранаты на дальность |

**УЧЕБНО - МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО - ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРЦЕССА 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 | Авторские рабочие программы по физической культуре | Д |
| 1.4 | Учебник по физической культуре | Г | В библиотечный фонд входят комплекты учебников, рекомендованных или допущенных Министерством образования и науки Российской Федерации |
| 1.5 | Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению | Д | В составе библиотечного фонда |
| 1.6 | 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 | Д |  |
| 2.2 | Плакаты методические | Д | Комплекты плакатов по методике обучения двигательным действиям, гимнастическим комплексам, общеразвивающим и корригирующим упражнениям |
| 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 |  |
| 4.7 | Ворота, трансформируемые для гандбола и мини-футбола | Д |  |
| 4.8 | Бревно гимнастическое напольное | Д |  |
| 4.9 | Перекладина гимнастическая пристенная | Д |  |
| 4.10 | Канат для лазания | Д |  |
| 4.11 | Обручи гимнастические | Г |  |
| 4.12 | Комплект матов гимнастических | Г |  |
| 4.13 | Перекладина навесная универсальная | Д |  |
| 4.14 | Набор для подвижных игр | К |  |
| 4.15 | Аптечка медицинская | Д |  |
| 4.16 | Спортивный туризм (палатки, рюкзаки, спальные мешки и др.) | Г |  |
| 4.17 | Стол для настольного тенниса | Д |  |
| 4.18 | Комплект для настольного тенниса | Г |  |
| 4.19 | Мячи футбольные | Г |  |
| 4.20 | Мячи баскетбольные | Г |  |
| 4.21 | Мячи волейбольные | Г |  |
| 4.22 | Сетка волейбольная | Д |  |
| 4.23 | Оборудование полосы препятствий | Д |  |
| 5 | Спортивные залы (кабинеты) | | |
| 5.1 | Спортивный зал игровой (гимнастический) |  | С раздевалками для мальчиков и девочек |
| 5.2 | Кабинет учителя |  | Включает в себя: рабочий стол, стулья, шкаф книжный (полки), |
| 5.3 | 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 |  |
| 6.5 | Полоса препятствий | Д |  |
| 6.6 | Дистанция для кросса | Д |  |

**Список**

**УМК по предмету**

**«Физическая культура»**

1. *Каинов, А. Н.* Методические рекомендации при планировании прохождения материала по физической культуре в общеобразовательных учреждениях на основе баскетбола (программа А. П. Матвеева) / А. Н. Каинов. – Волгоград : ВГАФК, 2003. – 68 с.

2. *Каинов, А. Н.* Методические рекомендации планирования прохождения материала по предмету «Физическая культура» в основной школе на основе баскетбола : программа В. И. Ляха, А. А. Зданевича / А. Н. Каинов, Н. В. Колышкина. – Волгоград : ВГАФК, 2005. – 52 с.

3. *Лях, В. И.* Комплексная программа физического воспитания учащихся : 1–11 классы / В. И. Лях, А. А. Зданевич // Физкультура в школе. – 2004. – № 1–8.

4. *Лях, В. И.* Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов / В. И. Лях, А. А. Зданевич. – М. : Просвещение, 2008 г.

5. *Настольная* книга учителя физической культуры / авт.-сост. Г. И. Погадаев ; под ред. Л. Б. Кофмана. – М. : Физкультура и спорт, 1998. – 496 с.

6. *Настольная* книга учителя физической культуры : справ.-метод. пособие / сост. Б. И. Мишин. – М. : ООО «Изд-во АСТ» : ООО «Изд-во Астрель», 2003. – 526 с.

7. *Оценка* качества подготовки выпускников средней (полной) школы по физической культуре / авт.-сост. А. П. Матвеев, Т. В. Петрова. – М. : Дрофа, 2001. – 128 с.

8. *Пояснительная* записка к федеральному базисному учебному плану и примерный учебный план для общеобразовательных учреждений РФ // Физкультура в школе. – 2006. – № 6.

9. *Физическое* воспитание учащихся 10–11 классов : пособие для учителя / под ред. В. И. Ляха, Г. Б. Мейксона. – М. : Просвещение, 1998. – 112 с.

10.*Виленский, М. Я.* Физическая культура. 5–7 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / М. Я. Виленский, Т. Ю. Торочкова, И. М. Туревский ; под общ. ред. М. Я. Виленского. – М. : Просвещение, 2013 г.

11.*Лях, В. И.* Физическая культура. 8–9 кл. : учеб. для общеобразоват. учреждений / В. И. Лях, А. А. Зданевич ; под общ. ред. В. И. Ляха. – М. : Просвещение, 2013 г.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  Протокол заседания методического объединения учителей \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  МБОУ СОШ 10 станицы Губской  от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2015 года № 1  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_  подпись руководителя МО Ф.И.О. |  | СОГЛАСОВАНО  Заместитель директора по УР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_  подпись Ф.И.О.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2015 года |