


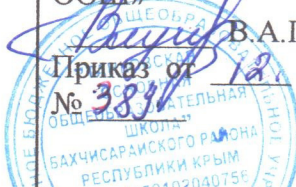


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ТАНКОВСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
БАХЧИСАРАЙСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

СОГЛАСОВАНО на заседании ШМО Руководитель ШМО  М.Э.Билялова Протокол от <u>05</u> <u>10.</u> 2018 № <u>7</u>	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по учебно-воспитательной работе  Л.В.Кавранова <u>08</u> <u>10</u> 2018	УТВЕРЖДЕНО Директор МБОУ «Танковская ООШ»  В.А.Глушко Приказ от <u>12</u> <u>10</u> 2018 № <u>383/п</u> 
--	---	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
индивидуальная форма обучения
по адаптированной ООП 8 вида
9 КЛАСС
НА 2018/2019 УЧЕБНЫЙ ГОД

УЧЕБНЫЙ ПРЕДМЕТ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

КЛАСС 9

КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ: в неделю 1 час ; всего за год 34 часа

УЧИТЕЛЬ КАВРАНОВ СЕРГЕЙ АЛЕКСАНДРОВИЧ

КАТЕГОРИЯ СПЕЦИАЛИСТ

СОСТАВЛЕНО НА ОСНОВЕ ПРОГРАММЫ специальных образовательных учреждений 8
вида 5-9 класс. В.В.Воронковой. М.: Гуманитар. изд. центр Владос, 2014.

Преподавание учебного предмета «Физическая культура» в 2018/2019 учебном году осуществляется в соответствии с нормативными документами федерального и регионального уровня:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 23.07.2013) "Об образовании в Российской Федерации"
- Концепция Федерального государственного образовательного стандарта для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»
- Проекты адаптированных основных общеобразовательных программ в редакции от 30.03.2015
- Постановление государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 №189 «Об утверждении СанПин 2.4.2.2821 – 10 «Санитарно – эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»; Устав МКОУ «Танковская ООШ»
- Письмо Министерства образования Российской Федерации от 09.10.2000 г. № 27/1169-6 «О программах для 5 – 9 классов специальных (коррекционных) учреждений VIII вида»;
- Письмо Министерства образования Российской Федерации от 28.02.2003 г. № 27/2643-6 «Методические рекомендации по организации деятельности образовательных учреждений надомного обучения».

В соответствии с календарным учебным графиком и учебным планом МБОУ «Танковская ООШ» учебный год составляет 34 недели, а соответственно для уроков физической культуры в 9 классе отводится 34 часа из расчёта 1 час в неделю.

Целью физического воспитания является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемые физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы(умения) осуществлять физкультурно – оздоровительную и спортивную деятельность.

Задачи физического воспитания учащихся 9 класса направлены:

- на содействие гармоническому развитию личности, укрепление здоровья учащихся, закрепление навыков правильной осанки, профилактики плоскостопия, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развитие двигательных способностей на основе знаний о системе организма;
- углублённое представление об основных видах спорта;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятием любимым видом спорта в свободное время;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- содействие развитию психических процессов и обучению психической саморегуляции.

Программа имеет коррекционно – развивающую направленность и адаптирована для детей с ограниченными возможностями здоровья. Обучение таких учащихся организуется по учебникам массовых общеобразовательных классов.

Фронтальное коррекционно – развивающее обучение осуществляется на всех уроках, обеспечивая освоение учебного материала в соответствии с государственным образовательным стандартом.

Основными задачами коррекционно – развивающего обучения являются:

- Активизация познавательной деятельности учащихся; повышение уровня их умственного развития; нормализация учебной деятельности;
- Коррекция недостатков эмоционально – личностного развития;
- укрепление здоровья, физического развития и повышения работоспособности учащихся;
- развитие и совершенствование двигательных умений и навыков;
- приобретение знаний в области гигиены, теоретических сведений по физкультуре;
- развитие чувства темпа и ритма, координационных движений;
- формирование навыков правильной осанки в статических положениях и в движении;
- усвоение речевого материала, используемого учителем на уроке.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения предмета «Физическая культура» учащиеся должны:

знать/понимать:

- роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактике вредных привычек;
- основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;
- способы закаливания организма и основные приемы самомассажа;

Уметь:

- составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;
- выполнять гимнастические, акробатические, легкоатлетические упражнения (комбинации), технические действия в спортивных играх;
- выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, комплексы адаптивной физической культуры с учетом индивидуальной физической подготовленности и медицинских показаний;
- осуществлять наблюдение за своим физическим развитием и физической подготовленностью, за техникой выполнения двигательных действий и режимами физической нагрузки;
- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;
- осуществлять судейство школьных соревнований по одному из программных видов спорта;
- демонстрировать и использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Гимнастика (5 часов).

Строевые упражнения. Выполнение строевых команд (четкость и правильность) за предыдущие годы. Размыкание в движении на заданный интервал. Сочетание ходьбы и бега в шеренге и в колонне; изменение скорости передвижения. Фигурная маршировка.

Общеразвивающие и корректирующие упражнения без предметов:

- упражнения на осанку;
- дыхательные упражнения;
- упражнения в расслаблении мышц;
- основные положения движения головы, конечностей, туловища;

Общеразвивающие и корригирующие упражнения с предметами, на снарядах:

- с гимнастическими палками;
- с большими обручами;
- с малыми мячами;

- с набивными мячами;
- упражнения на гимнастической скамейке.

Лёгкая атлетика (14 часов).

