

Департамент образования мэрии города Ярославля

Муниципальное образовательное учреждение  
дополнительного профессионального образования  
«Городской центр развития образования»

**Разработка рабочей программы  
по учебному предмету «Физическая культура»  
в «Конструкторе рабочих программ»  
на портале «Единое содержание общего образования»**

*методические рекомендации*

Разработчик:  
С.А. Кибко,  
методист

Рецензент:  
А.П. Щербак,  
канд. пед. наук, доцент  
ГАУ ДПО ЯО ИРО

## Оглавление

Введение .....	3
Работа в «Конструкторе рабочих программ» .....	5
1. Вход в Конструктор .....	5
2. Заполнение рабочей программы .....	7
3. Сохранение рабочей программы .....	20
Приложение 1. Примеры ссылок на «Российскую электронную школу» для изучения тем учебного предмета «Физическая культура» в 1 и 5 классах .....	23
Приложение 2. Перечень спортивного инвентаря и оборудования, соответствующих современным условиям обучения, необходимых при оснащении общеобразовательных организаций в целях реализации мероприятий, предусмотренных государственной программой Российской Федерации «Развитие образования» .....	26

## Введение

«Институт стратегии развития образования» на портале «Единого содержания общего образования» разместил бесплатный онлайн-сервис «Конструктор рабочих программ» (далее – Конструктор) по созданию рабочих программ (<https://edsoo.ru/constructor/>).

В Конструкторе можно разработать рабочую программу по учебному предмету «Физическая культура» в соответствии с Примерной рабочей программой начального общего образования «Физическая культура» (для 1-4 классов) и с Примерной рабочей программой основного общего образования «Физическая культура» (для 5-9 классов), одобренных решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол 3/21 от 27.09.2021 г.). Данные Примерные программы составлены на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования и Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденных в 2021 году.

Приступая к разработке рабочей программы учитель по физической культуре должен:

— изучить обновленные ФГОС начального общего образования (приказ Минпросвещения России от 31 мая 2021 г. № 286) и ФГОС основного общего образования (приказ Минпросвещения России от 31 мая 2021 г. № 287) ([https://fgosreestr.ru/educational\\_standard](https://fgosreestr.ru/educational_standard));

— изучить Примерную основную образовательную программу начального общего образования и Примерную основную образовательную программу основного общего образования, одобренные решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 18 марта 2022 г. № 1/22 (<https://fgosreestr.ru>);

— изучить Примерную рабочую программу начального общего образования «Физическая культура» и Примерную рабочую программу

основного общего образования «Физическая культура», одобренные решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 27 сентября 2021 г. № 3/21; а также Примерную рабочую программу начального общего образования «Физическая культура», одобренную решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 18 марта 2022 г. № 1/22 (<https://fgosreestr.ru/oop?sub=30>).

— ознакомиться с локальным актом общеобразовательной организации, который регламентирует, на основе каких документов нужно разработать и как оформить рабочие программы;

— ознакомиться с проектом учебных планов на следующий учебный год.

Методические рекомендации предназначены для учителей физической культуры 1-9 классов, завучей, руководителей общеобразовательных организаций.

## Работа в «Конструкторе рабочих программ»

### 1. Вход в Конструктор

Вход в конструктор осуществляется с главной страницы портала (рис.1). Для начала работы в конструкторе необходимо зарегистрироваться на портале «Единого содержания общего образования» (<https://edsoo.ru/constructor/>), ввести свои данные, пароль, выбрать субъект РФ, наименование вашей образовательной организации.

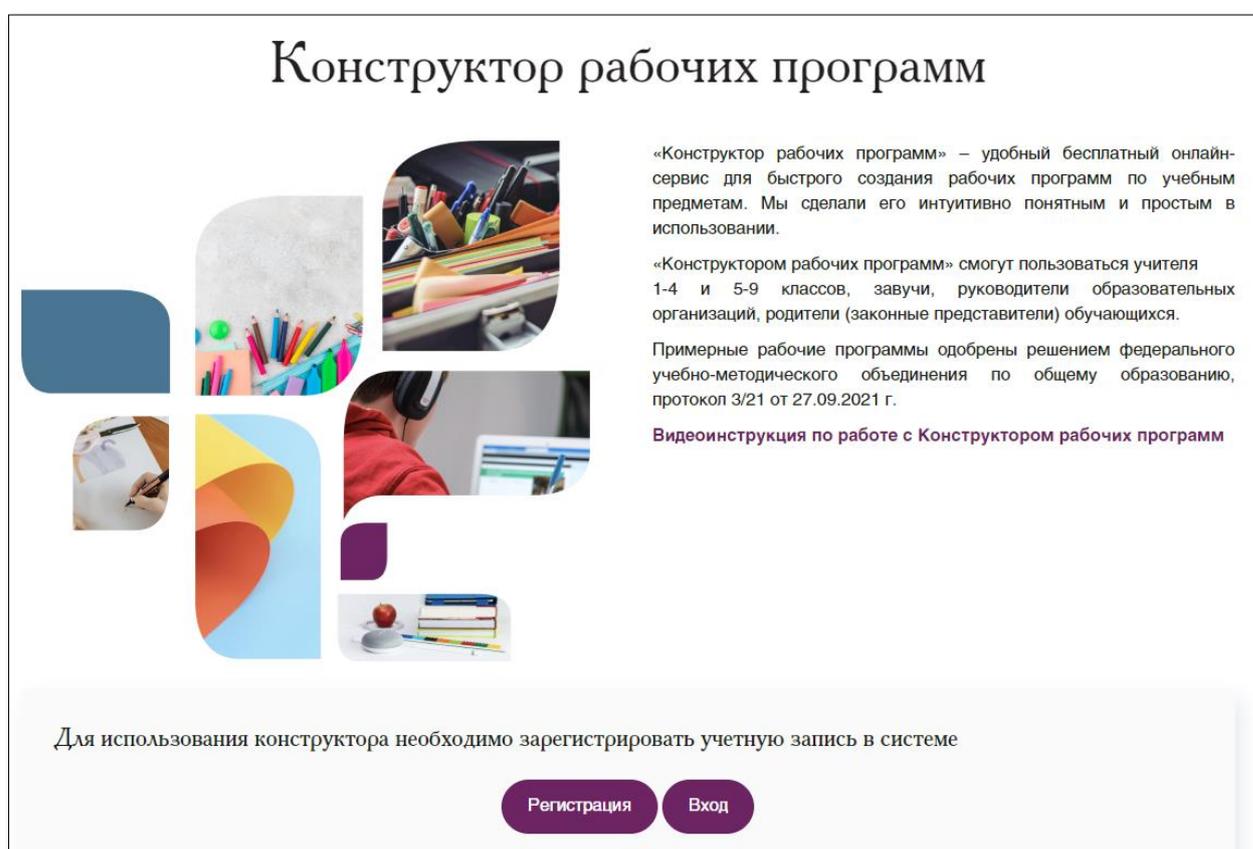


Рис. 1. Вход в конструктор рабочих программ

После входа в Конструктор можно познакомиться с видеoinструкцией по работе в нем.

Далее выбирается учебный предмет «Физическая культура» и класс, для которого создается рабочая программа (рис. 2).

Для начала работы с Конструктором выберите, пожалуйста, учебный предмет, для которого Вы составляете рабочую программу и необходимый шаблон.

Учебный предмет:

Выберите учебный предмет...

Шаблон рабочей программы:

Выберите шаблон рабочей программы...

Создать рабочую программу

Выберите учебный предмет...

- Русский язык
- Литература
- Литературное чтение
- Математика
- Окружающий мир
- Основы религиозных культур и светской этики
- Музыка
- Физическая культура**
- Изобразительное искусство
- Технология
- Информатика
- История
- Обществознание
- География
- Физика
- Химия
- Биология
- Основы безопасности жизнедеятельности
- Родной язык (русский)

Физическая культура

Шаблон рабочей программы:

Выберите шаблон рабочей программы...

Создать рабочую программу

Учебный предмет:

Физическая культура

Шаблон рабочей программы:

Примерная рабочая программа начального общего образования предмета «Физическая культура» 1 класс

Выберите шаблон рабочей программы...

- Примерная рабочая программа начального общего образования предмета «Физическая культура» 1 класс**
- Примерная рабочая программа начального общего образования предмета «Физическая культура» 2 класс
- Примерная рабочая программа начального общего образования предмета «Физическая культура» 3 класс
- Примерная рабочая программа начального общего образования предмета «Физическая культура» 4 класс
- Примерная рабочая программа основного общего образования предмета «Физическая культура» 5 класс
- Примерная рабочая программа основного общего образования предмета «Физическая культура» 6 класс
- Примерная рабочая программа основного общего образования предмета «Физическая культура» 7 класс
- Примерная рабочая программа основного общего образования предмета «Физическая культура» 8 класс
- Примерная рабочая программа основного общего образования предмета «Физическая культура» 9 класс

Рис. 2. Выбор учебного предмета «Физическая культура», создание шаблона рабочей программы

После нажатия «Создать рабочую программу» загружается шаблон.

## 2. Заполнение рабочей программы

### *Титульный лист*

На титульном листе автоматически отображаются данные, которые были заведены при регистрации. Кроме того, автоматически присваивается уникальный ID номер вашей рабочей программы, который свидетельствует о том, что программа создана в Конструкторе и соответствует обновленным ФГОС.

