**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство общего и профессионального образования Ростовской области**

**Азовский район**

**МБОУ Отрадовская СОШ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  Руководитель МО  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Ядренцева О.В.  протокол № 1 от «16» августа 2023 г. | СОГЛАСОВАНО  Заместитель директора по УВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Часнык И.А.  протокол № 1 от «16» августа 2023 г. | УТВЕРЖДЕНО  Директор школы  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Ж.А.Котова.  Приказ № 116 от «16» августа 2023 г. |

**Рабочая программа**

**внеурочной деятельности**

**(ID 1076354)**

**основного общего образования МБОУ Отрадовской СОШ**

**физкультурно-спортивной направленности**

**«Школа мяча»**

срок реализации 1 года

возрастная категория обучающихся 13– 14 лет

Наименование учебного предмета внеурочная деятельность «физкультурно-спортивное направление»

Класс 8 класс

Уровень общего образования: основное общее образование

Учитель Котов Владимир Иванович

Срок реализации программы, учебный год 2022-2023 учебный год

Количество часов - в неделю - 3 часа в неделю ,102 часов

Составитель: Котов Владимир Иванович

учитель физической культуры

2023 год

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА** **КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ** **«**Школа мяча**» ДЛЯ 8 КЛАССА.**

При создании рабочей программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации. В рабочей программе нашли свои отражения объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития российского общества, условия деятельности образовательных организаций, возросшие требования родителей, учителей и методистов к совершенствованию содержания школьного образования, внедрению новых методик и технологий в учебно-воспитательный процесс.

Программа курса внеурочной деятельности «Школа мяча» для 8 класса относится к спортивно-оздоровительному направлению реализации внеурочной деятельности в рамках ФГОС и составлена на основе:

-федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Минпросвещения России от 31.05.2021 N 287, зарегистрировано в Минюсте России 05.07.2021 N 64101

* основной образовательной программы МБОУ Отрадовская СОШ.

 Данная программа является модифицированной, составлена на основе плана и программ:

- Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы   В.И.  Лях, А.А. Зданевич. - М.:Просвещение, 2008г., допущенной Министерством  образования и науки Российской Федерации

- *Григорьев, Д. В.* Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор : пособие для учителя / Д. В. Григорьев, П. В. Степанов. – М. : Просвещение, 2010. – 223 с. – (Стандарты второго поколения).

- Формированиеуниверсальных учебных действий в основной школе: от действия к мысли. Система заданий : пособие для учителя / под ред. А. Г. Асмолова. – М. : Просвещение, 2010. – 159 с. – (Стандарты второго поколения).

**Актуальность программы:** является то, что в основе лежит системно-деятельностный подход, который создает основу для самостоятельного успешного усвоения обучающимися новых знаний, умений, компетенций, видов и способов деятельности. Программа составлена с учетом особенности работы образовательного учреждения и имеет оздоровительное, спортивное и общеразвивающее значение. Поэтому данная программа является программой внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительном направлению. Игра – исключительно ценный способ вовлечения школьников в двигательную деятельность. Подвижные и спортивные игры на занятиях используются для решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач. В играх, в отличие от других форм занятий, главное внимание обращается на оздоровительную сторону, воспитание физических качеств, стремление подростков организовывать свою деятельность, основываясь на четких и жестких правилах спортивных игр, которые дают возможность каждому обучающемуся развивать свои личностные качества, необходимые как в любых видах спортивно-оздоровительной деятельности, так и в обычной жизни.

**ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «**Школа мяча**» для 8 класса.**

Общей целью школьного образования по физической культуре является формирование   
разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха, развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателях физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях. В рабочей программе курса внеурочной деятельности «Крепыши» для 6 класса данные цели конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Развивающая направленность рабочей программе курса внеурочной деятельности «Спортивная карусель» для 8 класса определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение школьниками знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно ориентированной физической культурой, возможностью познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение рабочей программы курса внеурочной деятельности ««Спортивная карусель» для 8 класса заключается в содействии активной социализации школьников на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию. В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.

Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования в основной школе является воспитание целостной личности учащихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы.

представляется двигательной деятельностью с её базовыми компонентами: информационным (знания о физической культуре), операциональным (способы самостоятельной деятельности) и мотивационно-процессуальным (физическое совершенствование).

В целях усиления мотивационной составляющей рабочей программы курса внеурочной деятельности «Школа мяча» для 8 класса, придания ей личностно значимого смысла, содержание рабочей программы представляется системой модулей, которые входят структурными компонентами в раздел «Физическое совершенствование».

**Задачи программы** направлены на:

* Развитие у обучающихся положительной мотивации к занятиям физической культурой и спортом.
* Развитие навыков двигательной активности как составляющей здорового образа жизни и функциональной грамотности через заботу о собственном здоровье и развитии личности.
* Повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения.
* Формирование волевых качеств, как основы получения образования.
* Формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях.
* Обобщение и углубление знаний об истории, культуре игр, желание применять игры самостоятельно и в повседневной жизни.
* Воспитательный результат достигается по *двум уровням* взаимодействия – связь ученика со своим учителем и взаимодействие школьников между собой на уровне группы секции.

**Формы организации деятельности**: занятие

**МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «**Школа мяча**» для 8 класса**

**В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

В 8 классе на изучение курса внеурочной деятельности «Спортивная карусель» для 8 класса отводится 3 часа в неделю, суммарно 102 часа.

При подготовке рабочей программы учитывались личностные и метапредметные результаты, зафиксированные в Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования и в «Универсальном кодификаторе элементов содержания и требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования».

**Содержание курса внеурочной деятельности «**Школа мяча**» для 8 класса с указанием форм организации и видов деятельности.**

Материал программы дается в трёх разделах: основы знаний, двигательные умения и навыки, развитие двигательных качеств.

Программный материал раздела «Основы знаний» отрабатывается на теоретических занятиях и в ходе освоения конкретных технических навыков и умений, развития двигательных способностей.

Раздел «Двигательные умения и навыки» представлен подвижными и спортивными играми.

В подразделе «Подвижные игры» изучаются командные игры: «Охотники и утки», «Перестрелка», «Летающий мяч», «Борьба за мяч», «Городки», «Бабки», «Лапта».

В подразделе «Спортивные игры» представлен материал способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры баскетбол.

Раздел «Развитие двигательных качеств» включает в себя упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, развивают определенные двигательные качества. Из этих упражнений составляются комплексы упражнений, отличающиеся разной степенью сложности в зависимости от количества представленных в каждом из них компонентов и характера их сочетания.

Подраздел «Соревнования» рассматривается как итоговое занятие.

***Основы знаний.*** Техника безопасности во время занятий физическими упражнениями и играми. Общая и специальная физическая подготовка.

Подвижные и спортивные игры. Роль и значение игр в формировании двигательных качеств. Техника и тактика спортивной игры. Жесты судей. Судейство.

Физическая культура и спорт в Российской Федерации на современном этапе. Современное олимпийское движение.

***Общефизическая подготовка.***

*Гимнастические упражнения.* Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения с набивными мячами – поднимание, опускание, перебрасывание с одной руки на другую, броски, ловля. В парах, держась за мяч, упражнения в сопротивлении. Упражнения с гимнастическими поясами, гантелями, резиновыми амортизаторами, на гимнастической стенке.

*Упражнения для мышц туловища и шеи.* Упражнения без предметов индивидуальные и в парах (наклоны вперёд, назад, вправо, влево, наклоны и повороты головы). Упражнения с набивными мячами – лёжа на спине и лицом вниз, сгибание и поднимание ног, мяч зажат между стопами ног, прогибание, наклоны, упражнения в парах.

