

**МБОУ «Владимировская средняя общеобразовательная школа»
Ивнянского района Белгородской области**

«Рассмотрено»

на педсовете

Протокол № 2

от «31» августа 2023 г

«Утверждаю»

Директор школы

Зубкова Л.В.

Приказ № 216

от «31» 08 2023 г

**Рабочая программа внеурочной деятельности
«Игровое ГТО»**

**дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно – спортивное направление
начального общего образования**

Составитель: Золотаренко Н.Н.

с. Владимировка, 2023 г

1. Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, Внеурочная деятельность. Подготовка к сдаче комплекса ГТО, В.С.Кузнецов, Г.А.Колодницкая, Москва, «Просвещение», 2020 г.

Программа предусматривает ориентацию реализующих её педагогов на следующие цели:

- внедрение комплекса ГТО в систему физического воспитания школьников;
- повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и гражданственности.

В процессе реализации программы предполагается решение следующих задач:

- создание положительного отношения школьников к комплексу ГТО, мотивирование к участию в спортивно-оздоровительной деятельности;
- углубление знаний, расширение и закрепление арсенала двигательных умений и навыков, приобретенных на уроках физической культуры;
- развитие основных физических способностей (качеств) и повышение функциональных возможностей организма;
- обогащение двигательного опыта учащихся физическими упражнениями и с общеразвивающей и прикладной направленностью, техническими действиями видов испытаний (тестов) комплекса ГТО;
- формирование умений максимально проявлять физические способности при выполнении видов испытаний (тестов) комплекса ГТО;
- формирование у детей младшего школьного возраста осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни.

Программа разработана с учетом следующих принципов:

- *принцип комплексности*, предусматривающий тесную взаимосвязь всех сторон учебно-тренировочного процесса (физической, технической, психологической и теоретической подготовки, воспитательной работы, педагогического и медицинского контроля);
- *принцип преемственности*, определяющий последовательность изложения программного материала и соответствие его требованиям комплекса ГТО, чтобы обеспечить в учебно-тренировочном процессе преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей физической и технической подготовленности;

- *принцип вариативности*, предусматривающий в зависимости от индивидуальных особенностей учащегося вариативность программного материала для практических занятий, характеризующихся разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определённой педагогической задачи.

Программа ориентирована на возрастные группы школьников согласно Положению о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне».

Программа предусматривает широкое использование на занятиях физических упражнений общеразвивающей и прикладной направленности, подвижных игр и эстафет, что способствует эмоциональности занятий и, как следствие, повышает их эффективность. Повышению мотивации школьников к занятиям по программе комплекса ГТО способствует и участие в контрольных прикидках, соревнованиях по общей физической подготовке, физкультурных праздниках и т. п.

К выполнению нормативов комплекса ГТО допускаются *школьники, относящиеся к основной группе здоровья*, на основании результатов диспансеризации или медицинского осмотра. *Школьники, относящиеся к подготовительной группе здоровья*, могут участвовать в сдаче норм и требований комплекса ГТО избирательно, в соответствии с ограничениями по состоянию здоровья, на основании справки терапевта, в которой указывается диагноз и противопоказания к тому или иному виду двигательных действий. К особой группе относятся *школьники специальной медицинской группы*. Их участие в сдаче норм ГТО ограничивается физическими упражнениями малой интенсивности, основной акцент делается на разделы знаний и слагаемые здорового образа жизни.

2. Требования к уровню подготовки и обучения.

Требования к уровню подготовки, учащихся к концу начального обучения

В результате освоения программного материала ученик:

получит знания:

- об особенностях зарождения физической культуры, истории первых Олимпийских игр;
- об особенностях русских народных игр;
- о способах и особенностях движения и передвижений человека;
- о терминологии разучиваемых упражнений;
 - об основах личной гигиены, правилах использования закаливания, рекомендациях по профилактике осанки и укреплению стопы;
 - о причинах травматизма на занятиях физкультурой и правилах его предупреждения;

научится:

- составлять и выполнять комплексы утренней зарядки и физкультминуток, упражнений на развитие координации, гибкости, на формирование правильной осанки;
- проводить самостоятельно закаливающие процедуры;
- взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий физкультурой на уроке и во внеурочных мероприятиях.