Ходьба. Ходьба на скорость с переходом в бег и обратно. Прохождение отрезков от 100 до 200 м. Пешие переходы по пересеченной местности от 3 до 4 км. Фиксированная ходьба.

Бег. Бег на скорость 100 м; бег на 60 м—4 раза за урок; на 100 м — 3 раза за урок; эстафетный бег с этапами до 100 м. Медленный бег до 10—12 мин; совершенствование эстафетного бега (4 по 200 м). Бег на средние дистанции (800 м). Кросс: мальчики — 1000 м; девушки —800 м.

Прыжки. Специальные упражнения в высоту и в длину. Прыжок в длину с полного разбега способом "согнув ноги"; совершенствование всех фаз прыжка. Прыжок в высоту с полного разбега способом "перешагивание"; совершенствование всех фаз прыжка.

Метание. Метание различных предметов: малого утяжеленного мяча (100—150 г), гранаты, хоккейного мяча с различных исходных положений (стоя, с разбега) в цель и на дальность. Толкание ядра (мальчики — 4 кг).

Подвижные и спортивные игры (15 часов).

Волейбол (7 часов) Влияние занятий волейболом на готовность ученика трудиться. Прием мяча снизу у сетки; отбивание мяча снизу двумя руками через сетку на месте и в движении; верхняя прямая подача. Блокирование мяча. Прямой нападающий удар через сетку с шагом. Прыжки вверх с места, с шага, с трех шагов (серия 3—6 по 5—10 раз).

Баскетбол (8 часов). Понятие о тактике игры; практическое судейство. Повороты в движении без мяча и после получения мяча в движении. Ловля и передача мяча двумя и одной рукой при передвижении игроков в парах, тройках. Ведение мяча с изменением направлений (без обводки и с обводкой). Броски мяча в корзину с различных положений. Учебная игра.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование темы	Кол-во часов
1	Легкая атлетика	14
2	Гимнастика	5
3	Баскетбол	8
4	Волейбол	7
Всего:		34

Календарно-тематический план по физической культуре 9 класса (по адаптированной ООП 8 вида) (1 час в неделю, 34 часа)

№ урока п/п		Дата проведения		Темы разделов, (количество часов), темы уроков
план	факт	план	факт	

Легкая атлетика (7 часов)				
1		17.10		Техника безопасности на легкой атлетике. Низкий старт. Бег на 30 метров с низкого старта.
2		24.10		Акробатические упражнения из 3-5 элементов.
3		07.11		Кувырок назад в полушпагат.
4		14.11		Кроссовая подготовка 8 минут. Метание гранаты 500 г с места

5		21.11		Бег на средние дистанции 800 м. Метание гранаты 500 г с разбега
6		28.11		Эстафетный бег с этапом 100 метров. Прыжки в длину с разбега
7		05.12		Ускорения 3x100. Метание малого мяча в цель
Волейбол (7 часов)				
8		12.12		Техника безопасности на волейболе. Стойки и передвижения, повороты, остановки.
9		19.12		Прием и передача мяча. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений.
10		26.12		Прием мяча после подачи Комбинации из освоенных элементов техники перемещений.
11		09.01		Подача мяча. Специальные беговые упражнения.
12		16.01		Развитие координационных способностей.
13		23.01		Тактика игры. Верхняя прямая и нижняя подача мяча.
14		30.01		Тактика игры. Привлечение учащихся к судейству
Гимнастика (5 часов)				
15		06.02		Техника безопасности на гимнастике. Кувырки вперед и назад.
16		13.02		Стойка на лопатках.
17		20.02		Мост из положения лежа.
18		27.02		Кувырок назад в полушпагат.
19		06.03		Акробатические упражнения из 3-5 элементов.
Баскетбол (8 часов)				
20		13.03		Техника безопасности на баскетболе. Техника ловли и передачи в парах, на месте, остановка прыжком. Игра в баскетбол.
21		20.03		Ведение баскетбольного мяча по прямой, бросок одной рукой в движении. Игра в пионербол.
22		03.04		Ведение с изменением направления, передачи в движении. Игра в пионербол.
23		10.04		Передачи баскетбольного мяча одной рукой от плеча в движении. Игра в баскетбол.
24		17.04		Ведение баскетбольного мяча с изменением направления, бросок по кольцу с места. Игра в пионербол.
25		24.04		Ведение баскетбольного мяча с изменением скорости, штрафной бросок. Игра в баскетбол.
26		08.05		Ведение баскетбольного мяча левой/правой, броски баскетбольного мяча одной рукой от плеча с места. Игра в баскетбол.
27		15.05		Ловля и передача баскетбольного мяча на месте, в движении.
Лёгкая атлетика (7 часов)				
28		22.05		Техника безопасности на легкой атлетике. Ходьба на скорость с переходом в бег и обратно.
29		29.05		Пешие переходы по пересечённой местности от 3 до 4 км.
30		05.06		Фиксированная ходьба.
31		12.06		Бег на скорость 100 м.
32		19.06		Бег на 60 м—4 раза за урок.
33		21.06		Медленный бег до 10—12 мин.
34		26.06		Итоговый урок.

**Лист корректировки
рабочей программы по физической культуре 9 класса (по адаптированной ООП 8
вида)**

Четверть	Количество проведенных уроков в соответствии с КТП		Причина несоответствия	Корректирующие мероприятия	Даты резервных или дополнительных уроков	Итого проведено уроков
	По плану	По факту				
1 четверть						
2 четверть						
3 четверть						
4 четверть						
Итого за учебный год						
Выводы о выполнении программы:						

Учитель

С.А.Кавранов