*Упражнения для мышц ног, таза.* Упражнения без предметов индивидуальные и в парах (приседания в различных исходных положениях, подскоки, ходьба, бег). Упражнения с набивными мячами: приседания, выпады, прыжки, подскоки. Упражнения с гантелями – бег, прыжки, приседания.

*Легкоатлетические упражнения.* Бег. Бег с ускорением до 40м. Низкий старт и стартовый разбег до 60м. Повторный бег 3х20-30м, 3х30-40м, 4х50-60м. Бег 60м с низкого старта. Эстафетный бег с этапами до 40м и до 50-60м. Бег с препятствиями от 60 до 100м (количество препятствий от 4 до 10). Бег в чередовании с ходьбой до 400м. Кросс до 5км.

*Подвижные игры:* «Гонка мячей», «Салки», «Невод», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Эстафета с бегом», «Эстафета с прыжками», «Мяч среднему», «Перетяни через черту», «Вызывай смену», «Эстафета футболистов», «Эстафета баскетболистов», «Эстафета с прыжками чехардой», «Встречная эстафета с мячом», «Ловцы», «Мяч ловцу», «Перетягивание каната», «Катающаяся мишень».

***Специальная физическая подготовка.***

Упражнения для развития быстроты. По зрительному сигналу рывки с места с максимальной скоростью на отрезках 5, 10, 15…30м, с постоянным изменением исходных положений: стойка баскетболиста лицом, боком и спиной к стартовой линии; сидя, лёжа на спине и на животе в различных положениях к стартовой линии; то же, но перемещение приставным шагом. Стартовые рывки с мячом, в соревнованиях с партнером, вдогонку за летящим мячом, в соревнованиях с партнером за овладение мячом.

Бег с остановками и с резким изменением направления. Челночный бег на 5,8, 10м. Челночный бег, отрезки пробегаются лицом, спиной вперед, правым, левым боком, приставными шагами. То же, с набивными мячами в руках (массой от 3 до 6 кг), с поясом-отягощением или куртке с весом. Бег с изменением скорости и способа передвижения в зависимости от зрительного сигнала.

*Упражнения для воспитания скоростно-силовых качеств.* Одиночные и серийные прыжки, толчком одной и двух ног, с доставанием одной и двумя руками подвешенных предметов. Выпрыгивание из исходного положения стоя толчковой ногой на опоре 50-60см с последующим прыжком через планку, установленную в доступном месте; то же, но с разбега 7 шагов. Подпрыгивание на месте в яме с песком как на одной, так и на двух ногах, по 5-8 отталкиваний в серии. Прыжки по наклонной плоскости выполняются на двух, одной ноге под гору и с горы, отталкивание с максимальной скоростью. разнообразные прыжки со скакалкой. Прыжки через барьер толчком одной и двух ног. Выпрыгивание на гимнастические маты с постепенным увеличением высоты.

*Упражнения с отягощениями.* Упражнения с набивными мячами (2-5кг); передачи различными способами одной и двумя руками с места и в прыжке (20-50 раз). Ходьба в полуприседе с набивными мячами (50-100м).

***Техническая подготовка.***

*Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.* Стойка игрока. Перемещения в стойке боком, спиной вперед, лицом. Повороты без мяча и с мячом. Остановки двумя шагами и прыжком.

*Овладение техникой ведения мяча.* Ведение мяча правой и левой рукой. Ведение мяча с разной высотой отскока; с изменением направления; ведение с пассивным и активным сопротивлением защитника.

*Овладение техникой ловли и передачи мяча.* Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя от груди, с отскоком от пола; двумя – от головы. Скрытые передачи. Передача мяча со сменой мест в движении. Передача мяча с пассивным и активным сопротивлением защитника.

*Овладение техникой бросков мяча.* Бросок мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча с места и в движении. Бросок мяча после ведения два шага. Бросок мяча после ловли и ведения.