3. Календарно-тематическое планирование «Игровое ГТО» 3 класс

№ п/п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Количество часов	Содержание деятельности	Воспитательная работа	Дидактические материалы, техническое обеспечение	Теоретическая часть занятия/форма организации деятельности	Практическая часть занятия/форма организации деятельности
	по плану	факт.								
1			Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях внеурочной деятельности.	Изучение нового материала	1	Техника безопасности	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
2			Телесное воспитание, ГТО и его нормативы, как ориентиры телесного воспитания. Ознакомление с нормативами ГТО.	Изучение нового материала	1	Нормы ГТО	Формирование доброжелательного отношения друг к другу	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
3			Подвижные игры для развития мышц ног и подготовки к выполнению норматива	Изучение нового материала	1	Техника выполнения прыжка.	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивное оборудование	Беседа	Игры

			«Прыжок в длину с разбега.							
4			Подвижные игры для развития мышц ног и подготовки к выполнению норматива «Прыжок в длину с разбега.	Совершенствования	1	Техника выполнения прыжка.	Формирование доброжелательного отношения друг к другу	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
5			Подвижные игры для развития мышц рук, брюшного пресса, спины и подготовки к выполнению норматива. «Подтягивание из виса на высокой перекладине или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу».	Изучение нового материала	1	Техника выполнения подтягивания.	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
6			Подвижные игры для развития мышц рук, брюшного пресса, спины и подготовки к выполнению норматива	Совершенствования	1	Техника выполнения подтягивания.	Формирование доброжелательного отношения друг к другу	Спортивное оборудование	Беседа	Игры

			«Подтягивание из виса на высокой перекладине или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу».							
7			Подвижные игры для развития мышц рук, брюшного пресса, спины и подготовки к выполнению норматива «Подтягивание из виса на высокой перекладине или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу».	Совершенствования	1	Техника выполнения подтягивания.	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
8			Бег 60м. Бег с ускорением 20-30м с последующим переходом на свободный бег. Игры.	Изучение нового материала	1	Техника выполнения подтягивания.	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивное оборудование	Беседа	Игры

9			Бег 60м. Бег с ускорением 20-30м с последующим переходом на свободный бег. Игры.	Изучение нового материала	1	Правила игр	Формирование доброжелательного отношения друг к другу	Спортивное оборудование		
10			Подвижные игры на развитие быстроты для подготовки к выполнению нормативов	Совершенствования	1	Правила игр	Формирование доброжелательного отношения друг к другу	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
11			Подвижные игры на развитие выносливости для подготовки к выполнению нормативов. Бег на 60м.	Изучение нового материала	1	Техника выполнения бега, ходьбы.	Формирование доброжелательного отношения друг к другу	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
12			Подвижные игры на развитие выносливости для подготовки к выполнению нормативов. Бег на 60м.	Совершенствования	1	Техника выполнения бега, ходьбы.	Формирование доброжелательного отношения друг к другу	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
13			Подвижные игры на развитие выносливости для подготовки к выполнению нормативов. Бег на 1 км.	Изучение нового материала	1	Правила игр	Формирование доброжелательного отношения друг к другу	Спортивное оборудование	Беседа	Игры

14			Подвижные игры на развитие выносливости для подготовки к выполнению нормативов. Бег на 1 км.	Совершенствования	1	Правила игр	Формирование доброжелательного отношения друг к другу	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
15			Подвижные игры на развитие скоростно-силовых качеств для подготовки к выполнению норматива. Прыжок в длину с разбега.	Изучение нового материала	1	Техника выполнения наклона	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
16			Подвижные игры на развитие скоростно-силовых качеств для подготовки к выполнению норматива. Прыжок в длину с разбега.	Совершенствования	1	Техника выполнения наклона	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
17			Подвижные игры на развитие скоростно-силовых качеств для подготовки к выполнению нормативов. Метание мяча	Изучения нового материала	1	Техника выполнения метания	Формирование доброжелательного отношения друг к другу	Спортивное оборудование	Беседа	Игры

