

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ГЛЕБОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
(МОУ «Глебовская СОШ»)

УТВЕРЖДАЮ

директор школы

О.В. Жукова
«30» 08.2018 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по внеурочной деятельности
«Класс – команда»
(физкультурно-спортивное оздоровительное
направление)

на 2018 – 2019 учебный год
6В класс

Учитель: Феоктистова Ирина Борисовна

РАССМОТРЕНО

на заседании ШМО учителей
физической культуры и ОБЖ

Протокол от «28» августа 18 г.

№ 1 Ф.И.О. Ирина Борисовна

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора по ВР

Ф.И.О.
«29» августа 18 г.

п. Глебовский
2018г.

Пояснительная записка.

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Класс – команда» (физкультурно-спортивное оздоровительное направление) разработана в соответствии:

- с требованиями Федерального государственного образовательного Стандарта основного общего образования (базовый уровень), утвержденного приказом Минобразования и науки РФ №1897 от 17.12.2010;
- с авторской программой курса «Физическая культура. 5-9 классы» для учащихся общеобразовательных учреждений **В.И. Ляха, А.А. Зданевича** (М.: Просвещение, 2012 г.);
- рабочей программы по учебнику В.И. Ляха автор составитель Р. Р. Хайрутдинов. - Волгоград: Учитель, 2013 г.
- комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы В. И. Лях, А.А. Зданевич, М. Просвещение, 2008г.
- с особенностями учебного плана МОУ «Глебовская СОШ» образовательных потребностей и запросами обучающихся.

Место учебного предмета в учебном плане.

На курс ««Класс – команда» в 6 классе отводится 34 часа (1 час в неделю).

Федеральный базисный учебный план для образовательных учреждений Российской Федерации отводит 34 часа для внеурочной деятельности «Спортивные игры» на этапе основного образования. Рабочая программа «Класс – команда» рассчитана на 34 учебных часа.

Планируемые результаты освоения обучающимися программы по внеурочной деятельности

Уважение к Отечеству, к прошлому и настоящему многонационального народа России; осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к истории, культуре, традициям и ценностям Российского народа на примере истории национальных видов спорта и народных игр.

Сформированность патриотического сознания и гражданской позиции личности.

Освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.

Сформированность положительной мотивации и устойчивого учебно-познавательного интереса к учебному предмету «Физическая культура».

Сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметные.

Способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиск средств ее осуществления;

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

Понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

Определять общую цель и пути ее достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

Систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах;

Регулятивные универсальные учебные действия.

Самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

Оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;

Осуществлять самоконтроль, самооценку, принимать решения и осознанно делать выбор в учебной и познавательной деятельности.

Познавательные универсальные учебные действия.

Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы;

Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот;

Владеть культурой активного использования информационно – поисковых систем.

Коммуникативные универсальные учебные действия.

организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;

осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.

Предметные.

Обучающийся научится:

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;
- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- разрабатывать содержание самостоятельных занятий с физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
- классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;
- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;

- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять легкоатлетические действия (бег, прыжки, метания и броски мячей);
- выполнять передвижения на лыжах различными способами, демонстрировать технику последовательного чередования их в процессе прохождения тренировочных дистанций; выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона;
- выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол, баскетбол и лапту в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Обучающийся получит возможность научиться:

- характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;
- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;
- вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, обеспечивать их оздоровительную направленность;
- выполнять комплексы упражнений адаптивной физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных отклонений в показателях здоровья;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;
- выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

Содержание учебного курса

Физическая культура как область знаний

История и современное развитие физической культуры

Олимпийские игры древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения. Олимпийское движение в России. Современные Олимпийские игры. Физическая культура в современном обществе. Организация и проведение пеших туристических походов. Требования техники безопасности и бережного отношения к природе.

Современное представление о физической культуре (основные понятия)

Физическое развитие человека. Физическая подготовка, ее связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств. Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств. Техника движений и ее основные показатели. Спорт и спортивная подготовка. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне».

Физическая культура человека

Здоровье и здоровый образ жизни. Коррекция осанки и телосложения. Контроль и наблюдение за состоянием здоровья, физическим развитием и физической подготовленностью. Требования безопасности и первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой

Подготовка к занятиям физической культурой (выбор мест занятий, инвентаря и одежды, планирование занятий с разной функциональной направленностью). Подбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток, физкультпауз, коррекции осанки и телосложения. Составление планов и самостоятельное проведение занятий спортивной подготовкой, прикладной физической подготовкой с учетом индивидуальных показаний здоровья и физического развития. Организация досуга средствами физической культуры.