Бросок после остановки. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции в прыжке. Штрафной бросок. Бросок двумя руками снизу после ведения. Добивание мяча после отскока от щита.

*Освоение индивидуальных защитных действий.* Перехват мяча. Вырывание и выбивание мяча. Защитные действия 1:1, 1:2. Защитные действия против игрока с мячом и без мяча.

*Закрепление техники и развитие координационных способностей.* Комбинации из освоенных элементов владения мячом и перемещений: ловля, передача, ведение, бросок.

*Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.* Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола. Игра по правилам мини-баскетбола. Игра по упрощенным правилам баскетбола.

***Тактическая подготовка.***

Позиционное нападение (5:0) со сменой мест. Позиционное нападение в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5. Нападение быстрым прорывом (1:0), (2:1), (3:2). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». Взаимодействие двух игроков в защите и нападении через заслон. Личная защита. Двусторонняя игра.

*Освоение индивидуальных и командных защитных действий.* Борьба за мяч после отскока от шита. Зонная защита 3:2, 2:3.

***Подвижные командные игры.*** «Охотники и утки», «Перестрелка», «Летающий мяч», «Борьба за мяч», «Городки», «Бабки», «Лапта».

***Соревнования.***

Принять участие в трех-четырех соревнованиях. Контрольные игры и соревнования. Разбор проведённых игр. Устранение ошибок.

.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**-** формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной видов деятельности;

- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

- установка на безопасный здоровый образ жизни

**МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**Регулятивные УУД:**

-принимать и сохранять учебную задачу;

- планировать этапы решения задачи, определять последовательность учебных действий в соответствии с поставленной задачей;

-осуществлять пошаговый и итоговый контроль по результату под руководством учителя;

-анализировать ошибки и определять пути их преодоления; различать способы и результат действия; --адекватно воспринимать оценку сверстников и учителя;

-прогнозировать результаты своих действий на основе анализа учебной ситуации; проявлять познавательную инициативу и самостоятельность;

-самостоятельно адекватно оценивать правильность и выполнения действия и вносить необходимые коррективы и по ходу решения учебной задачи.

**Познавательные УУД:**

* анализировать информацию, выбирать рациональный способ решения задачи;
* формулировать проблему;
* строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;
* различать обоснованные и необоснованные суждения;
* преобразовывать практическую задачу в познавательную;

**Коммуникативные УУД:**

* принимать участие в совместной работе коллектива;
* координировать свои действия с действиями партнеров;
* корректно высказывать свое мнение, обосновывать свою позицию;
* задавать вопросы для организации собственной и совместной деятельности;
* осуществлять взаимный контроль совместных действий принимать самостоятельно решения;
* содействовать разрешению конфликтов, учитывая позиции участников

**ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

* обобщать, делать несложные выводы;
* давать определения тем или иным понятиям;
* выявлять закономерности и проводить аналогии;
* создавать условия, способствующие наиболее полной реализации потенциальных познавательных возможностей всех детей в целом и каждого ребенка в отдельности, принимая во внимание особенности их развития.
* осуществлять ***принцип индивидуального и дифференцированного подхода в обучении*** ***учащихся*** с разными образовательными возможностями.

**Результаты внеурочной деятельности** являются частью результатов освоения основной общеобразовательной программы в соответствии с требованиями ФГОС.

**Формами подведения итогов** освоения программы внеурочной деятельности являются:

• дневник самоконтроля за результатами спортивных достижений (страничка портфолио ученика);

• создание буклетов, плакатов;

• участие в «Дне здоровья».