			весом 150 г.							
18			Подвижные игры на развитие скоростно-силовых качеств для подготовки к выполнению нормативов. Метание мяча весом 150 г.	Совершенствования	1	Техника выполнения метания	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
19			Подвижные игры на развитие выносливости.	Совершенствования	1	Техника выполнения метания	Формирование доброжелательного отношения друг к другу	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
20			Подвижные игры на развитие выносливости.	Изучение нового материала	1	Правила игр	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
21			Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине. Игры.	Изучение нового материала	1	Правила	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
22			Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине. Игры.	Совершенствования	1	Правила соревнований	Формирование доброжелательного отношения друг к другу	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
23			Прыжок в длину с	Совершенствования	1	Правила	Уважение		Беседа	Игры

			места толчком двумя ногами. Игры.	вования		соревнований	друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивн ое оборудов ание		
24			Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Игры.	Совершенст вования	1	Правила соревнований	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивн ое оборудов ание	Беседа	Игры
25			«Весёлые старты».	Совершенст вования	1	Правила соревнований	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивн ое оборудов ание	Беседа	Игры
26			Спортивное мероприятие «Сильные, смелые, ловкие, умелые».	Совершенст вования	1	Правила соревнований	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивн ое оборудов ание	Беседа	Игры
27			«От игры к спорту».	Совершенст вования	1	Правила соревнований	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивн ое оборудов ание	Беседа	Игры
28			«Весёлые старты».	Совершенст вования	1	Правила соревнований	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивн ое оборудов ание	Беседа	Игры
29			Спортивное мероприятие «Сильные, смелые, ловкие, умелые».	Совершенст вования	1	Правила соревнований	Уважение друг другу, культура поведения на	Спортивн ое оборудов ание	Беседа	Игры

							занятиях.			
30			«Весёлые старты».	Совершенство вания	1	Правила соревнований	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивн ое оборудов ание	Беседа	Игры
31			«Мы готовы к ГТО!».	Совершенство вания	1	Правила соревнований	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивн ое оборудов ание	Беседа	Игры
32			Спортивное мероприятие «Сильные, смелые, ловкие, умелые».	Совершенство вания	1	Правила соревнований	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивн ое оборудов ание	Беседа	Игры
33			«От игры к спорту».	Совершенство вания	1	Правила соревнований	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивн ое оборудов ание	Беседа	Игры
34			«Мы готовы к ГТО!».	Совершенство вания	1	Правила соревнований	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивн ое оборудов ание	Беседа	Игры

Календарно-тематическое планирование «Игровое ГТО» 4 класс

№ п/п	Календарные сроки		Тема учебного занятия	Тип и форма занятия	Количество часов	Содержание деятельности	Воспитательная работа	Дидактические материалы, техническое обеспечение	Теоретическая часть занятия/форма организации деятельности	Практическая часть занятия/форма организации деятельности
	по плану	факт.								
1			Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях внеурочной деятельности.	Изучение нового материала	1	Техника безопасности	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
2			Телесное воспитание, ГТО и его нормативы, как ориентиры телесного воспитания. Ознакомление с нормативами ГТО.	Изучение нового материала	1	Нормы ГТО	Формирование доброжелательного отношения друг к другу	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
3			Подвижные игры для развития мышц ног и подготовки к выполнению норматива	Изучение нового материала	1	Техника выполнения прыжка.	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивное оборудование	Беседа	Игры

			«Прыжок в длину с разбега.							
4			Подвижные игры для развития мышц ног и подготовки к выполнению норматива «Прыжок в длину с разбега.	Совершенствования	1	Техника выполнения прыжка.	Формирование доброжелательного отношения друг к другу	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
5			Подвижные игры для развития мышц рук, брюшного пресса, спины и подготовки к выполнению норматива. «Подтягивание из виса на высокой перекладине или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу».	Изучение нового материала	1	Техника выполнения подтягивания.	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
6			Подвижные игры для развития мышц рук, брюшного пресса, спины и подготовки к выполнению норматива	Совершенствования	1	Техника выполнения подтягивания.	Формирование доброжелательного отношения друг к другу	Спортивное оборудование	Беседа	Игры

