Учебник > [Физическая культура](https://media.prosv.ru/content/?subject=192) > [7 класс](https://media.prosv.ru/content/?subject=192&level=7)



**Физическая культура. 5-7 классы.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Предмет** | Физическая культура |
| **Класс** | 7 |
| **Авторы** | Виленский М. Я. |
| **ISBN** | 978-5-09-071620-8 |

Учебник написан в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования и программой «Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М. Я. Виленского, В. И. Ляха. 5—9 классы» (автор В. И. Лях). В учебнике даются основные сведения о здоровье и здоровом образе жизни, о влиянии физических упражнений на системы организма человека, о самоконтроле и оказании первой помощи при травмах. Большое внимание уделено развитию двигательных способностей, а также двигательным умениям и навыкам в изучаемых видах спорта.

Ссылка: <https://media.prosv.ru/content/item/7905/>