Программа согласуется с образовательными программами урочной деятельности по предметам «ОБЖ», «Физическая культура», результаты освоения программы соответствуют требованиям ФГОС ООО. Для реализации программы школа имеет следующие ресурсы: зал спортивных игр (большой), зал гимнастики и подвижных игр (малый), пришкольные спортивные площадки, оборудованные зоны рекреации и естественный природный ландшафт для занятий на открытом воздухе в период учебного года. Особенность программы заключается в поливариантности программно-методического арсенала, что позволяет из множества вариантов содержания и видов спортивно-оздоровительной и образовательной деятельности по физической культуре делать выбор игр, соответствующих возможностям обучающихся, их возрастно-половым особенностям, устремлениям и интересам.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** **п/п** | **Наименование разделов и тем программы** | **Количество часов** | | | **Дата**  **изучения** | **Виды деятельности** | **Виды,**  **формы**  **контроля** | **Электронные (цифровые) образовательные ресурсы** |
| **всего** | **контрольные работы** | **практические работы** |
| **Тема 1.** Основы знаний | | | | | | | | | Тема 1. Основы знаний |
| 1.1. | Профилактика травматизма. Физическая культура и спорт в Российской Федерации на современном этапе.  История развития российского баскетбола. | 3 | 0 | 0 | 01.09-06.09 | беседа с учителем; | Устный  опрос; | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 1.2. | Профилактика травматизма. Физическая культура и спорт в Российской Федерации на современном этапе. | 3 | 0 | 0 | 08.09-13.09. | беседа с учителем; | Устный  опрос; | http://spo.1september.ru/urok/. |
| Итого по разделу | | 6 |  |  |  |  |  |  |
| **Тема 2. Двигательные умения и навыки** | | | | | | | | |
| 2.1. | Подвижные игры | 12 |  |  | 15.09-18.10 | беседа с учителем; | Устный  опрос; | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 2.2. | Спортивные игры (баскетбол) | 45 |  |  | 20.10-26.02. | беседа с учителем; | Устный  опрос; | http://spo.1september.ru/urok/. |
| Итого по разделу | | 57 |  | | | | | |
| **Тема 3. Развитие двигательных способностей** | | | | | | | | | Тема 3. Развитие двигательных способностей |
| 3.1. | Комплексы упражнений для формирования взаимосвязей между отдельными физическими качествами | 15 |  |  | 28.02-05.04 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры | http://spo.1september.ru/urok/. |
| 3.2. | Соревнования | 24 |  |  | 07.04-24.05 | Умеют выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры | Подвижные игры | http://spo.1september.ru/urok/. |
| Итого по разделу | | 39 |  | | | | | |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 102 | 0 | 0 |  | | | |

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** **п/п** | **Тема урока** | **Количество часов** | | | **Дата**  **изучения** | **Виды,**  **формы**  **контроля** |
| **всего** | **контрольные работы** | **практические работы** |
| Тема 1. Основы знаний | | | | | | |
| 1. | Профилактика травматизма. Физическая культура и спорт в Российской Федерации на современном этапе.  История развития российского баскетбола. | 3 | 0 | 0 | 01.09-06.09 | Устный опрос |
| 2. | Введение. | 3 |  |  | 08.09-13.09. | Устный опрос |
| Тема 2. Двигательные умения и навыки | | | | | | |
| 3. | Подвижные игры | 12 |  |  | 15.09-18.10 | Подвижные игры |
| 4. | Спортивные игры (баскетбол) | 45 |  |  | 20.10-26.02. | Подвижные игры |
| Тема 3. Развитие двигательных способностей | | | | | | |
| 5. | Комплексы упражнений для формирования взаимосвязей между отдельными физическими качествами | 15 |  |  | 28.02-05.04 | Подвижные игры |
| 6. | Соревнования | 24 |  |  | 07.04-24.05 | Подвижные игры |
| итого | | 102 |  |  |  |  |

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

**ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

Физическая культура, 8 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»; Введите свой вариант:

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

Методическое пособие " К здоровью через движение" предназначено для учителей физической культуры работающих с детьми ОВЗ.

Методическое пособие « К здоровью через движение» поможет освоению практических навыков при проведении занятий оздоровительной физкультурой"   
Матвеев А.П. Физическая культура: Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников А. П. Матвеева. 5 – 9 классы: учеб. пособие для общеобразовательных организаций. – М.: Просвещение, 2019.

