

ГКОУ УР «БОЛЬШЕУЧИНСКАЯ ШКОЛА - ИНТЕРНАТ»

Рассмотрена на заседании
ШПК учителей начальных классов
протокол № 4
от «25» августа 2023г.

Утверждена
приказом директора
№ 98 - од
от «31» августа 2023 г.

Принята на заседании
педагогического совета
протокол № 4
от «28» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ КЛАССЕ**

Составитель: учитель высшей
квалификационной категории
Гуцеварова Елена Михайловна

с. Большая Уча
2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с нарушениями опорно-двигательного аппарата по предмету «Адаптивная физическая культура» для подготовительного класса разработана в соответствии с:

Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (от 28.09.2020 №28).
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014г. №1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»
- Федеральной адаптированной образовательной программой начального общего образования для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 6.4);
- Уставом ГКОУ УР «Большеучинская школа-интернат»;
- Адаптированной образовательной программой начального общего образования для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития ГКОУ УР «Большеучинская школа-интернат», (вариант 6.4).
- Локальными актами школы-интерната, регламентирующих организацию образовательного процесса.

Цели и задачи образовательно-коррекционной работы.

Цель: повышение двигательной активности детей и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни.

Основные задачи:

Развитие восприятия собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений.

Освоение доступных способов передвижения (в том числе с использованием ортопедических приспособлений).

Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью. Коррекция двигательных навыков, координации движений, физических качеств.

Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: ходьба на лыжах, плавание и другие.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Одним из важнейших направлений работы с ребенком, имеющим умственную отсталость, ТМНР, является физическое развитие, которое происходит на занятиях по адаптивной физической культуре. Программа по адаптивной физической культуре включает 6 разделов: «Плавание», «Коррекционные подвижные игры», «Велосипедная подготовка», «Лыжная подготовка», «Физическая подготовка», «Туризм».

Содержание раздела «Плавание» включает задачи на формирование умений двигаться в воде и навыка плавания. Раздел «Коррекционные подвижные игры» включает элементы спортивных игр и спортивных упражнений, подвижные игры. Основными задачами являются формирование умения взаимодействовать в процессе игры, соблюдать правила игры. На занятиях по велосипедной подготовке обучающиеся осваивают езду на трехколесном и двухколесном велосипеде. Раздел «Лыжная подготовка» предусматривает формирование навыка ходьбы на лыжах и дальнейшее его совершенствование. Раздел «Физическая подготовка» включает построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения. Программный материал раздела «Туризм» предусматривает

овладение различными туристическими навыками. Ввиду отсутствия материальной базы, материал по разделам «Плавание» и «Туризм» изучается теоретически.

ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» входит в предметную область «Физическая культура» обязательной части учебного плана образования обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), ТМНР (вариант 6.4)

На изучение предмета «Адаптивная физическая культура» в подготовительном классе отводится 3 часа в неделю. Курс рассчитан на 66 часов (33 учебные недели).

ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Личностные:

- 1) формирование основ персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу; осознание себя, как гражданина России;
- 2) формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
- 3) формирование уважительного отношения к иному мнению;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына или дочери, пассажира, покупателя) развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- 6) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- 7) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 8) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 9) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Предметные:

1. Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений:

освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в том числе с использованием технических средств);

освоение двигательных навыков, координации движений.

2. Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью:

умение устанавливать связь телесного самочувствия с физической нагрузкой: усталость после активной деятельности, болевые ощущения в мышцах после физических упражнений.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

№ п/п	Раздел	Количество часов
1	Физическая подготовка.	61
2	Коррекционные подвижные игры.	16
3	Лыжная подготовка.	9
4	Туризм.	2
5	Велосипедная подготовка.	9
6	Плавание.	2
Итого:		99

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С УЧЕТОМ СОДЕРЖАНИЯ МОДУЛЯ
«ШКОЛЬНЫЙ УРОК» РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ВОСПИТАНИЯ ГКОУ УР
«БОЛЬШЕУЧИНСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ**