Дополнительно необходимо указать в розовых полях: наименование учредителя общеобразовательной организации, учебный год свою должность и город (рис. 3).

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования Ярославской области

Наименование учредителя

Нажмите для выбора необходимых полей для блока "согласований"

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**(ID 754598)**

учебного предмета  
«Физическая культура»

для 1 класса начального общего образования  
на  учебный год

Составитель:

Рис. 3. Оформление титульного листа

Также необходимо выбрать поля для блока «согласований», которые приняты в вашей общеобразовательной организации (рис. 4):

- Рассмотрено, Согласовано, Утверждено;
- Рассмотрено, Утверждено;
- Согласовано, Утверждено;
- Утверждено.

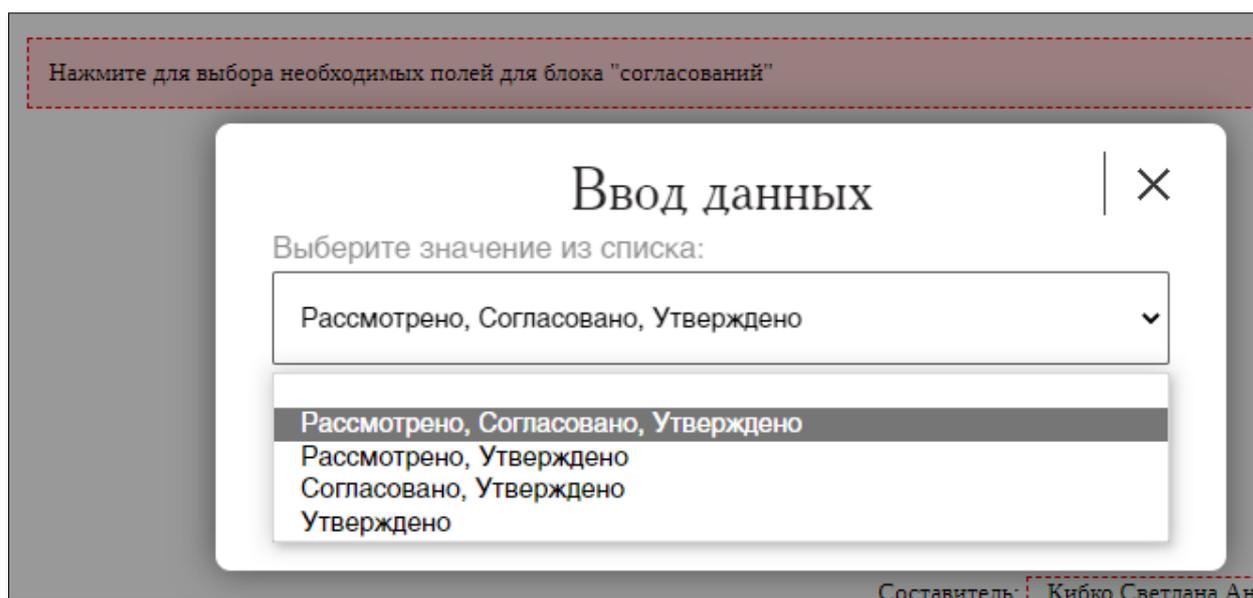


Рис. 4. Выбор необходимых полей для блока «согласований»

Необходимо помнить, что все выделенные розовым цветом поля предполагают текстовый ввод информации, если они не будут заполнены, конструктор не позволит сохранить и выгрузить программу.

#### *Пояснительная записка*

Конструктор генерирует текст пояснительной записки. Общая характеристика учебного предмета «Физическая культура» и цели его изучения не редактируются (рис. 5)!

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

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.

В своей социально-ценностной ориентации рабочая программа сохраняет исторически сложившееся предназначение дисциплины «Физическая культура» в качестве средства подготовки учащихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств. Программа обеспечивает преемственность с Примерной рабочей программой начального среднего общего образования, предусматривает возможность активной подготовки учащихся к выполнению нормативов «Президентских состязаний» и «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО».

### ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

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. В рабочей программе для 5 класса данная цель 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.

Рис. 5. Пояснительная записка к рабочей программе

Необходимо отредактировать место учебного предмета «Физическая культура» в соответствии с учебным планом вашей общеобразовательной организации (рис. 6).

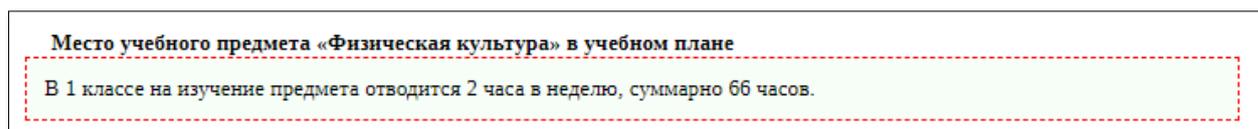


Рис. 6. Примеры редакции места учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане

### *Содержание учебного предмета*

### *и планируемые образовательные результаты*

Обязательные разделы рабочей программы «Содержание учебного предмета» (рис. 7) и «Планируемые образовательные результаты» (рис. 8)

уже включены в Конструкторе рабочей программы в соответствии с требованиями обновленных ФГОС. Эти разделы не редактируются!

<b>СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА</b>
<p><b>Знания о физической культуре.</b> Понятие «физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом по укреплению здоровья, физическому развитию и физической подготовке. Связь физических упражнений с движениями животных и трудовыми действиями древних людей.</p> <p><b>Способы самостоятельной деятельности.</b> Режим дня и правила его составления и соблюдения.</p> <p><b>Физическое совершенствование.</b> Оздоровительная физическая культура. Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур. Осанка и комплексы упражнений для правильного её развития. Физические упражнения для физкультминуток и утренней зарядки.</p> <p><b>Спортивно-оздоровительная физическая культура.</b> Правила поведения на уроках физической культуры, подбора одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе.</p> <p><b>Гимнастика с основами акробатики.</b> Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа. Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте; повороты направо и налево; передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью.</p> <p><b>Гимнастические упражнения:</b> стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом; упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой; стилизованные гимнастические прыжки.</p> <p><b>Акробатические упражнения:</b> подъём туловища из положения лёжа на спине и животе; подъём ног из положения лёжа на животе; сгибание рук в положении упор лёжа; прыжки в группировке, толчком двумя ногами; прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.</p> <p><b>Лыжная подготовка.</b> Переноска лыж к месту занятия. Основная стойка лыжника. Передвижение на лыжах ступающим шагом (без палок). Передвижение на лыжах скользящим шагом (без палок).</p> <p><b>Лёгкая атлетика.</b> Равномерная ходьба и равномерный бег. Прыжки в длину и высоту с места толчком двумя ногами, в высоту с прямого разбега.</p> <p><b>Подвижные и спортивные игры.</b> Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.</p> <p><b>Прикладно-ориентированная физическая культура.</b> Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.</p>

Рис. 7. Содержание учебного предмета «Физическая культура»

<b>ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ</b>
<p><b>Личностные результаты</b></p> <p>Личностные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.</p>

Рис. 8. Планируемые образовательные результаты по учебному предмету «Физическая культура»

### *Тематическое планирование*

Обновленный ФГОС предполагает три обязательных пункта к заполнению тематического планирования: наименование разделов и тем программы (отображаются автоматически и не подлежат изменению); количество часов (автоматически отображается рекомендуемое количество в соответствии с Примерной рабочей программой «Физическая культура», но

может корректироваться); электронные (цифровые) образовательные ресурсы (рис. 9).

Ячейки «контрольные работы», «практические работы», «дата изучения» не являются обязательными. В этих ячейках можно проставить «0», либо оставить пустыми. Заполнение тематического планирования регламентируется локальным актом образовательной организации.

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				
Раздел 1. Знания о физической культуре								
1.1.	Что понимается под физической культурой	2	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	Укажите вид деятельности	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

Рис. 9. Разделы тематического планирования

Прежде всего, необходимо отредактировать общее количество часов по программе (рис. 10), которое было указано в «Пояснительной записке» в соответствии с учебным планом общеобразовательной организации (рис. 6).

4.11	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	Укажите вид деятельности	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы
Итого по разделу		71						
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура								
5.1.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	18	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	Укажите вид деятельности	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы
Итого по разделу		18						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	0				

Рис. 10. Редакция общего количества часов по программе

При необходимости можно поменять местами разделы (внутри программы) (рис. 11) и темы (внутри раздела) программы (рис. 12).

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				
Раздел 1. Знания о физической культуре								
1.1.	Что понимается под физической культурой	2	0	1	Укажите период	Укажите вид деятельности	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности								
Итого по разделу	Режим дня школьника	2	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	Укажите вид деятельности	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы
Итого по разделу								
Раздел 3. Оздоровительная физическая культура								
3.1.	Осанка человека	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	Укажите вид деятельности	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

Рис. 11. Изменение очередности разделов внутри рабочей программы

4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатические упражнения	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	Укажите вид деятельности	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы
4.7.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	Укажите вид деятельности	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы
4.6.	Модуль "Лыжная подготовка". Строевые команды в лыжной подготовке	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	Укажите вид деятельности	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы
4.8.	Модуль "Легкая атлетика". Равномерное передвижение в ходьбе и беге	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	Укажите вид деятельности	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

Рис. 12. Изменение очередности тем внутри раздела рабочей программы

Конструктор позволяет перераспределять количество часов на изучение тем. Если при распределении часов по разделам допущена ошибка, конструктор выделит красным цветом ячейки «Итого по разделу» и «Общее количество часов по программе» (при наведении на них видно на какое значение расходуется общее количество часов).