			«Подтягивание из виса на высокой перекладине или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу».							
7			Подвижные игры для развития мышц рук, брюшного пресса, спины и подготовки к выполнению норматива «Подтягивание из виса на высокой перекладине или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу».	Совершенство вания	1	Техника выполнения подтягивания.	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
8			Бег 60м. Бег с ускорением 20-30м с последующим переходом на свободный бег. Игры.	Изучение нового материала	1	Техника выполнения подтягивания.	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивное оборудование	Беседа	Игры

9			Бег 60м. Бег с ускорением 20-30м с последующим переходом на свободный бег. Игры.	Изучение нового материала	1	Правила игр	Формирование доброжелательного отношения друг к другу	Спортивное оборудование		
10			Подвижные игры на развитие быстроты для подготовки к выполнению нормативов	Совершенствования	1	Правила игр	Формирование доброжелательного отношения друг к другу	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
11			Подвижные игры на развитие выносливости для подготовки к выполнению нормативов. Бег на 60м.	Изучение нового материала	1	Техника выполнения бега, ходьбы.	Формирование доброжелательного отношения друг к другу	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
12			Подвижные игры на развитие выносливости для подготовки к выполнению нормативов. Бег на 60м.	Совершенствования	1	Техника выполнения бега, ходьбы.	Формирование доброжелательного отношения друг к другу	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
13			Подвижные игры на развитие выносливости для подготовки к выполнению нормативов. Бег на 1 км.	Изучение нового материала	1	Правила игр	Формирование доброжелательного отношения друг к другу	Спортивное оборудование	Беседа	Игры

14			Подвижные игры на развитие выносливости для подготовки к выполнению нормативов. Бег на 1 км.	Совершенствования	1	Правила игр	Формирование доброжелательного отношения друг к другу	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
15			Подвижные игры на развитие скоростно-силовых качеств для подготовки к выполнению норматива. Прыжок в длину с разбега.	Изучение нового материала	1	Техника выполнения наклона	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
16			Подвижные игры на развитие скоростно-силовых качеств для подготовки к выполнению норматива. Прыжок в длину с разбега.	Совершенствования	1	Техника выполнения наклона	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
17			Подвижные игры на развитие скоростно-силовых качеств для подготовки к выполнению нормативов. Метание мяча	Изучения нового материала	1	Техника выполнения метания	Формирование доброжелательного отношения друг к другу	Спортивное оборудование	Беседа	Игры

			весом 150 г.							
18			Подвижные игры на развитие скоростно-силовых качеств для подготовки к выполнению нормативов. Метание мяча весом 150 г.	Совершенствования	1	Техника выполнения метания	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
19			Подвижные игры на развитие выносливости.	Совершенствования	1	Техника выполнения метания	Формирование доброжелательного отношения друг к другу	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
20			Подвижные игры на развитие выносливости.	Изучение нового материала	1	Правила игр	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
21			Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине. Игры.	Изучение нового материала	1	Правила	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
22			Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине. Игры.	Совершенствования	1	Правила соревнований	Формирование доброжелательного отношения друг к другу	Спортивное оборудование	Беседа	Игры
23			Прыжок в длину с	Совершенствования	1	Правила	Уважение		Беседа	Игры

			места толчком двумя ногами. Игры.	вования		соревнований	друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивн ое оборудов ание		
24			Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Игры.	Совершенст вования	1	Правила соревнований	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивн ое оборудов ание	Беседа	Игры
25			«Весёлые старты».	Совершенст вования	1	Правила соревнований	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивн ое оборудов ание	Беседа	Игры
26			Спортивное мероприятие «Сильные, смелые, ловкие, умелые».	Совершенст вования	1	Правила соревнований	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивн ое оборудов ание	Беседа	Игры
27			«От игры к спорту».	Совершенст вования	1	Правила соревнований	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивн ое оборудов ание	Беседа	Игры
28			«Весёлые старты».	Совершенст вования	1	Правила соревнований	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивн ое оборудов ание	Беседа	Игры
29			Спортивное мероприятие «Сильные, смелые, ловкие, умелые».	Совершенст вования	1	Правила соревнований	Уважение друг другу, культура поведения на	Спортивн ое оборудов ание	Беседа	Игры

