Учебник > [Физическая культура](https://media.prosv.ru/content/?subject=192) > [9 класс](https://media.prosv.ru/content/?subject=192&level=9)



**Физическая культура. 8-9 классы.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Предмет** | Физическая культура |
| **Класс** | 9 |
| **Авторы** | Лях В. И. |
| **ISBN** | 978-5-09-071621-5 |

В учебнике представлены теоретические сведения об основах физической культуры, о занятиях спортом, соблюдении правил личной гигиены и самоконтроля в процессе организованных и самостоятельных занятий физическими упражнениями, даны представления об истории возникновения и развития физической культуры и олимпийского движения в мире и Российской Федерации. В учебнике отражён также обязательный для освоения учебный материал по спортивным играм, лёгкой атлетике, гимнастике, элементам единоборств, плаванию и лыжной подготовке. Приведены необходимые сведения о содержании и методике самостоятельных занятий хоккеем, бадминтоном, коньками, скейтбордом, атлетической гимнастикой и роликовыми коньками.

Ссылка: <https://media.prosv.ru/content/item/8082/>