Функционал Конструктора позволяет учителю самостоятельно распределить количество часов, отведенных на контрольные работы. Если по данной теме не предполагается контрольная работа, то в ячейку необходимо поставить «0» или оставить ячейку пустой (рис. 13). В графе общее количество часов, отведенных на контрольные работы, указано значение, рекомендуемое Рособрандзором, отведенные на контрольные работы, не превышающее 10% от отведенных часов на изучение предмета «Физическая культура». Если цифровое значение превышает 10%, ячейка подсвечивается красным цветом. В графе «контрольные работы» учитель по физической культуре может поставить час, если изучение данной темы подразумевает:

- тестирование по итогу теоретических знаний;
- практические контрольные испытания (выполнение контрольного упражнения);
- соревновательную деятельность (выполнение соревновательного упражнения);
- выполнение норм ВФСК «ГТО».

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				
Раздел 1. Знания о физической культуре								
1.1.	Что понимается под физической культурой	1	0	1	01.09.2022	обсуждают рассказ учителя о видах спорта и занятиях физическими упражнениями, которым обучают школьников на уроках физической культуры, рассказывают об известных видах спорта и проводят примеры упражнений, которые умеют выполнять;	Практическая работа;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4186/start/169020/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4186/start/169020/</a>
Итого по разделу		1						

Рис. 13. Пример заполнения тематического планирования

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ								
№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Э
		всего	контрольные работы	практические работы				
Раздел 1. Знания о физической культуре								
1.1.	Что понимается под физической культурой							
Итого по разделу								
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности								
2.1.	Режим дня школьника							

**Ввод данных** ✕

Выберите данные: первый клик начало - второй окончание

☾ Сентябрь 2022
Октябрь 2022 ☽

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
			1	2	3	4						1	2
5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9
12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16
19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23
26	27	28	29	30			24	25	26	27	28	29	30
													31

Сохранить

Рис. 14. Пример ввода «Дата изучения»

Далее проставляем часы в графе «практические работы» (рис. 13). Итоговое значение по контрольным и практическим работам конструктор считает сам.

Конструктор позволяет выбрать дату или период изучаемой темы при помощи встроенного календаря (рис. 14). Необходимо выбрать начало и окончание изучения данной темы. Раннее выбранные даты становятся в календаре не активными, при этом учитель может отменить ранее выбранную дату нажатием на «X».

К каждой изучаемой теме конструктор позволяет выбрать (из выпадающего списка) виды деятельности в соответствии с примерной программой. Учитель может самостоятельно добавить виды деятельности в поле «добавить свой вариант» (рис. 15).

Конструктор предлагает виды и формы контроля по каждой запланированной теме (рис. 16).

The image shows a software interface for thematic planning. A dialog box titled "Ввод данных" (Data Entry) is open over a table. The table has columns for "№ п/п", "Наименование разделов и тем программы", "Количество часов" (divided into "всего", "контрольные работы", "практические работы"), "Дата изучения", "Виды деятельности", "Виды, формы контроля", and "Электронные (цифровые) образовательные ресурсы". The dialog box contains a list of activity types, a text input field for a custom variant, and a "Сохранить" (Save) button. The background table shows sections like "Раздел 1. Знания о физической культуре" and "Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности".

Рис. 15. Пример ввода «Виды деятельности»

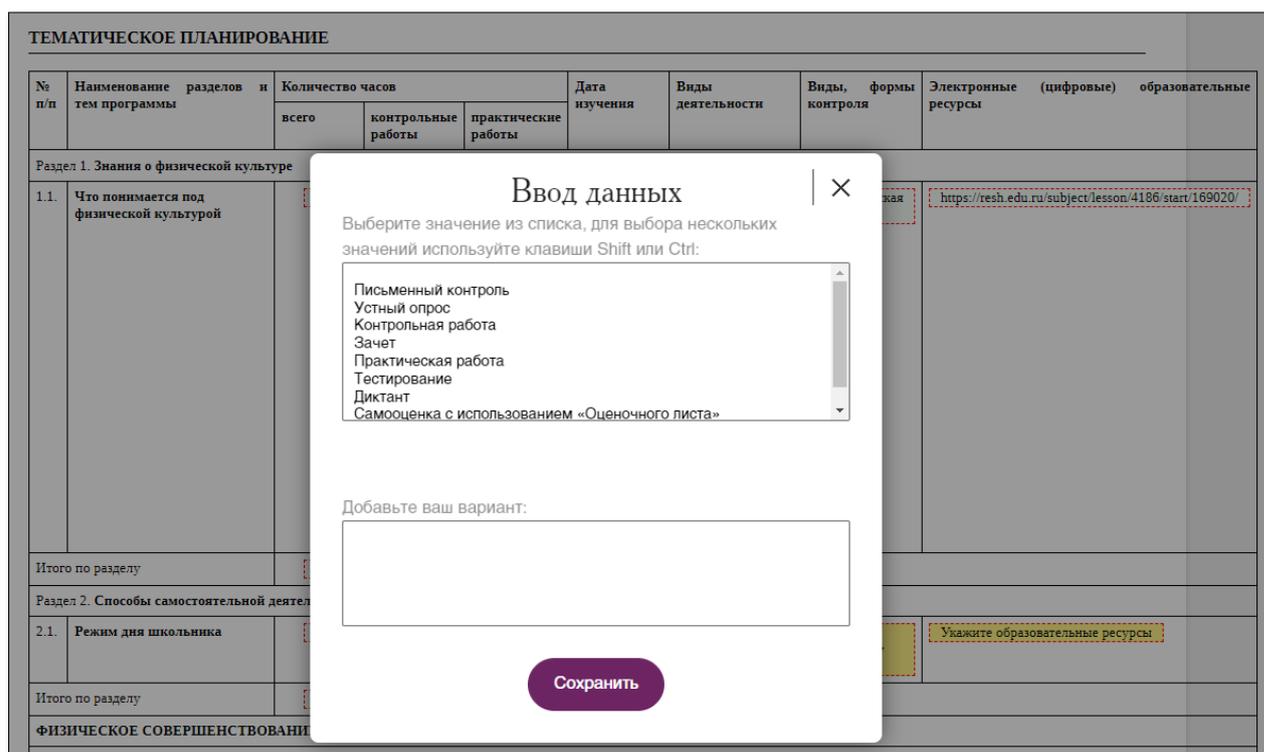


Рис. 16. Пример ввода «Виды, формы контроля»

Цифровые образовательные ресурсы (рис. 17) добавляются учителем самостоятельно путем текстового ввода или добавление ссылки (рис. 18).



Рис. 17. Примеры электронных (цифровых) образовательных ресурсов

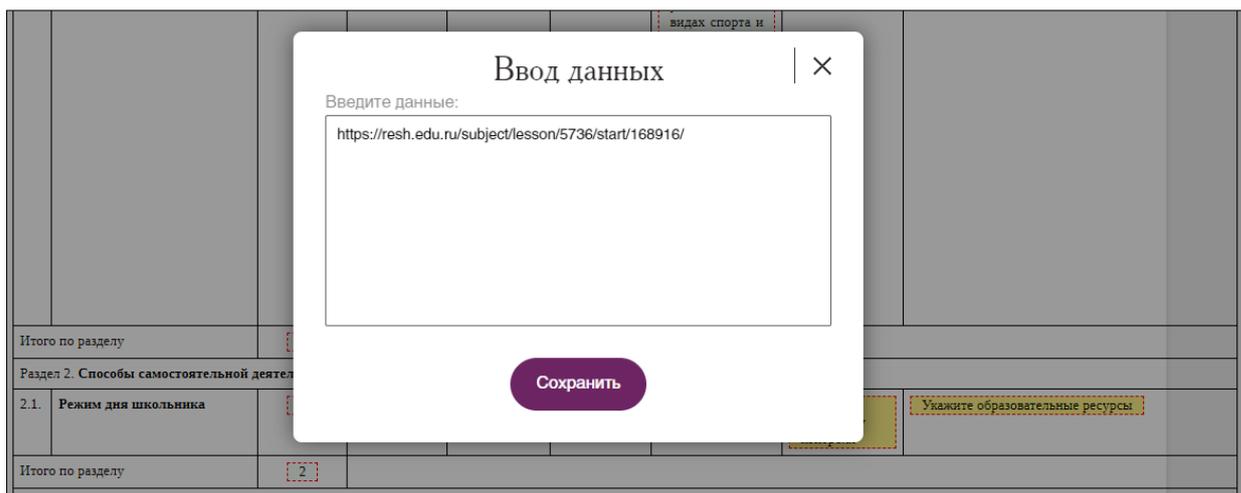


Рис. 18. Пример ввода «Электронные (цифровые) образовательные ресурсы»

Примеры информационно-образовательных ресурсов:

- [Российская электронная школа \(resh.edu.ru\)](https://resh.edu.ru/),
- [Московская электронная школа \(mos.ru\)](https://mos.ru/),
- [Яндекс.Учебник – официальный сайт \(yandex.ru\)](https://yandex.ru/),
- [ЯКласс \(yaklass.ru\)](https://yaklass.ru/),
- [Сферум - для тебя, школы и жизни \(sferum.ru\)](https://sferum.ru/),
- [Дневник.ру \(dnevnik.ru\)](https://dnevnik.ru/).

