


«Согласовано»

Зам. директора по УР МБОУ-СОШ
р.п. Советское

 /С.А. Панченко
«31» августа 2022г.

«Утверждено»

Директор МБОУ-СОШ
р.п. Советское


 /М.В. Исаева
Приказ № 261 от
«31» августа 2022г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета
физическая культура 9 класс
учителя-дефектолога
Репиной Е.С.

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
Протокол № 01 от
«30» августа 2022г.

2022 – 2023 учебный год

Пояснительная записка
к рабочей программе курса «Физическая культура» на основе УМК
В.В.Воронковой Физическая культура 9 класс

Рабочая программа курса «Физическая культура» 9 класс составлена на основе Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 года №273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, (утвержденный Приказом Мин.Обр.науки России от 17 декабря 2010 г. №1897), «Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида», под редакцией В.В.Воронковой, образовательной программой основного общего образования Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения – средней общеобразовательной школы р.п. Советское Советского района Саратовской области, примерной программы по предмету Физическая культура, а также с учётом авторской программы В.В.Воронковой «Физическая культура» 9 класс, «Владос» 2011.

Программа обеспечена учебным пособием, подготовленным группой специалистов под руководством по предмету «Физическая культура». Учебник, выпущен издательством «Владос» 2011 и прошел экспертизу в РАН и РАО на соответствие Федеральному государственному стандарту общего образования (ФГОС).

Структура программы: Согласно основной образовательной программе МБОУ-СОШ р.п. Советское на изучение учебного предмета «Физическая культура» в 9 классе отводится 0,5 часа в неделю, всего 17 ч.

Цели программы обучения:

Целью физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию личности посредством физической культуры личности школьника. Слагаемыми 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 программы обучения:

- укрепить здоровье, улучшить осанку, проводить профилактику плоскостопия; содействовать гармоничному физическому развитию, выработать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды;
- овладеть школой движений;
- развить координационные (точность воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесие, ритм, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирование в пространстве) и кондиционные (скоростные, скоростно-силовые, выносливость и гибкость) способности;
- формировать элементарные знания о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей;
- выработать представление об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- приобщить к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использовать их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявить предрасположенность к тем или иным видам спорта;

- воспитать дисциплинированность, доброжелательное отношение к товарищам, честность, отзывчивость, смелость во время выполнения физических упражнений, содействовать развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Коррекционные общеразвивающие упражнения направлены на:

- развитие пространственно-временной дифференцировки и точности движений;
- формирование правильной осанки и ориентации во времени и пространстве;
- интеллектуально-познавательное развитие.

Для реализации поставленных целей и задач курса рекомендовано сочетание разных методов обучения:

- словесные – рассказ, объяснение, беседа
- наглядные – наблюдение, демонстрация
- практические – задания
- методы изложения новых знаний
- методы повторения, закрепления знаний
- методы применения знаний
- методы контроля

В процессе освоения учебной программы по «Физической культуре» на уроках применяется фронтальная и индивидуальная деятельность учащихся. Обучение детей по программе учебного курса «Физическая культура» должно быть направлено на достижение следующих личностных, метапредметных и предметных результатов освоения содержания.

Реализация учебного курса «Физическая культура» предполагает осуществление педагогического контроля через: беседу (диалог), устный опрос, практические занятия.

Учебно-тематический план:

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов, из них					
		Всего часов	Уроки	Лабораторная работа, практическая работа	Контрольная работа, самостоятельная работа	экскурсии	Проектные работы
1	Легкая атлетика	1ч	1ч				
2	Гимнастика	8ч	8ч				
3	Спортивные игры	5ч	5ч				
4	Лыжная подготовка	3ч	3ч				
	Итого	17ч	17ч				

Планируемые результаты обучения:

Учащиеся должны знать:

- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитание физических качеств, современные формы построения занятий и систем, занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью;
- содержание физических упражнений общеразвивающей и корригирующей направленности;
- физиологические основы деятельности систем дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития и совершенствования средствами физической культуры в разные возрастные периоды;
- возрастные особенности развития ведущих психических процессов и физических качеств;
- правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказание доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.

Учащиеся должны уметь:

- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим;
- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений;
- управлять своими эмоциями;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарём и оборудованием.

Содержание учебного предмета

Раздел 1. Легкая атлетика(1ч)

Основы знаний о роли физической культуры для здоровья человека. Техника безопасности на уроках физической культуры, в процессе игровой деятельности.

Раздел 2. Гимнастика (8ч)

Техника строевых упражнений. Общеразвивающие упражнения. Техника приемов саморасслабления при выполнении упражнений с интенсивной нагрузкой. Беседа о комплексах упражнений с гимнастическими палками, с набивными мячами. Техника упражнений на гимнастической стенке. Техника выполнения акробатических упражнений (элементы, связки). Техника выполнения упражнений на сохранение равновесия. Беседа о технике выполнения опорного прыжка.