№ п/п	Раздел, тема урока	Основные виды учебной деятельности обучающихся	Кол ичес тво часо в	Образовател ьное событие
	Физическая подготовка			
1.	Правила поведения в спортивном зале и на уроках АФК.	Беседа о технике безопасности на уроках АФК. Правила поведения во время занятий физической культуры в зале и на спортивной площадке.	1	День знаний
2.	Теоретические сведения Правила ТБ, личной гигиены. Основы знаний по ФК.		1	
3.	Элементы строевой подготовки. Основные ИП и движения головы, рук и ног. Различные ИП. Выполнение изолированных движений головы, рук, ног.		1	
4.	Упражнения для формирования правильной осанки.	Выполнение упражнений по показу.	1	
5.	Дыхательные упражнения с имитацией. «Паровоз» «чу-чу-чу»-выдох. «Самолет»- «у-у-у»	Выполнение дыхательных упражнений по показу.	1	
6.	Дыхательные упражнения.	Выполнение дыхательных упражнений по показу.	1	
7.	Круговые движения кистью.	Выполнение круговых движений кистью.	1	
8.	Основные положения и движения рук: вперед, в стороны, вверх, вниз, на пояс.	Выполнение упражнений по показу, с помощью, по словесной инструкции, за руку с тьютером.	1	
9.	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые».	Выполнение упражнений по показу, с помощью, по словесной инструкции, за руку с тьютером.	1	
10	Упражнения в построении парами.	Правильное построение и знание своего места в строю.	1	
11	Ходьба стайкой за учителем держась за руки: в заданном направлении (к игрушке)	Правильное построение и знание своего места в строю	1	
12	Ходьба стайкой за учителем держась за руки: между предметами.	Правильное построение и знание своего места в строю.	1	День работника дошкол

				ьного образов ания
	Коррекционные подвижные игры			
13	Игра «У медведя во бору»	Слушают и выполняют правила игры, взаимодействуют друг с другом в группе (по показу, по словесной инструкции, с помощью учителя, за руку с тьютером	1	День туризма
14	Игра «Догони мяч»	Слушают и выполняют правила игры, взаимодействуют друг с другом в группе (по показу, по словесной инструкции, с помощью учителя, за руку с тьютером	1	
15	Игра «По ровненькой дорожке»	Слушают и выполняют правила игры, взаимодействуют друг с другом в группе (по показу, по словесной инструкции, с помощью учителя, за руку с тьютером	1	
16	Игра «Докати мяч до флажка»	Слушают и выполняют правила игры, взаимодействуют друг с другом в группе (по показу, по словесной инструкции, с помощью учителя, за руку с тьютером	1	
	Физическая подготовка			
17	Одновременное сгибание и разгибание пальцев рук.	Упражнение в сгибании и разгибании пальцев рук.	1	
18	Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении сидя)		1	
19	Выполнение основных движений без предметов	Движение рук: вперед, в стороны, вверх, вниз, на пояс, к плечам, хлопки вверх, вниз, сгибание и разгибание рук в локтевых суставах. Поднимание согнутой ноги вперед. Сгибание и разгибание стоп.	1	
20	Выполнение основных движений с удерживанием мяча.	Движение рук: вперед, в стороны, вверх, вниз, на пояс, к плечам, хлопки вверх, вниз, сгибание и разгибание рук в локтевых суставах. Поднимание согнутой ноги вперед. Сгибание и разгибание стоп.	1	
21	Построение в шеренгу, колонну,	Выполняют построение в шеренгу, колонну, парами, круг по ориентирам, по	1	
22	Построение парами, в круг.		1	

		линии, взявшись за руки, на вытянутые вперед, в стороны руки. Выполняют движения самостоятельно/с помощью по словесной инструкции, по показу, за руку с тьютером.		
23	Ходьба в колонне по одному, ходьба по кругу.	Выполнение ходьбы в колонне по одному, по кругу, положив руки на плечи впереди стоящему, держась за веревку самостоятельно/с помощью по словесной инструкции, за руку с тьютером.	1	День отца в России
24	Ходьба с остановкой по сигналу учителя.	Выполнение ходьбы по кругу по ориентирам, положив руки на плечи впереди стоящему, держась за веревку, самостоятельно/с помощью по словесной инструкции, за руку с тьютером с остановкой по звуковому сигналу учителя.	1	
25	Ходьба с переходом на бег и обратно.	Выполнение ходьбы по одному, парами, стайкой с переходом на бег по звуковому сигналу учителя. Самостоятельно/с помощью, за руку с тьютером.	1	
	Коррекционные подвижные игры			
26	Игра «Лохматый пес»	Слушают и выполняют правила игры, взаимодействуют друг с другом в группе (по показу, по словесной инструкции, с помощью учителя, за руку с тьютером	1	
27	Игра «Принеси грибок»	Слушают и выполняют правила игры, взаимодействуют друг с другом в группе (по показу, по словесной инструкции, с помощью учителя, за руку с тьютером	1	
	Физическая подготовка			
28	Удерживание мячей разных размеров.	Выполнение действий по образцу, с помощью или самостоятельно	1	
29	Переключивание мяча с одного	Переключивание мяча	1	