Для освоения тем, связанных с подготовкой обучающихся к сдаче нормативов ВФСК «ГТО» возможно использование сайтов:

- [ВФСК ГТО \(gto.ru\)](https://gto.ru/),
- [ГТО76.pf](https://gto76.pf/).

Примеры ссылок на «Российскую электронную школу» для изучения тем учебного предмета «Физическая культура» в 1 и 5 классах представлены в приложении 1.

### *Поурочное планирование*

Поурочное планирование по требованиям обновленных ФГОС не является обязательным. Заполнение поурочного планирования регламентируется локальным актом образовательной организации.

Поурочное планирование разработано в конструкторе рабочих программ для удобства учителя. Это планирование позволяет правильно распределить уроки и облегчает процесс заполнения электронного журнала путем копирования тем уроков. Ячейка «дата урока» является не обязательной для заполнения (можно оставить пустой).

При заполнении поурочного планирования учитель может воспользоваться «Тематическим классификатором», расположенным на портале «Единое содержание общего образования» ([edsoo.ru](http://edsoo.ru)). Выбрав по фильтру класс и учебный предмет «Физическая культура», можно познакомиться с предлагаемой тематикой уроков и достигаемых при этом личностных результатов (рис. 19).

Минпросвещения России  
Министерство просвещения Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное учреждение образования  
ИНСТИТУТ СТРАТЕГИИ  
РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ ОБРАЗОВАНИЯ

### Тематический классификатор

Найти по теме или КЭС Поиск

1 класс ▼ Физическая культура ▼ Сбросить фильтр

Урок физической культуры в школе Подробнее

Урок 1 Физическая культура 1 класс

Правила поведения на уроке физической культуры Подробнее

Урок 2 Физическая культура 1 класс

История Олимпийских игр. Олимпийские игры в России Подробнее

Урок 3 Физическая культура 1 класс

Место для занятий физическими упражнениями. Спортивное оборудование и инвентарь. Одежда для занятий физическими упражнениями. Подробнее

Урок 4 Физическая культура 1 класс

Техника безопасности при выполнении физических упражнений, проведении игр и спортивных эстафет Подробнее

Урок 5 Физическая культура 1 класс

Рис. 19. Тематика уроков по учебному предмету «Физическая культура» в 1 классе

В таблице поурочного планирования Конструктора тема урока добавляется учителем самостоятельно, путем двойного нажатия курсора (рис. 20).

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ						
№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Правила поведения на уроках физической культуры, подбора одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе. Построение, ходьба и бег с изменением частоты и длины и шага.	1	0	1	01.09.2022	Практическая работа;

Рис. 19. Заполнение поурочного планирования в Конструкторе

Ввод количества часов, даты изучения и видов, форм контроля аналогичен тематическому планированию. Конструктор не позволяет выбрать одну дату на два и более уроков.

#### *Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса*

В разделе «Обязательные учебные материалы для ученика» предоставляется возможность выбора учебника, входящего в действующий федеральный перечень (рис 20).

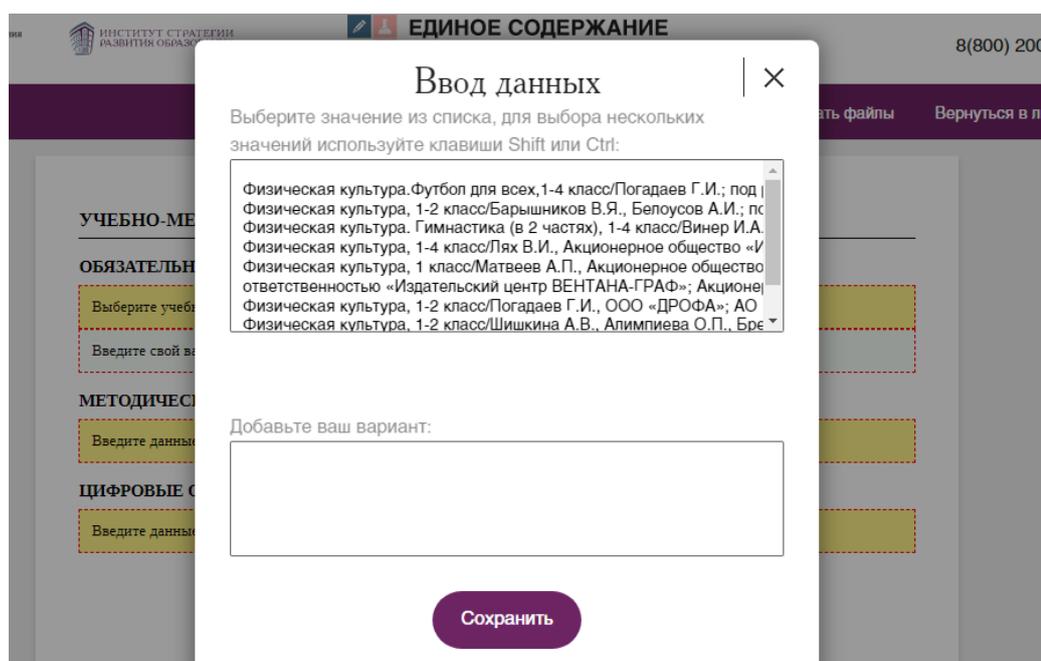


Рис. 20. Выбор обязательного учебного материала для ученика

В разделы «Методические материалы для учителя» и «Цифровые образовательные ресурсы и ресурсы сети Интернет» информация вносится путем текстового ввода (рис 21).

В методических материалах для учителя целесообразно указать линию УМК автора, выбранного вами учебника для обучающихся. Возможно указание учебников по теории и методике видов спорта, на основе которых формируются модули разделов рабочей программы.

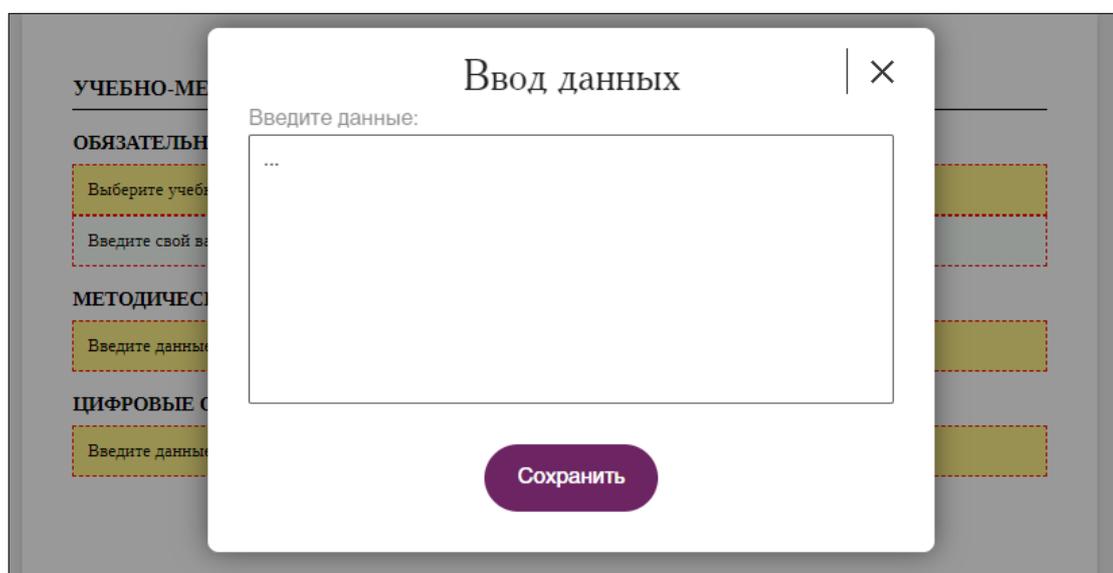


Рис. 21. Внесение информации в разделы «Методические материалы для учителя» и «Цифровые образовательные ресурсы и ресурсы сети Интернет»

### *Материально-техническое обеспечение образовательного процесса*

Учебное оборудование и оборудование для лабораторных и практических работ определяется и заполняется, исходя из реальной материально-технической базы школы. При заполнении этих двух разделов конструктор предлагает текстовый ввод информации (рис. 22).

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Учебное оборудование

Укажите учебное оборудование

Оборудование для проведения лабораторных, практических работ, демонстраций

Укажите оборудование для проведения презентаций, демонстраций

Ввод данных

Например: лыжи, мячи ...

Введите данные:

Сохранить

Рис. 22. Внесение информации в раздел «Учебное оборудование»

Перечень спортивного инвентаря и оборудования, соответствующих современным условиям обучения, необходимых при оснащении общеобразовательных организаций в целях реализации мероприятий, предусмотренных государственной программой Российской Федерации «Развитие образования» представлен в приложении 2.