Раздел 3. Спортивные игры (5ч)

Техника игры в пионербол. Техника игры в волейбол. Техника игры в баскетбол. Игры с метанием мяча на дальность и точно в цель: «Стрелки», «Точно в ориентир». Игры с мячом: «Сигнал», «Точно в круг»

Раздел 4. Лыжная подготовка (3ч)

Техника передвижения на лыжах. Техника управления лыжами при поворотах на месте, передвижения ступающим и скользящим шагом, попеременный двухшажный ход. Техника преодоления небольших подъемов и спуск с пологих склонов.

Календарно-тематическое планирование учебного курса

№п/п	Наименование раздела, тема урока	Кол-во часов	Форма урока	Планируемые результаты			Дата проведения	
				Предметные	Метапредметные	Личностные		
							План	Факт
1	Легкая атлетика	1		Познакомиться с техникой безопасностью на уроках физкультуры, обобщить правила личной гигиены. Знать названия снарядов и гимнастических элементов. Коррекция образной памяти на основе упражнений в установлении логических связей.	Познавательные: Поиск разнообразных способов решения задач. Структурирование знания Регулятивные: Адекватное восприятие оценки учителя. Оценка правильности выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки Коммуникативные: Использование речи для регуляции своего действия.	Ознакомление с миром профессий, их социальной значимостью и содержанием. Развитие «Я-концепции» и самооценки личности. Формирование самоидентификации, адекватной позитивной самооценки, самоуважения и самопринятия. Развития познавательных интересов, учебных мотивов. Формирования границ собственного знания и незнания		
1	Основы знаний о роли физической культуры для здоровья человека. Техника безопасности на уроках физической культуры, в процессе игровой деятельности.	1	Теоретическое занятие					
2	Гимнастика	8		Правильно выполнять упражнения для развития кистей	Познавательные: Поиск разнообразных способов решения задач. Структурирование знания.	Ознакомление с миром профессий, их социальной значимостью и		
2	Техника строевых упражнений.	1	Теоретическое занятие					

3	Общеразвивающие упражнения	1	Практическое занятие	рук и пальцев. Развитие координации. Знать органы дыхания и что представляет собой процесс «дыхание». Правильно выполнять упражнения дыхательной гимнастики. Коррекция образной памяти на основе упражнений в установлении логических связей.	Сравнение. Регулятивные: Планирование своих действий в соответствии поставленной задачей и условиями ее реализации. Осуществление итогового и пошагового контроля по результату. Коммуникативные: Использование речи для регуляции своего действия.	содержанием. Развитие «Я-концепции» и самооценки личности. Формирование самоидентификации, адекватной позитивной самооценки, самоуважения и самопринятия.			
4	Техника приемов саморасслабления при выполнении упражнений с интенсивной нагрузкой	1	Теоретическое занятие						
5	Беседа о комплексах упражнений с гимнастическими палками, с набивными мячами	1	Теоретическое занятие						
6	Техника упражнений на гимнастической стенке	1	Теоретическое занятие						
7	Техника выполнения акробатических упражнений (элементы, связки).	1	Теоретическое занятие						
8	Техника выполнения упражнений на сохранение равновесия.	1	Теоретическое занятие						
9	Беседа о технике выполнения опорного прыжка.	1	Теоретическое занятие						

3	Спортивные игры	5		Развитие координации.Коррекция образной памяти на основе упражнений в установлении логических связей.	Познавательные: Поиск разнообразных способов решения задач. Структурирование знания. Сравнение. Коммуникативные: Использование речи для регуляции своего действия. Регулятивные: Планирование своих действий в соответствии поставленной задачей и условиями ее реализации. Осуществление итогового и пошагового контроля по результату.	Развитие «Я-концепции» и самооценки личности. Формирование самоидентификации, адекватной позитивной самооценки, самоуважения и самопринятия. Развития познавательных интересов, учебных мотивов.			
10	Техника игры в пионербол	1	Теоретическое занятие						
11	Техника игры в волейбол	1	Теоретическое занятие						
12	Техника игры в баскетбол	1	Теоретическое занятие						
13	Игры с метанием мяча на дальность и точно в цель: «Стрелки», «Точно в ориентир»	1	Практическое занятие						
14	Игры с мячом: «Сигнал», «Точно в круг»	1	Практическое занятие						
15	Игры с мячом: «Поймай мяч», «Пустое место»	1	Практическое занятие						
16	Игра с бросанием, ловлей и метанием: «Подвижная цель»	1	Практическое занятие						
17	Игра с метанием мяча на дальность и точно в цель: «Выбери место»	1	Практическое занятие						