	места на другое.	одной рукой, другой, двумя руками		
30	Передача мяча	Передача мяча учителю, ребятам, по кругу.	1	
31	Катание мячей друг другу (расстояние 1 м).	Прокатывание мяча друг другу двумя руками, сидя на полу, ноги врозь (расстояние 1 м). Выполняют движения самостоятельно/с помощью по словесной инструкции, по показу.	1	
32	Ловля мяча, брошенного учителем.	Выполняют ловлю мяча двумя руками самостоятельно/с помощью по словесной инструкции, по показу.	1	
33	Бросание мяча в руки партнеру в положении стоя на скамейке.	Выполняют бросание мяча двумя, одной рукой, стоя на скамейке самостоятельно/с помощью, по показу, по словесной инструкции.	1	День матери в России
34	Бросание мяча (снизу).	Выполняют бросание мяча (снизу) двумя руками самостоятельно/с помощью, по показу, по словесной инструкции.	1	
35	Бросание мяча через шнур двумя руками.	Выполнение бросания мяча через шнур двумя руками любым доступным способом. Самостоятельно/с помощью, по показу, по словесной инструкции.	1	
36	Бросание мяча в обруч.	Выполнение бросания мяча с пола, бросание со стула самостоятельно/с помощью, по показу, по словесной инструкции.	1	
37	Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.	Выполнение ловли мяча двумя руками самостоятельно/с помощью, по показу, по словесной инструкции.	1	
38	Бросание мяча в горизонтальную цель (ящик, корзина) с расстояния 2 м.	Выполнение движения любым доступным способом самостоятельно/с помощью по словесной инструкции, по показу.	1	День добровольца (волонтера) в России
	Коррекционные подвижные игры			
39	Игра "Собери пирамидку»	Слушают и выполняют	1	День Героев

		правила игры, взаимодействуют друг с другом в группе (по показу, по словесной инструкции, с помощью учителя, за руку с тьютером		Отечества
40	Игра «Болото».	Слушают и выполняют правила игры, взаимодействуют друг с другом в группе (по показу, по словесной инструкции, с помощью учителя, за руку с тьютером	1	
41	Игра «Наседка и цыплята»	Слушают и выполняют правила игры, взаимодействуют друг с другом в группе (по показу, по словесной инструкции, с помощью учителя, за руку с тьютером	1	
	Плавание			
42	Узнавание (различение) вещей для плавания.	Показ вещей для плавания по просьбе учителя.	1	
43	Правила поведения и безопасности в бассейне.	Чтение правил по пиктограммам.	1	
	Физическая подготовка			
44	Бег в прямом направлении за учителем.	Бег всей группой по ориентирам за учителем самостоятельно/с помощью по словесной инструкции, за руку с учителем.	1	
45	Бег в колонне по одному.	Бег в колонне по одному, положив одну руку на плечи впереди стоящему, держась за веревку самостоятельно/с помощью по словесной инструкции, за руку с учителем.	1	
46	Бег по кругу.	Бег по кругу по ориентирам, держась за веревку, самостоятельно/с помощью по словесной инструкции, за руку с учителем.	1	
47	Бег с переходом на ходьбу и обратно.	Бег по одному, парами, стайкой с переходом на ходьбу по звуковому сигналу помощью, за руку с учителем.	1	
48	Бег врассыпную.	Бег парами, по одному, по словесной инструкции, по звуковому сигналу разбегаются по ориентирам	1	