### 3. Сохранение рабочей программы

Конструктор предлагает два варианта сохранения программы, промежуточный и итоговый.

Если работа над программой не завершена, то перед выходом из конструктора необходимо нажать в верхнем меню «Сохранить» (рис. 23).

После этого программа попадает в «Черновики рабочих программ» Вашего личного кабинета (рис. 24).

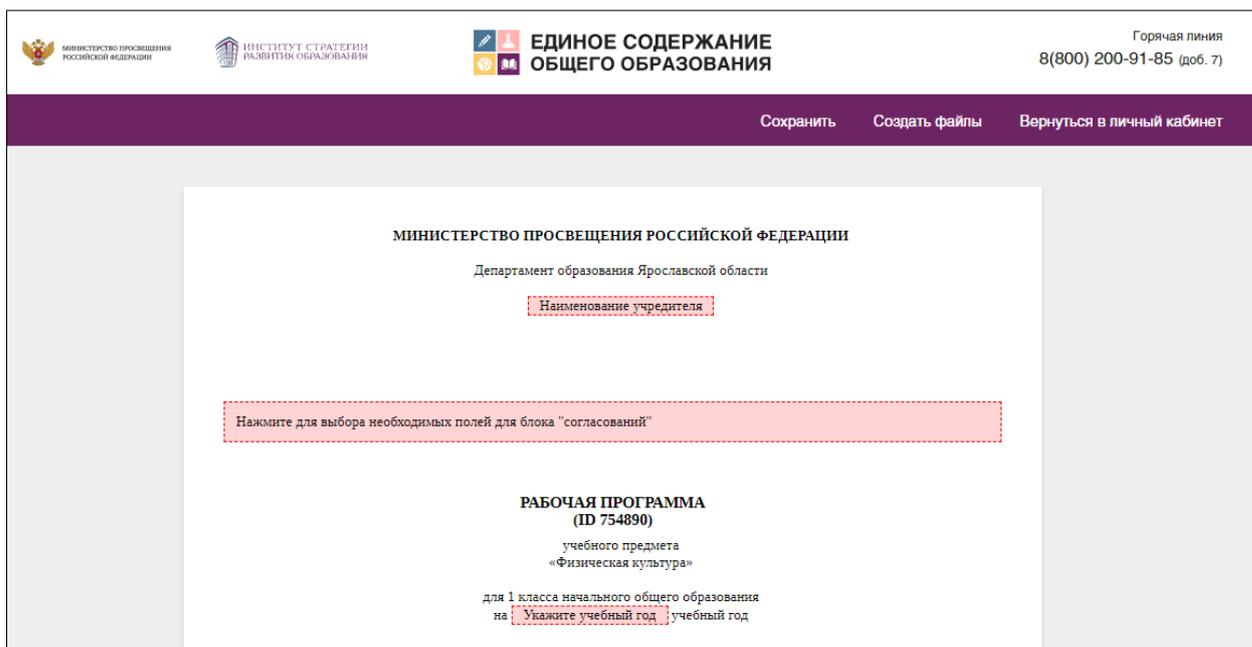


Рис. 23. Сохранение черновика рабочей программы

Для дальнейшей работы с программой нужно нажать «Продолжить редактирование», для удаления программы – «Удалить черновик» (рис. 24).

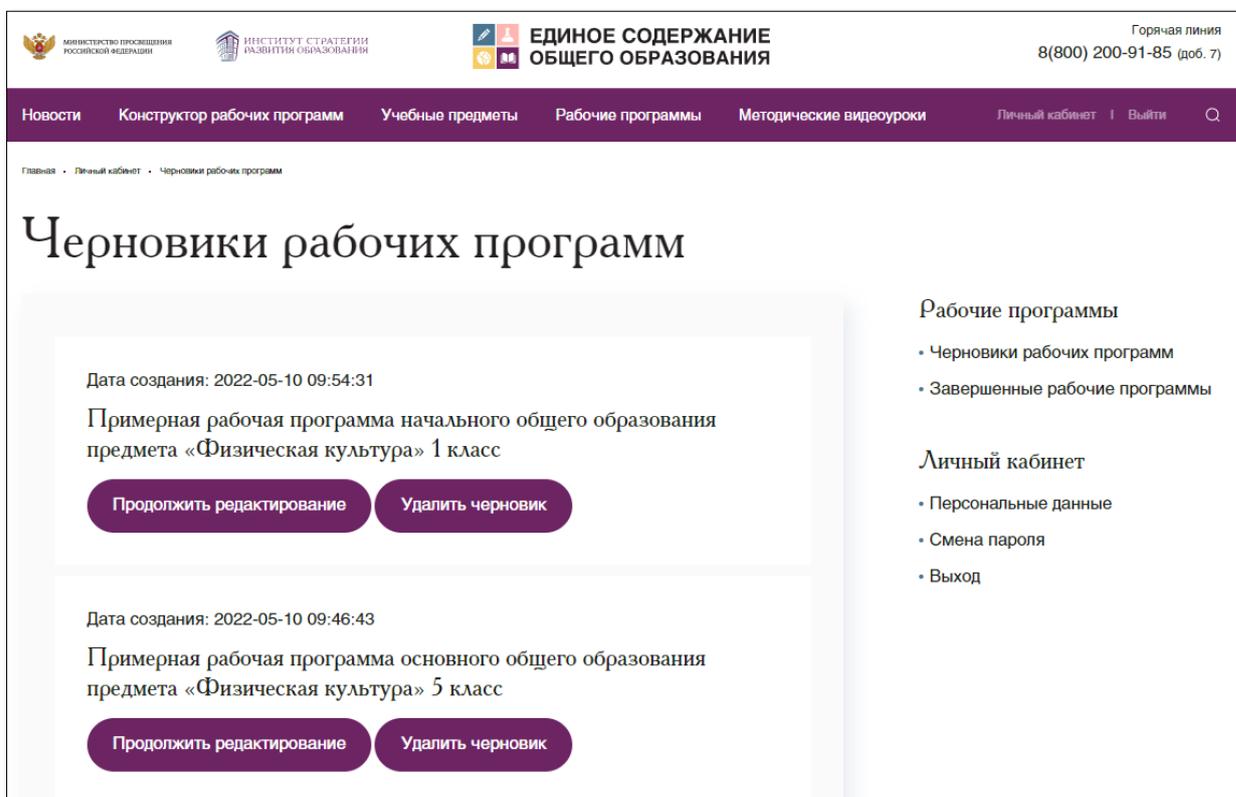


Рис. 24. Примеры черновиков рабочей программы личного кабинета Конструктора

После окончания работы по созданию программы необходимо нажать кнопку «Создать файлы» (рис. 23). После этого программа попадает в «Завершенные рабочие программы» Вашего личного кабинета (рис. 25).

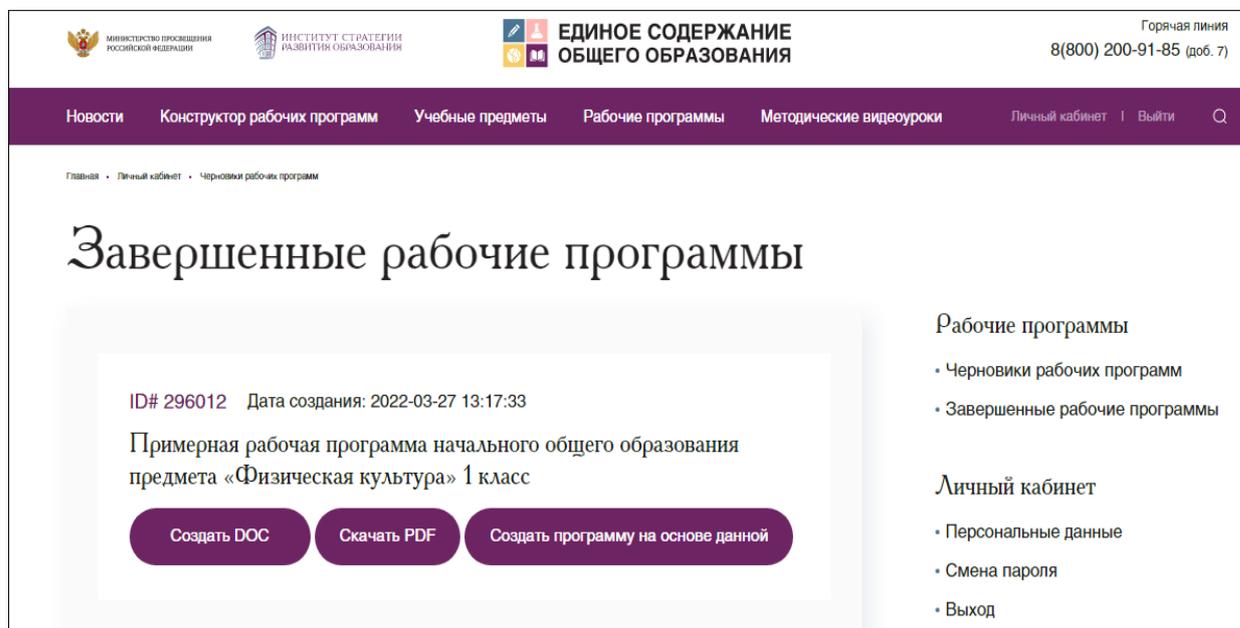


Рис. 25. Примеры завершенных рабочие программы личного кабинета Конструктора

Далее необходимо скачать рабочую программу в формате Word («Создать DOC») или PDF («Скачать PDF»).