Оценка эффективности занятий физической культурой

Самонаблюдение и самоконтроль. Оценка эффективности занятий. Оценка техники осваиваемых упражнений, способы выявления и устранения технических ошибок. Измерение резервов организма (с помощью простейших функциональных проб).

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность

Комплексы упражнений для оздоровительных форм занятий физической культурой. Комплексы упражнений современных оздоровительных систем физического воспитания, ориентированных на повышение функциональных возможностей организма, развитие основных физических качеств. Индивидуальные комплексы адаптивной физической культуры (при нарушении опорно-двигательного аппарата, центральной нервной системы, дыхания и кровообращения, при близорукости).

Спортивно-оздоровительная деятельность

Гимнастика с основами акробатики: организующие команды и приемы. Акробатические упражнения и комбинации. Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах (опорные прыжки, упражнения на гимнастическом бревне (девочки), упражнения на перекладине (мальчики), упражнения и комбинации на гимнастических брусьях, упражнения на параллельных брусьях (мальчики), упражнения на разновысоких брусьях (девочки)). Ритмическая гимнастика с элементами хореографии (девочки). Легкая атлетика: беговые упражнения. Прыжковые упражнения. Упражнения в метании малого мяча. Спортивные игры: технико-тактические действия и приемы игры в футбол, мини-футбол, волейбол, баскетбол. Правила спортивных игр. Игры по правилам. Национальные виды спорта: технико-тактические действия и правила.

Прикладно-ориентированная физкультурная деятельность

Прикладная физическая подготовка: ходьба, бег и прыжки, выполняемые разными способами в разных условиях; лазание, перелезание, ползание; метание малого мяча по движущейся мишени; преодоление препятствий разной сложности; передвижение в висах и упорах. Полосы препятствий, включающие разнообразные прикладные упражнения. Общехищическая подготовка. Упражнения, ориентированные на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости, ловкости). Специальная физическая подготовка. Упражнения, ориентированные на развитие специальных физических качеств, определяемых базовым видом спорта (гимнастика с основами акробатики, легкая атлетика, спортивные игры).

Оценка эффективности занятий физической культурой. Самонаблюдение и самоконтроль. Субъективные и объективные показатели самочувствия. Измерение резервов организма и состояния здоровья с помощью функциональных проб.

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». Страницы истории ГТО – прошлое и настоящее. Задачи и цели комплекса ГТО. Нормативы ГТО – как правильно выполнять. Подготовка к сдаче нормативов. Регистрация на сайте ГТО. Знают когда и зачем разработан и внедрён комплекс ГТО. Самостоятельно регистрируются на сайте ГТО. Ориентируются в нормативах ГТО. Умеют организовать самостоятельные занятия по тренировке тестовых упражнений. Соблюдают технику безопасности при занятиях физкультурой.

Лёгкая атлетика.

Беговые упражнения

Высокий старт от 15 до 30 м. Бег с ускорением от 30 до 50 м. Скоростной бег до 50 м. Бег на результат 60 м. Высокий старт от 30 до 40 м. Бег с ускорением от 40 до 60 м. Скоростной бег до 60 м. Бег на результат 60. **ГТО – Бег на 30, 60 м.** Овладение техникой длительного бега.

Прыжковые упражнения

Овладение техникой прыжка в длину с места. Прыжки в длину с 9—11 шагов разбега. **ГТО – прыжок в длину с места, прыжок в длину с разбега.** Овладение техникой прыжка в длину с разбега.

Развитие выносливости.

Кросс до 15 мин, бег с препятствиями и на местности, минутный бег, эстафеты, круговая тренировка. **ГТО – кросс на 1 км по пересечённой местности**

Развитие скоростно-силовых способностей.

Всевозможные прыжки и многоскоки, метания в цель и на дальность разных снарядов из разных исходных положений, толчки и броски набивных мячей весом до 3 кг с учётом возрастных и половых особенностей.

Развитие скоростных способностей.

Эстафеты, старты из различных исходных положений, бег с ускорением, с максимальной скоростью.

Гимнастика.

Развитие силовых способностей и силовой выносливости.