		(обруч, фишка, флажок) Самостоятельно/с помощью, за руку с учителе		
49	Бег змейкой (1-ый урок)	Бег змейкой, по одному, по словесной инструкции, по звуковому сигналу Самостоятельно/с помощью, за руку с учителем	1	
50	Бег змейкой (2-ой урок)	Бег змейкой, по одному, по словесной инструкции, по звуковому сигналу Самостоятельно/с помощью, за руку с учителем	1	
	Лыжная подготовка.			
51	Узнавание (различение) лыжного инвентаря	Показ инвентаря по просьбе учителя.	1	
52	Транспортировка лыжного инвентаря.		1	
53	Чистка лыж от снега.	Чистка лыж от снега.	1	
54	Стояние на параллельно лежащих лыжах.	Надевание, стояние на лыжах.	1	
55	Выполнение ступающего шага: шаговые движения на месте.	Выполнение шаговых движений на месте.	1	
56	Продвижение вперед приставным шагом.(1-ый урок)	Выполнение приставного шага.	1	
57	Продвижение вперед приставным шагом.(2-ой урок)		1	
58	Выполнение поворотов, стоя на лыжах. (1-ый урок)	Поворот приставным шагом.	1	
59	Выполнение поворотов, стоя на лыжах.(2-ой урок)	Поворот приставным шагом.	1	
	Коррекционные подвижные игры			
60	Игра «Катание на санках»(1-ый урок)	Катание с горки на санках.	1	
61	Игра «Катание на санках» (2-ой урок)	Катание с горки на санках.		
62	Игра «Катание с горки».	Катание с горки.	1	
63	Игра «Вдвоем с горы».	Катание в паре с горки.		
	Физическая подготовка			
64	Прыжки на двух ногах на месте.	Прыжки на месте на двух ногах по одному (руки на поясе, внизу, согнуты в локтях), в парах, держась за руки. По словесной инструкции, по показу, самостоятельно/с помощью, за руку с	1	День защитника Отечества

		учителем.		
65	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.(1-ый урок).	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (руки произвольно, руки на поясе) по одному По словесной инструкции, по показу, самостоятельно/с помощью, за руку с учителем	1	
66	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.(2-ой урок).	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (руки произвольно, руки на поясе) по одному По словесной инструкции, по показу, самостоятельно/с помощью, за руку с учителем.	1	
67	Перепрыгивание через шнур.	Перепрыгивание 2 ногами через шнур	1	
68	Перешагивание через гимнастические палки.	Перешагивание через гимнастические палки, положенные на пол (6-8 штук, расстояние 30-50 см) любым доступным способом, по показу по словесной инструкции самостоятельно/с помощью, за руку с учителем.	1	
69	Спрыгивание со скамейки (10см)(1-ый урок)	Спрыгивание со скамейки (10см) по показу по словесной инструкции самостоятельно/с помощью, за руку с учителем.	1	
70	Спрыгивание со скамейки (10см)(2-ой урок)	Спрыгивание со скамейки (10см) по показу по словесной инструкции самостоятельно/с помощью, за руку с учителем.	1	
71	Ходьба по гимнастической скамейке (высота 20 см, ширина 25 см)	Ходьба по скамье, руки в стороны, вверх, за спиной. Выполняют по показу, по словесной инструкции самостоятельно/с помощью, за руку с учителем.	1	
72	Ползание на четвереньках на ладонях и коленях по коридору 20-25 см.	Передвижение на четвереньках на ладонях и коленях до указанного ориентира самостоятельно (по показу, по словесной	1	

		инструкции, с помощью учителя).		
73	Ползание на четвереньках по прямой линии. (1-ый урок).	Передвижение на четвереньках на ладонях и коленях до указанного ориентира самостоятельно (по показу, по словесной инструкции, с помощью учителя).	1	
74	Ползание на четвереньках по прямой линии.(2-ой урок).	Передвижение на четвереньках на ладонях и коленях до указанного ориентира самостоятельно (по показу, по словесной инструкции, с помощью учителя).	1	
75	Подлезание под шнур. (1-ый урок).	Подлезание под шнур на ладонях и коленях.	1	
76	Подлезание под шнур. (2-ой урок).		1	
77	Пролезание в обруч. (1-ый урок).	Пролезание в обруч (по показу, по словесной инструкции, с помощью учителя).	1	
78	Пролезание в обруч. (2-ой урок).			
79	Влезание на гимнастическую стенку с доставанием игрушки.(1-ый урок).	Выполняют передвижение по гимнастической лестнице любым доступным способом самостоятельно (по показу, по словесной инструкции, с помощью учителя) с доставанием игрушки.	1	
80	Влезание на гимнастическую стенку с доставанием игрушки.(2-ой урок).	Выполняют передвижение по гимнастической лестнице любым доступным способом самостоятельно (по показу, по словесной инструкции, с помощью учителя) с доставанием игрушки.	1	День здоровья
	Туризм			
81	Предметы туристического инвентаря.	Узнавание (различение) предметов туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок). Выбор туристического инвентаря.	1	
82	Складывание вещей в рюкзак.	Соблюдение последовательности действий при складывании вещей в рюкзак (например,	1	