При необходимости внести изменения в завершенную рабочую программу необходимо нажать на «Создать программу на основе данной».

**Примеры ссылок на «Российскую электронную школу» для изучения  
тем учебного предмета «Физическая культура» в 1 классе**

Тема	Ссылка
Как возникли первые соревнования	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5733/start/168855/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5733/start/168855/</a>
Виды передвижения	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5738/start/168896/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5738/start/168896/</a>
Режим дня, утренняя зарядка	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/</a>
Физические качества	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/start/168937/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/start/168937/</a>
Гигиена. Личная гигиена	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/168957/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/168957/</a>
Учимся держать спину ровно. Правильная осанка	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/168978/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/168978/</a>
Закаливание	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5737/start/168999/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5737/start/168999/</a>
Итоговый урок по разделу «Знание – сила!!!»	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4186/start/169020/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4186/start/169020/</a>
Правила безопасности на уроке лёгкой атлетики. Техника челночного бега с высокого старта	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/169041/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/169041/</a>
Беговые упражнения из различных исходных положений. Игра «Мышеловка». Бег на 30 м с высокого старта	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/</a>
Метание мешочка на дальность. Игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4063/start/169082/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4063/start/169082/</a>
Упражнения для развития силы. Прыжок в длину с места. Игра «Быстро по местам»	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/169103/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/169103/</a>
Метание в цель. Игра «Точно в мишень»	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/</a>
Метание в цель с разбега. Игра «Точно в мишень»	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5743/start/43254/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5743/start/43254/</a>
Быстрота. Игра «Кто быстрее»	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4189/start/189310/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4189/start/189310/</a>
Выносливость. Игра «К своим флажкам»	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5098/start/69334/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5098/start/69334/</a>
Итоговый урок по разделу «Меткие и быстрые»	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5741/start/189331/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5741/start/189331/</a>
Правила безопасности на уроках лыжной подготовки. Передвижения на лыжах ступающим шагом	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5740/start/223641/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5740/start/223641/</a>
Передвижение на лыжах	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5742/start/223801/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5742/start/223801/</a>
Передвижение на лыжах с палками скользящим шагом	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4183/start/189419/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4183/start/189419/</a>
Передвижение на лыжах с палками и попеременным двухшажным ходом	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4190/start/69168/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4190/start/69168/</a>
Передвижение на лыжах с палками одновременным одношажным ходом	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4088/start/189440/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4088/start/189440/</a>
Подъём на склон «лесенкой» на лыжах. Игра «Кто дальше?»	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4180/start/189461/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4180/start/189461/</a>

Торможение «плугом» на лыжах. Игра «Кто дальше?»	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5099/start/223780/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5099/start/223780/</a>
Итоговый урок по разделу «Лыжная подготовка»	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5744/start/189503/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5744/start/189503/</a>
Строевые упражнения. Наклон вперёд из положения стоя	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/189523/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/189523/</a>
Вис на согнутых руках. Кувырок вперёд	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4192/start/61590/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4192/start/61590/</a>
Подтягивание на перекладине из вися лёжа. Кувырок назад	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5746/start/189544/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5746/start/189544/</a>
Вращение обруча. «Мост»	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5745/start/223822/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5745/start/223822/</a>
Скакалка. Прыжки со скакалкой	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/223621/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/223621/</a>
Лазание	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3510/start/189584/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3510/start/189584/</a>
Круговая тренировка	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/start/90482/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/start/90482/</a>
Итоговый урок по разделу «Гибкость, грация!»	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5747/start/189604/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5747/start/189604/</a>
История футбола	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4232/start/223842/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4232/start/223842/</a>
Футбол. Удар по неподвижному мячу	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4233/start/189625/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4233/start/189625/</a>
Футбол. Остановка мяча	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5728/start/189645/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5728/start/189645/</a>
Футбол. Передача мяча в тройках	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4234/start/223863/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4234/start/223863/</a>
Итоговый урок по разделу «Кожаный мяч» (футбол)	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5748/start/190417/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5748/start/190417/</a>
Баскетбол. Передвижения	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4114/start/189685/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4114/start/189685/</a>
Передача баскетбольного мяча	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4123/start/189705/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4123/start/189705/</a>
Ведение баскетбольного мяча. Обвод конусов	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4235/start/189725/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4235/start/189725/</a>
Ведение баскетбольного мяча в колоннах	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5749/start/189745/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5749/start/189745/</a>
Итоговый урок по разделу «Игры для ловких и сообразительных! Оранжевый мяч! (баскетбол)»	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4132/start/223883/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4132/start/223883/</a>
Правила безопасности и возникновения подвижных игр	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/start/189765/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/start/189765/</a>
Подвижные игры на развитие ловкости	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/189786/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/189786/</a>
Подвижные игры с перебежками	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/start/189806/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/start/189806/</a>
Подвижные игры на развитие координации	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/start/189826/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/start/189826/</a>
Подвижные игры на развитие двигательной активности	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/start/189846/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/start/189846/</a>
Подвижные игры на точность	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/start/189867/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/start/189867/</a>
Итоговый урок по разделу «Подвижные игры»	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4237/start/223662/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4237/start/223662/</a>

**Примеры ссылок на «Российскую электронную школу» для изучения тем учебного предмета «Физическая культура» в 5 классе**

Тема	Ссылка
Миф о зарождении Олимпийских игр	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7435/start/263201/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7435/start/263201/</a>
Исторические сведения о древних Олимпийских играх	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7436/start/314028/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7436/start/314028/</a>

История завершения Олимпийских игр древности	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7434/start/314059/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7434/start/314059/</a>
Основные показатели физического развития	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7437/start/314090/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7437/start/314090/</a>
Осанка как показатель физического развития человека	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7438/start/263294/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7438/start/263294/</a>
«Готов к труду и обороне» - всероссийский физкультурно-спортивный комплекс	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7439/start/263013/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7439/start/263013/</a>
Режим дня	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7440/start/261253/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7440/start/261253/</a>
Утренняя гимнастика	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7441/start/262982/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7441/start/262982/</a>
Закаливание	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7442/start/309247/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7442/start/309247/</a>
Физкультминутки и физкультпаузы в течение учебных занятий	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7443/start/314123/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7443/start/314123/</a>
Как выбрать и подготовить место для занятий физическими упражнениями	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7444/start/263360/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7444/start/263360/</a>
Как выбрать одежду и обувь для занятий физическими упражнениями	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7445/start/261347/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7445/start/261347/</a>
Как составлять комплексы упражнений оздоровительной гимнастики	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7446/start/314149/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7446/start/314149/</a>
Физическая нагрузка и особенности её дозирования	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7447/start/262856/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7447/start/262856/</a>
Самонаблюдение и самоконтроль	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7448/start/262824/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7448/start/262824/</a>
Правила оформления результатов самонаблюдения и самоконтроля	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7449/start/261538/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7449/start/261538/</a>
Развитие гибкости	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7450/start/263263/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7450/start/263263/</a>
Развитие координации движений	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7451/start/314176/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7451/start/314176/</a>
Дыхательная гимнастика	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7452/start/261316/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7452/start/261316/</a>
Формирование стройной фигуры	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7453/start/314210/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7453/start/314210/</a>
Гимнастика для глаз	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7454/start/263104/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7454/start/263104/</a>
Гимнастика с основами акробатики	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/start/263071/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/start/263071/</a>
Акробатические упражнения	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7456/start/314238/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7456/start/314238/</a>
Ритмическая гимнастика	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7457/start/263166/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7457/start/263166/</a>
Опорные прыжки. Упражнения и комбинации на гимнастическом бревне	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7458/start/261507/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7458/start/261507/</a>
Лёгкая атлетика. Бег	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7459/start/262735/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7459/start/262735/</a>
Лёгкая атлетика. Прыжковые упражнения	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7460/start/262701/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7460/start/262701/</a>
Лёгкая атлетика. Упражнения в метании малого мяча	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7461/start/262792/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7461/start/262792/</a>
Лыжные гонки	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7462/start/262762/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7462/start/262762/</a>
Лыжный спорт в России	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7463/start/263135/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7463/start/263135/</a>
Спортивные игры. Баскетбол	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7464/start/261477/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7464/start/261477/</a>
Спортивные игры. Волейбол	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/start/261447/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/start/261447/</a>
Спортивные игры. Футбол	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7466/start/262671/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7466/start/262671/</a>
Национальные виды спорта народов Российской Федерации. Подведение итогов	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7467/start/262639/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7467/start/262639/</a>

**Перечень спортивного инвентаря и оборудования, соответствующих современным условиям обучения, необходимых при оснащении общеобразовательных организаций в целях реализации мероприятий, предусмотренных государственной программой Российской Федерации «Развитие образования»**

УТВЕРЖДЕН  
приказом Министерства просвещения Российской Федерации  
от 23 августа 2021 г. №590