							занятиях.			
30			«Весёлые старты».	Совершенство вания	1	Правила соревнований	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивн ое оборудов ание	Беседа	Игры
31			«Мы готовы к ГТО!».	Совершенство вания	1	Правила соревнований	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивн ое оборудов ание	Беседа	Игры
32			Спортивное мероприятие «Сильные, смелые, ловкие, умелые».	Совершенство вания	1	Правила соревнований	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивн ое оборудов ание	Беседа	Игры
33			«От игры к спорту».	Совершенство вания	1	Правила соревнований	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивн ое оборудов ание	Беседа	Игры
34			«Мы готовы к ГТО!».	Совершенство вания	1	Правила соревнований	Уважение друг другу, культура поведения на занятиях.	Спортивн ое оборудов ание	Беседа	Игры

4. Содержание программы внеурочной деятельности «Игровое ГТО»

Теоретический раздел:

Беседы на темы: «История возникновения комплекса ГТО в России», «Этапы развития комплекса ГТО», «Значки ГТО», «Значение ГТО во время Великой Отечественной войны», «Ступени современного ГТО», «Красивая осанка», «Утренняя гимнастика», «Чтоб здоровыми остаться надо...», « Я сильный, ловкий, быстрый», знать названия и правила игр, правила поведения и безопасности.

Подвижные игры:

«Волк во рву», «Салки», «Класс смирно!», «Запрещенное движение», «К своим флажкам», «Карлики и великаны», «Найди себе пару», «У ребят порядок строгий», «Кочка, дорожка, копна», «Охотники и утки», «Метко в цель», «Шишки, желуди, орехи», «Совушка», «Удочка», «Перемена мест», " «Космонавты", «Зайцы в огороде».

Русские народные игры:

«Удар по веревочке», «Большой мяч», «Зайки», «Прыганье со связанными ногами», «Растеряхи», «Укротитель диких зверей», «Гуси», «Бой петухов», «Волки во рву», «Удочка» (Рыбка, Поймать рыбку), «Наседка и коршун».

Игры на развитие памяти, внимания, воображения:

«Запомни порядок», «Художник», «Все помню», «Море волнуется», «Запрещенное движение», ОРУ с использованием скороговорок, «Два мороза», эстафеты с примерами на сложение и вычитание

5. Формы и средства контроля

1. **Форма организации контроля:** фронтальная, групповая, станционная, индивидуальный метод.
2. **Метод обучения:** словесный (объяснение, указания, команда, убеждение), наглядный (демонстрация, наглядные пособия, и т.д.), разучивание нового материала (в целом и по частям).
3. **Подход:** системно - деятельностный.
4. **Формы и методы:** контроля: тесты, итоговый контроль присвоения знака.

6. Материально – техническое обеспечение.

Учебно-методический комплект

1. Внеурочная деятельность. Подготовка к сдаче комплекса ГТО, В.С.Кузнецов, Г.А.Колодницкая, Москва, «Просвещение», 2016 г.
2. Физкультурный спортивный комплекс ГТО (www.gto.ru)
3. Рабочая программа по физической культуре В.И.Ляха, предметная линия учебников М.Я.Виленского, В.И.Ляха 1-4 классы, Москва «Просвещение» 2016 г.
6. Журнал «Физическая культура в школе»; 2000г.- 2016г.
7. Дидактические материалы по основным разделам и темам учебного предмета «Физическая культура»
8. Кофман Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры. – М., Физкультура и спорт, 1998.
10. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя, Москва, 1998.

Материально-техническое обеспечение

1. Перекладина гимнастическая (пристеночная)
2. Стенка гимнастическая
3. Скамейка гимнастическая
4. Кегли
5. Мячи: набивные весом 1 кг, баскетбольные, волейбольные
6. Палка гимнастическая
7. Скакалка
8. Мат гимнастический
9. Обруч пластиковый детский
10. Рулетка измерительная
11. Свисток
12. Компьютер, проектор, экран