		банка тушенки, обувь, одежда, набор походной посуды, средства личной гигиены)		
	Физическая подготовка			
83	Ходьба с мешочком на голове (1-ый урок)	Двигательное действие по показу, по словесной инструкции самостоятельно/с помощью, за руку с учителем. Принятие исходного положения, стоя у стены (встать к стене, касаясь ее затылком, лопатками, ягодицами, пятками и локтями). Сохраняя принятое положение с мешочком на голове выполнить	1	
84	Ходьба с мешочком на голове (2-ой урок)	Двигательное действие по показу, по словесной инструкции самостоятельно/с помощью, за руку с учителем. Принятие исходного положения, стоя у стены (встать к стене, касаясь ее затылком, лопатками, ягодицами, пятками и локтями). Сохраняя принятое положение с мешочком на голове выполнить	1	
85	Бег между двумя линиями.	Бег между двумя линиями (ширина 25 см) по одному. Выполняют по показу, по словесной инструкции самостоятельно/с помощью, за руку с учителем.	1	
86	Ходьба по доске, положенной наклонно (высота 30 см).	Двигательное действие по показу, по словесной инструкции самостоятельно/с помощью, за руку с учителем.	1	
87	Приседание.	Двигательное действие по показу, по словесной инструкции самостоятельно/с помощью, за руку с учителем.	1	
	Коррекционные подвижные игры			

88	Игра «Сидячий футбол»	Слушают и выполняют правила игры, взаимодействуют друг с другом в группе (по показу, по словесной инструкции, с помощью учителя, за руку с тьютером	1	Всемирный день Земли
89	Игра-эстафета «Строим дом»	Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете.	1	
90	Игра-эстафета «Полоса препятствий»	Слушают и выполняют правила игры, взаимодействуют друг с другом в группе (по показу, по словесной инструкции, с помощью учителя, за руку с тьютером	1	
Велосипедная подготовка.				
91	Узнавание составных частей трехколесного велосипеда: руль, колесо, педали, седло, рама.	Показ деталей по просьбе учителя.	1	
92	Соблюдение последовательности действий при посадке на трехколесный велосипед.	Посадка на трехколесный велосипед.	1	
93	Управление трехколесным велосипедом без вращения педалей. (1-ый урок)	Катание на велосипеде без вращения педалей. Повороты налево.	1	
94	Управление трехколесным велосипедом без вращения педалей. (2-ой урок)	Катание на велосипеде без вращения педалей. Повороты направо.	1	
95	Вращение педалей с фиксацией ног (1-ый урок)	Вращение педалей на велотренажере.	1	
96	Вращение педалей с фиксацией ног (2-ой урок).		1	
97	Езда на трехколесном велосипеде по прямой. (1-ый урок).	Езда на трехколесном велосипеде.	1	
98	Езда на трехколесном велосипеде по прямой. (2-ой урок).	Езда на трехколесном велосипеде.	1	
99	Езда на трехколесном велосипеде по прямой. (3-ой урок).	Езда на трехколесном велосипеде.	1	

МАТЕРИАЛЬНО - ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Наглядно - дидактические пособия:

- изображения (картинки, фото, пиктограммы) спортивного, туристического инвентаря;
- альбомы с демонстрационным материалом в соответствии с темами занятий;
- спортивный инвентарь: маты, гимнастические мячи разного диаметра, гимнастические скамейки, гимнастические лестницы, обручи, кегли, мягкие модули различных форм, гимнастические коврики, корзины, футбольные, волейбольные, баскетбольные мячи, лыжи, лыжные палки, лыжные костюмы;
- технические средства: тренажеры;
- мебель: шкафы для хранения спортивного инвентаря, для переодевания, стулья, стол.