<b>Подраздел 7. Спортивный комплекс</b>	
Часть 1. Раздевалочные	
Основное оборудование	
1.7.1.	Система хранения вещей обучающихся со скамьей в комплекте/Система хранения и сушка вещей обучающихся со скамьей в комплекте
Часть 2. Универсальный спортивный зал	
Основное оборудование	
1.7.2.	Табло электронное игровое (для волейбола, баскетбола, футбола, гандбола) с защитным экраном
1.7.3.	Стеллаж для инвентаря
Спортивные игры	
1.7.4.	Стойки волейбольные с волейбольной сеткой
1.7.5.	Ворота для мини-футбола/гандбола пристенные с креплением к стене (комплект из 2-х ворот с сетками)
1.7.6.	Защитная сетка на окна
1.7.7.	Кольцо баскетбольное
1.7.8.	Сетка баскетбольная
1.7.9.	Ферма для щита баскетбольного
1.7.10.	Щит баскетбольный
1.7.11.	Мяч баскетбольный
1.7.12.	Мяч футбольный
1.7.13.	Мяч волейбольный
1.7.14.	Насос для накачивания мячей
1.7.15.	Жилетка игровая
1.7.16.	Щитки футбольные
1.7.17.	Перчатки вратарские
1.7.18.	Свисток
1.7.19.	Секундомер
1.7.20.	Система для перевозки и хранения мячей
1.7.21.	Конус с втулкой, палкой и флажком
Дополнительное вариативное оборудование	
1.7.22.	Стеновые протекторы

Общефизическая подготовка	
Основное оборудование	
1.7.23.	Скамейка гимнастическая универсальная
1.7.24.	Мат гимнастический прямой
1.7.25.	Мост гимнастический подкидной
1.7.26.	Бревно гимнастическое напольное постоянной высоты
1.7.27.	Бревно гимнастическое тренировочное
1.7.28.	Стенка гимнастическая
1.7.29.	Перекладина гимнастическая пристенная/Перекладина гимнастическая универсальная (турник)
1.7.30.	Перекладина навесная универсальная
1.7.31.	Брусья навесные для гимнастической стенки
1.7.32.	Брусья гимнастические параллельные
1.7.33.	Брусья гимнастические разновысокие
1.7.34.	Кольца гимнастические
1.7.35.	Козел гимнастический
1.7.36.	Конь гимнастический (с ручками) маховый
1.7.37.	Конь гимнастический прыжковый переменной высоты
1.7.38.	Тумба прыжковая атлетическая
1.7.39.	Доска навесная для гимнастической стенки
1.7.40.	Тренажер навесной
1.7.41.	Комплект для групповых занятий (с подвижным стеллажом)
1.7.42.	Консоль пристенная для канатов и шестов
1.7.43.	Канат для лазания
1.7.44.	Скакалка
1.7.45.	Мяч набивной (медбол)
1.7.46.	Степ платформа
1.7.47.	Снаряд для функционального тренинга
1.7.48.	Дуги для подлезания
1.7.49.	Коврик гимнастический
1.7.50.	Палка гимнастическая утяжеленная (бодибар)
1.7.51.	Стойка для бодибаров
Дополнительное вариативное оборудование	
1.7.52.	Шест для лазания
1.7.53.	Стойка баскетбольная
Основное оборудование	
Легкая атлетика	
1.7.54.	Стойки для прыжков в высоту
1.7.55.	Планка для прыжков в высоту
1.7.56.	Измеритель высоты установки планки для прыжков в высоту
1.7.57.	Дорожка гимнастическая
1.7.58.	Дорожка для прыжков в длину
1.7.59.	Мяч для метания
1.7.60.	Щит для метания в цель навесной
1.7.61.	Барьер легкоатлетический регулируемый, юношеский
1.7.62.	Палочка эстафетная
1.7.63.	Комплект гантелей
1.7.64.	Комплект гирь
1.7.65.	Нагрудные номера
Подвижные игры и спортивные мероприятия	

Основное оборудование	
1.7.66.	Набор для подвижных игр (в сумке)
1.7.67.	Комплект для проведения спортмероприятий (в бауле)
1.7.68.	Комплект судейский (в сумке)
1.7.69.	Музыкальный центр
Часть 3. Кабинет учителя физической культуры	
Специализированная мебель и системы хранения	
Основное оборудование	
1.7.70.	Стол учителя
1.7.71.	Кресло учителя
1.7.72.	Шкаф для одежды
1.7.73.	Доска пробковая/Доска магнитно-маркерная
Технические средства	
1.7.74.	Компьютер учителя с периферией/ноутбук (лицензионное программное обеспечение, программное обеспечение)
1.7.75.	Многофункциональное устройство/принтер
Часть 4. Снарядная	
Основное/Дополнительное вариативное оборудование	
1.7.76.	Стеллаж для лыж
1.7.77.	Лыжный комплект
1.7.78.	Шкаф для сушки лыжных ботинок
1.7.79.	Флажки для разметки лыжной трассы
1.7.80.	Нагрудные номера
Основное оборудование	
1.7.81.	Стол для настольного тенниса передвижной для помещений
1.7.82.	Комплект для настольного тенниса
1.7.83.	Стойки для бадминтона
1.7.84.	Набор для бадминтона (в чехле)
1.7.85.	Тележка для перевозки матов
1.7.86.	Мат гимнастический складной
1.7.87.	Комплект поливалентных матов и модулей
1.7.88.	Обруч гимнастический
1.7.89.	Упоры для отжиманий
1.7.90.	Канат для перетягивания
1.7.91.	Граната спортивная для метания
1.7.92.	Пьедестал разборный
1.7.93.	Аптечка универсальная для оказания первой медицинской помощи (в соответствии с приказом № 822н)
1.7.94.	Часы с пульсометром и шагометром
1.7.95.	Грабли для песка
1.7.96.	Рулетка
1.7.97.	Стеллаж для инвентаря
1.7.98.	Шкаф-локер для инвентаря
Шахматы и шашки	
1.7.99.	Набор для игры в шахматы
1.7.100.	Набор для игры в шашки
1.7.101.	Шахматные часы
Часть 5. Плавательный бассейн	
Основное/Дополнительное вариативное оборудование	
Раздевальная	

1.7.102.	Система хранения вещей обучающихся со скамьей в комплекте/Система хранения и сушка вещей обучающихся со скамьей в комплекте
Специализированное оборудование для плавания	
1.7.103.	Аквапалка
1.7.104.	Акватренер двойной с поясом
1.7.105.	Антискользящее покрытие для влажных помещений
1.7.106.	Доска для плавания
1.7.107.	Жилет плавательный спасательный (страховочный)
1.7.108.	Игрушки плавающие
1.7.109.	Катушка для хранения разделительных дорожек
1.7.110.	Комплект для подводного плавания
1.7.111.	Контактные элементы
1.7.112.	Контейнер для хранения инвентаря
1.7.113.	Крепление для спасательного круга
1.7.114.	Круг спасательный (детский облегченный)
1.7.115.	Лопатки для рук разных размеров
1.7.116.	Мяч резиновый
1.7.117.	Надувные круги и нарукавники для плавания
1.7.118.	Обруч плавающий (горизонтальный)
1.7.119.	Обруч с грузами (вертикальный)
1.7.120.	Поплавок цветной (флажок)
1.7.121.	Пояс с петлей для обучения плаванию
1.7.122.	Разделительная волногасящая дорожка
1.7.123.	Термометр для воды
1.7.124.	Термометр комнатный
1.7.125.	Часы-секундомер (настенные)
1.7.126.	Шест пластмассовый
1.7.127.	Шест спасательный с петлей
Душевые и туалеты при плавательном бассейне (позиции 1.7.128 - 1.7.133 в случае их отсутствия в проектно-сметной документации)	
1.7.128.	Педальное ведро
1.7.129.	Держатель для туалетной бумаги
1.7.130.	Сиденье для унитаза
1.7.131.	Электросушилка для рук/Держатель для бумажных полотенец/Диспенсер бумажных полотенец
1.7.132.	Диспенсер для мыла
1.7.133.	Фен для сушки волос
Часть 6. Малый спортивный зал	
Дополнительное вариативное оборудование	
1.7.134.	Тренажер беговая дорожка (электрическая)
1.7.135.	Тренажер эллипсоид магнитный
1.7.136.	Велотренажер магнитный
1.7.137.	Тренажер на жим лежа
1.7.138.	Тренажер для вертикального жима
1.7.139.	Тренажер вертикально-горизонтальной тяги
1.7.140.	Скамья для пресса
1.7.141.	Тренажер для жима ногами
1.7.142.	Скамья горизонтальная атлетическая
1.7.143.	Скамья универсальная
1.7.144.	Тренажер для мышц спины
1.7.145.	Скамья для обратных гиперэкстензий