Лазанье по канату, гимнастической лестнице. Подтягивания, упражнения в висах и упорах, с гантелями, набивными мячами, поднимание туловища из положения лёжа на спине за 1 мин

ГТО – подтягивание из виса на высокой перекладине (мальчики), подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине (девочки), сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу, поднимание туловища из положения лёжа на спине за 1 мин.

Развитие гибкости.

Общеразвивающие упражнения с повышенной амплитудой для плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов и позвоночника. Упражнения с партнёром, акробатические, на гимнастической стенке. Упражнения с предметами

ГТО – наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на полу.

Спортивные игры.

Баскетбол.

Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.

Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение). Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.

Освоение техники ведения мяча.

Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости; ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости; ведение с пассивным сопротивлением защитника.

Овладение техникой бросков мяча.

Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. Максимальное расстояние до корзины — 3,60 м. Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли, в прыжке) с пассивным противодействием.

Освоение индивидуальной техникой защиты.

Вырывание и выбивание мяча. Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок.

Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей.

Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Освоение тактики игры. Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1).

Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.

Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Игра по правилам мини-баскетбола.

Волейбол.

Краткая характеристика вида спорта.

Требования к технике безопасности. История волейбола. Основные правила игры в волейбол. Основные приёмы игры в волейбол. Правила техники безопасности.

Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.

Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения).

Освоение техники приёма и передач мяча.

Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперёд. Передачи мяча над собой. То же через сетку.

Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.

Игра по упрощённым правилам мини-волейбола. Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на укороченных площадках. Процесс совершенствования психомоторных способностей. Дальнейшее обучение технике движений и продолжение развития психомоторных способностей.

Развитие координационных способностей.

Ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, дифференцирование силовых, пространственных и временных параметров движений, способностей к согласованию движений и ритму.

Упражнения по овладению и совершенствованию в технике перемещений и владения мячом типа бег с изменением направления, скорости, челночный бег с ведением и без ведения мяча и др.; метания в цель различными мячами, жонглирование, упражнения на быстроту и точность реакций, прыжки в заданном ритме; всевозможные упражнения с мячом, выполняемые также в сочетании с бегом, прыжками, акробатическими упражнениями и др. Игровые упражнения типа 2:1, 3:1, 2:2, 3:2, 3:3.

Развитие выносливости.

Эстафеты, круговая тренировка, подвижные игры с мячом, двусторонние игры длительностью от 20 с до 12 мин. Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей. Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма, из различных исходных положений. Ведение мяча в высокой, средней и низкой стойке с максимальной частотой в течение 7—10 с. Подвижные игры, эстафеты с мячом и без мяча. Игровые упражнения с набивным мячом, в сочетании с прыжками, метаниями и бросками мячей разного веса в цель и на дальность.

Приём мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперёд. То же через сетку.

Освоение техники нижней прямой подачи.

Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3—6 м от сетки. То же через сетку.

Освоение техники прямого нападающего удара.

Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром.

Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей.

Комбинации из освоенных элементов: приём, передача, удар.

Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей.

Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.

Дальнейшее закрепление техники и продолжение развития координационных способностей.

Примерное распределение учебного времени по разделам программы.

6 класс.

| № п/п | Разделы программы | Количество часов |
|-----------------------------------|--------------------------|-------------------------|
| 1. | Теоретические знания. | 1 |
| 2. | Легкая атлетика | 11 |
| 3. | Элементы баскетбола | 9 |
| 4. | Гимнастика | 4 |
| 5. | Элементы волейбола | 9 |
| Количество уроков в неделю | | 1 |
| Количество учебных недель | | 34 |
| Итого | | 34 |