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

Используются электронные (цифровых) образовательные ресурсы, являющихся учебно-  
методическими материалами (мультимедийные программы, электронные учебники и задачники, электронные библиотеки, виртуальные лаборатории, игровые программы, коллекции цифровых образовательных ресурсов), используемыми для обучения и воспитания различных групп пользователей, представленными в электронном (цифровом) виде и реализующими дидактические возможности ИКТ, содержание которых соответствует законодательству об образовании.

1.Единая Коллекция цифровых образовательных ресурсов для учреждений общего и начального профессионального образования.

http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38

2.Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс». Предмет «Физическая культура». http://www.openclass.ru

3.Сообщество учителей физической культуры на портале «Сеть творческих учителей» http://www.it-n.ru/communities.

4.Образовательные сайты для учителей физической культуры http://metodsovet.su/dir/fiz\_kultura/9

5.Сайт "Я иду на урок физкультуры"

http://spo.1september.ru/urok/

Сайт «ФизкультУра» http://www.fizkult-ura.ru/

Презентации по физкультуре на сайтах:

1.uchportal.ru/

2. http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

**УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

Описание учебно- методического обеспечения образовательного процесса.

1. А.П. Матвеев. Программа общеобразовательных учреждений. Физическая культура. Основная школа Средняя (полная) школа: базовый и профильный уровни. 5-11 классы. Автор – Москва.«Просвещение» 2014.

2. А.П. Матвеев. Уроки физической культуры. Методические рекомендации. 5-7 классы-М:   
Просвещение. 2014. – 80 с. –   
ISBN987-5-09-024012-3   
3. В.И. Вивенко. «Физкультура. 5-11 классы»: календарно-тематическое планирование по 3-х часовой программа /авт.-сост. В.И. Вивенко.-Волгоград. Учитель, 2006. – 254с. ISBN – 5-7057-0908-0. 4. Ю.Д. Железняк Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: Учеб. пособие для студ.высш.пед. учеб. заведений /Ю.Д. Железняк, В.М.Минбулатов.- М.:Издательский центр«Академия», 2004. -272 с. ISBN – 5-7695-1525-2.

5. Т.Б. Васильева, И.Н. Иванова «Физическая культура» Содержание образования: Сборник нормативно-правовых документов и методических материалов. – М.: Вентана – Граф, 2007. – 160 с.

(Современное образование). ISBN 978-5-360-000639 6. http://sport.gazeta.ru   
7. www.1september.ru

Интернет- ресурсы:

http://arkalika.ru/2010/11/tancevalnaya-zaryadka/ - Танцевальная гимнастика   
http://ppt4web.ru/obshhestvoznanija/pravila-igry-v-basketbol.html - Правила баскетбола http://prezentacii.com/detskie/1963-simvolika-olimpiyskih-igr.html - Олимпийская символика http://www.youtube.com/watch?v=gQ-ekfTBAV0 - Упражнения на гимнастической стенке http://ona-znaet.ru/publ/53-1-0-389 - Упражнения на дыхание   
http://www.myshared.ru/slide/783639/ - Техника кроссового бега.

**ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ**

Спортивный зал.

Площадь спортивного зала: 176,6 кв.м   
Оборудование:   
Приточная вытяжная система, лампа бактерицидная-2.

спортивное оборудование и инвентарь:   
Мяч футбольный SELECT Brillant Super FIFA размер 5- 2 штук Брусья навесные Б45, Расстояние между стойками, см: 58- 2 штуки.

Гантель неопреновая 2кг- 1 комплект   
Кольцо баскетбольное №7- 2 штуки   
Компас DC362—12 штук.

Мат спортивный Ideal . Размер: 200x100x10 см- 5 штук.

Мат спортивный Ideal 4-складной.- 5 штук.