1.7.146.	Стеллаж для гантелей
1.7.147.	Комплект гантелей обрезиненных
1.7.148.	Штанга обрезиненная разборная
1.7.149.	Стойка для приседания со штангой
1.7.150.	Скамейка для жима штанги
1.7.151.	Тренажер для разработки отводящих и приводящих мышц бедра
Технические средства	
1.7.152.	Музыкальный центр
Комплект для фитнеса, хореографии и общефизической подготовки	
1.7.153.	Зеркало травмобезопасное
1.7.154.	Станок хореографический двухрядный
1.7.155.	Кронштейн для фитболов
1.7.156.	Комплект для групповых занятий (с подвижным стеллажом)
1.7.157.	Комплект для силовой гимнастики (с подвижным стеллажом)
1.7.158.	Степ-платформа
1.7.159.	Скамейка гимнастическая универсальная
1.7.160.	Шкаф-локер для инвентаря
Технические средства	
1.7.161.	ЖК панель с медиаплеером
1.7.162.	Музыкальный центр
Комплект для занятий гимнастикой, акробатикой, единоборствами	
Дополнительное вариативное оборудование	
1.7.163.	Скамейка гимнастическая универсальная
1.7.164.	Ковер гимнастический
1.7.165.	Мат для приземлений и отработки бросков
1.7.166.	Зеркало передвижное травмобезопасное
1.7.167.	Модуль-трапеция большой
1.7.168.	Ковер борцовский
1.7.169.	Манекен для занятия единоборствами
1.7.170.	Жгут тренировочный полимерный эластичный
1.7.171.	Стенка гимнастическая
1.7.172.	Перекладина навесная универсальная
1.7.173.	Брусья навесные
1.7.174.	Доска наклонная навесная
Бадминтон	
1.7.175.	Скамейка гимнастическая универсальная
1.7.176.	Волан
1.7.177.	Ракетка для бадминтона
1.7.178.	Сетка для бадминтона
1.7.179.	Стойки для крепления бадминтонной сетки
1.7.180.	Струны для бадминтона
Велоспорт	
Дополнительное вариативное оборудование	
1.7.181.	Велосипед спортивный
1.7.182.	Трюковый велосипед
1.7.183.	Запасные части для ремонта велосипедов
1.7.184.	Комплект защиты
1.7.185.	Стойка и комплект инструментов для ремонта велосипеда
1.7.186.	Стойка для велосипедов
Волейбол	

1.7.187.	Скамейка гимнастическая универсальная
1.7.188.	Антенны с карманом для сетки
1.7.189.	Вышка судейская универсальная
1.7.190.	Мяч волейбольный
1.7.191.	Протектор для волейбольных стоек
1.7.192.	Сетка волейбольная
1.7.193.	Стойка волейбольная универсальная
1.7.194.	Тренажер для волейбола
Гандбол	
1.7.195.	Ворота для мини-гандбола или гандбола
1.7.196.	Мяч для метания резиновый
1.7.197.	Сетка гашения
1.7.198.	Сетка для ворот
1.7.199.	Стойка для обводки
1.7.200.	Мяч гандбольный (размеры - 1, 2, 3)
Городошный спорт	
1.7.201.	Бита
1.7.202.	Городки
1.7.203.	Листы с разметкой города
1.7.204.	Отбойная стенка
1.7.205.	Сетка для ограждения
1.7.206.	Фиксированные планки на лицевых линиях конов и полуконов
Греко-римская и вольная борьба	
1.7.207.	Борцовский тренировочный манекен
1.7.208.	Комплект борцовского ковра (покрытие, маты)
Дартс	
1.7.209.	Дротик
1.7.210.	Мишень
Дзюдо	
1.7.211.	Татами (маты для дзюдо)
1.7.212.	Тренировочные борцовские манекены
1.7.213.	Гонг
1.7.214.	Амортизаторы спортивные для тренировок
1.7.215.	Тренажер кистевой
Легкая атлетика	
1.7.216.	Скамейка гимнастическая универсальная
1.7.217.	Брусok для отталкивания
1.7.218.	Граната спортивная для метания
1.7.219.	Диск легкоатлетический
1.7.220.	Дорожка для разбега
1.7.221.	Зона приземления для прыжков
1.7.222.	Линейка для прыжков в длину
1.7.223.	Метательный снаряд
1.7.224.	Мяч малый для метания
1.7.225.	Планка для прыжков в высоту
1.7.226.	Стартовая колодка легкоатлетическая
1.7.227.	Стойка для прыжков в высоту
Настольный теннис	
1.7.228.	Скамейка Гимнастическая универсальная
1.7.229.	Ракетка для настольного тенниса

1.7.230.	Сетка
1.7.231.	Стол теннисный любительский
1.7.232.	Стол теннисный профессиональный
1.7.233.	Тренировочный робот
1.7.234.	Табло для настольного тенниса перекидное
1.7.235.	Предметно-тематический стенд
Пулевая стрельба	
1.7.236.	Инвентарь для стрельбы
1.7.237.	Металлический шкаф
1.7.238.	Очки защитные
1.7.239.	Пневматическая винтовка
1.7.240.	Пневматический пистолет
1.7.241.	Пулеулавливатель с мишенью
Самбо	
1.7.242.	Ковер для самбо
Скалолазание	
1.7.243.	Скамейка гимнастическая универсальная
1.7.244.	Каска
1.7.245.	Релаксационная стенка
1.7.246.	Оборудование для скалодрома с зацепками
1.7.247.	Специальное снаряжение
1.7.248.	Страховочное снаряжение
1.7.249.	Траверсы
Скейтбординг	
1.7.250.	Скейтборд
1.7.251.	Комплект защиты
Спортивная гимнастика	
1.7.252.	Скамейка гимнастическая универсальная
1.7.253.	Бревно гимнастическое напольное постоянной высоты
1.7.254.	Бревно гимнастическое тренировочное
1.7.255.	Мост гимнастический подкидной
1.7.256.	Перекладина гимнастическая
1.7.257.	Бревно напольное/скамейка гимнастическая универсальная
Спортивное ориентирование и спортивный туризм	
1.7.258.	Веревка туристическая
1.7.259.	Емкость для воды
1.7.260.	Коврик бивуачный
1.7.261.	Компас спортивный
1.7.262.	Комплект туристический бивуачный
1.7.263.	Контрольный пункт с системой отметки
1.7.264.	Костровой набор
1.7.265.	Набор канатов
1.7.266.	Набор шанцевого инструмента
1.7.267.	Разметочная полимерная лента
1.7.268.	Рюкзак туристический
1.7.269.	Стол переносной раскладной с комплектом стульев
1.7.270.	Тент
1.7.271.	Фонарь кемпинговый
Теннис	
1.7.272.	Корзина для сбора и подачи мячей

1.7.273.	Линии для разметки грунтового корта
1.7.274.	Мяч для тенниса
1.7.275.	Оборудование для ухода за теннисным кортом
1.7.276.	Переносной барьер-сетка для мини-тенниса
1.7.277.	Разделительная сетка
1.7.278.	Ракетка теннисная
1.7.279.	Сетка для тенниса
1.7.280.	Стойка универсальная
1.7.281.	Тренировочная мишень
Фитнес-аэробика. Комплект для силовой гимнастики	
1.7.282.	Гантели
1.7.283.	Диск для баланса
1.7.284.	Клипса палка-обруч
1.7.285.	Клипса палка-палка
1.7.286.	Лестница для функционального тренинга длинная
1.7.287.	Мяч для фитнеса
1.7.288.	Мяч гимнастический глянцевый
1.7.289.	Мяч гимнастический овальный
1.7.290.	Обруч детский плоский
1.7.291.	Подушка балансировочная
1.7.292.	Полусфера степ
1.7.293.	Резиновые амортизаторы для выполнения силовых упражнений с цветовой кодировкой
1.7.294.	Степ платформа
1.7.295.	Стойка для резиновых амортизаторов
1.7.296.	Стойка для хранения полусфер степ
1.7.297.	Стойка для хранения дисков
1.7.298.	Стойка для хранения мячей для фитнеса
1.7.299.	Утяжелитель ленточный
Флорбол	
1.7.300.	Клюшка для флорбола
1.7.301.	Комплект защитной формы для вратаря
1.7.302.	Комплект защитных бортов
1.7.303.	Мяч для флорбола
1.7.304.	Сетка
Хоккей и фигурное катание на коньках	
1.7.305.	Клюшка для игры в хоккей
1.7.306.	Коньки для фигурного катания
1.7.307.	Коньки хоккейные обычные
1.7.308.	Лента для клюшек
1.7.309.	Оборудование для сушки коньков
1.7.310.	Станок для заточки коньков
1.7.311.	Стойка для клюшек
1.7.312.	Шайба для игры в хоккей
1.7.313.	Стойка для сушки (хранения) формы
1.7.314.	Полка для хранения шлемов
1.7.315.	Шлем для вратаря с маской
1.7.316.	Шлем для игрока
Художественная гимнастика	
1.7.317.	Булава гимнастическая

1.7.318.	Зеркала передвижные
1.7.319.	Ковер гимнастический
1.7.320.	Лента гимнастическая
1.7.321.	Мат акробатический
1.7.322.	Мат гимнастический
1.7.323.	Мяч гимнастический юниорский
1.7.324.	Обруч гимнастический
Часть 7. Душевые и туалеты при спортивном комплексе	
Основное оборудование/Дополнительное вариативное оборудование (позиции 1.7.325 - 1.7.329 в случае их отсутствия в проектно-сметной документации)	
1.7.325.	Педальное ведро
1.7.326.	Держатель для туалетной бумаги
1.7.327.	Сиденье для унитаза
1.7.328.	Электросушилка для рук/Держатель для бумажных полотенец/Диспенсер бумажных полотенец
1.7.329.	Диспенсер для мыла