Календарно - тематическое планирование

| № урока п/п | Плановые сроки прохождения | Фактическая дата | Название раздела, темы урока |
|-------------------------|----------------------------|------------------|--|
| Легкая атлетика. | | | |
| 1. | 03.09.18-07.09.18 | 05.09 | Повторный инструктаж по ТБ на занятиях легкой атлетикой. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». |
| 2. | 10.09.18-14.09.18 | 10.09 | Бег с ускорением от 40 до 60 м. Бег на результат 60 м. |
| 3. | 17.09.18-21.09.18 | 18.09 | Овладение техникой длительного бега. |
| 4. | 24.09.18-28.09.18 | 26.09 | Прыжки в длину с места, разбега. |
| 5. | 01.10.18-05.10.18 | 03.10 | Кросс до 15 мин, эстафеты, круговая тренировка. |
| Баскетбол. | | | |
| 6. | 15.10.18-19.10.18 | 17.10 | Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек. |
| 7. | 22.10.18-26.10.18 | 24.10 | Освоение техники ведения мяча. |
| 8. | 29.10.18-02.11.18 | 31.10 | Овладение техникой бросков мяча. |
| 9. | 05.11.18-09.11.18. | 07.11 | Освоение индивидуальной техникой защиты. |
| 10. | 12.11.18-16.11.18. | 14.11 | Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей. |
| 11. | 26.11.18-30.12.18 | 28.11 | Тактика свободного нападения. |
| 12. | 03.12.18-07.12.18 | 05.12 | Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». |
| 13. | 10.12.18-14.12.18 | 12.12 | Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола. |
| 14. | 17.12.18-21.12.18 | 19.12 | Игра по правилам мини-баскетбола. Игра в стритбол. |
| Гимнастика. | | | |
| 15. | 24.12.18-29.12.18 | 26.12 | Лазанье гимнастической лестнице. Подтягивания, упражнения в висах и упорах |
| 16. | 09.01.19-11.01.19 | 09.01 | Поднимание туловища из положения лёжа на спине за 1 минуту. |
| 17. | 14.01.19-18.01.19 | 16.01 | Подтягивание из виса на высокой перекладине (мальчики), подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине (девочки), сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу. |
| 18. | 21.01.19-25.01.19 | 23.01 | Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на полу. |
| Волейбол. | | | |
| 19. | 28.01.19- | 30.01 | Требования к технике безопасности. Основные правила |

| | | | |
|-----|-----------------------|-------|--|
| | 01.02.19 | | игры в волейбол. |
| 20. | 04.02.19- 08.02.19 | 06.02 | Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек. |
| 21. | 11.02.19- 15.02.19 | 13.02 | Освоение техники приёма и передач мяча. |
| 22. | 25.02.19 01.03.19 | 24.02 | Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей. |
| 23. | 04.03.19- 08.03.19 | 08.03 | Развитие координационных способностей. Игровые упражнения . |
| 24. | 11.03.19- 15.03.19 | 13.03 | Приём мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперёд. |
| 25. | 18.03.19- 22.03.19 | 20.03 | Освоение техники нижней прямой подачи. |
| 26. | 25.03.19- 29.03.19 | 24.03 | Освоение техники прямого нападающего удара. |
| 27. | 01.04.19- 05.04.19 | 03.04 | Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей. |

Легкая атлетика.

| | | | |
|-----|-----------------------|-------|--|
| 28. | 15.04.19 19.04.19 | 19.04 | Повторный инструктаж по ТБ на занятиях легкой атлетикой. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». |
| 29. | 22.04.19- 26.04.19 | 24.04 | Бег с ускорением от 40 до 60 м. Бег на результат 60 м. |
| 30. | 29.04.19- 03.05.19 | 08.05 | Овладение техникой длительного бега. |
| 31. | 06.05.19- 10.05.19 | 08.05 | Прыжки в длину с места, разбега. |
| 32. | 13.05.19- 17.05.19 | 15.05 | Кросс до 15 мин, эстафеты, круговая тренировка. |
| 33. | 20.05.19- 24.05.19 | 22.05 | Эстафетный бег по стадиону. |
| 34. | 27.05.19- 31.05.19 | 28.05 | Круговая тренировка, итоговое занятие. |

Перечень учебно-методического и материально – техническое обеспечение

Библиотечный фонд:

- стандарт начального общего образования по физической культуре;
- примерные программы по учебному предмету «Физическая культура» (5-9 классы);
- рабочие программы по физической культуре;
- учебники и пособия, которые входят в предметную линию В.И. Ляха;
- методические издания по физической культуре для учителей.

Демонстрационный материал:

- плакаты методические;
- презентации, мультфильмы;

Технические средства:

- мегафон;
- экран на штативе и навесной;
- видеопроектор.

Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование:

- стенка гимнастическая;
- скамейки гимнастические;
- палки гимнастические;
- скакалки гимнастические;
- обручи гимнастические;
- гимнастические коврики – пенка;
- маты гимнастические;
- мячи набивные (1кг.)
- мячи малые (резиновые, теннисные)
- мячи большие (резиновые, баскетбольные, волейбольные);
- рулетка измерительная;
- щиты с баскетбольными кольцами;
- сетка волейбольная;
- конусы;
- аптечка медицинская.