Мяч баскетбольный "WILSON Reaction" размер 7.- 10 штук   
Мяч баскетбольный WILSON EVO NXT CHAMPIONSLEAGUE размер 7- 2 штуки. Мяч волейбольный "MIKASA SV335-V8" размер: 5.- 10 штук.

Мяч волейбольный "Mikasa V200W" размер 5- 2 штуки.

Мяч для настольного тенниса Double Fish 3\*\*\*World Cup 40- 10 штук.

Мяч футбольный SELECT Match IMS" размер 5.- 15 штук.

Набор бадминтон ВО-290- 12 штук.

Набор для настольного тенниса YUGUAN B947NS- 15 штук.

Обруч алюминиевый- 21 штука.

Свисток пластиковый с шариком Torres SS1009- 5 штук.

Секундомер электронный Р-022- 3 штуки.

Сетка баскетбольная. Цветная, толщина нити: 3,1 мм (капрон)- 4 штуки.

Сетка волейбольная. Диаметр нити 3,5 мм, белая, (капрон), обшита с 4 сторон стропой- 3 штуки Сетка мини-футбол без гасителей (капрон). Размер 300x200 см, диаметр нити 2,2 мм- 1 штука. Скакалка L Зм- 50 штук.

Скамья гимнастическая 2,5 м.- 2 штуки   
Скамья для пресса.- 2 штуки.

Стенка гимнастическая шведская металл. 240X71, ТР-31. Максимальный вес пользователя: 250 кг.- 4 штуки.

Турник-рукоход к шведской стенке навесной.- 2 штуки Упоры для отжиманий Torres Push-Up Bars- 4 штуки.

Часы шахматные кварцевые 9004- 5 штук.

Шахматы турнирные утяжеленные в комплекте с доской- 10 штук.

Беговая дорожка CARBON T200 SLIM- 1 штука   
Велотренажер магнитный АС505- 1 штука.

Ворота для гандбола Профиль 80x80 мм. Размер ворот 300x200 см. Вынос 1м- 2 штуки.

Стол теннисный WIPS- 2 штуки.

Ферма для баскетбольного щита ЯГ0000000070621- 2 штуки Щит баскетбольный игровой- 2 штуки.

6. Спортивные площадки, расположенные по адресу: село Отрадовка, улица Строительная 21: 1.Футбольное поле, газонная трава- площадью 55 кв. м   
2.Беговая дорожка, искусственное покрытие- площадью   
3.Площадка, для учащихся начальной школы, искусственное покрытие, игровой комплекс для детей от 7 до 12 лет.- 1 штука- площадью 13 кв. м.

4. Площадка, для учащихся основной школы, искусственное покрытие- площадью 16 кв. м. Теннисный стол разборный, уличный – 3 штуки.

Спортивный комплекс для учащихся основной школы- 1 штука площадью   
5.Площадка, для игры в волейбол и баскетбол, искусственное покрытие:- площадью 30 кв.м.

Стойка волейбольная- 2 штуки   
Стойка баскетбольная -2 штуки - площадью   
6.Поле для мини-футбола, искусственное покрытие площадью 27.1. кв. м.

Ворота для мини-футбола- 2 штук.

7.Тренажерная площадка, искусственное покрытие площадью 36 кв.м.

Тренажер для рук «Имитация гребли»  
Тренажер для рук «вертикальная тяга»  
Тренажер «жим»  
Тренажер «тяга к груди»  
Тренажер «жим на брусьях»  
Тренажер двойной «тандем-жим-ногами»

Тренажер двойной «жим -вертикальная тяга»Тренажер двойной «вело-стеллер»  
Тренажер двойной «брусья»  
Тренажер двойной «стеллер-маятник»  
Тренажер «вело-твистер»  
Тренажер двойной « турник-брусья»- площадью 8. Раздевалки при спортивном зале:   
1.Раздевалка для девочек площадью 15 кв.м.

Оборудование:   
Скамейка   
Вешалка для одежды.

Туалет для девочек.

Душевая для девочек.

Водонагреватель.