

2022 – 2023 учебный год

Пояснительная записка
к рабочей программе курса «Физическая культура» на основе УМК В.В.
Воронковой, Физическая культура 6 класс

Рабочая программа курса «Физическая культура» 6 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 Физкультура, а также с учётом авторской программы В.В. Воронковой «Физическая культура» 6 класс, «Владос» 2011. Программа обеспечена учебным пособием, подготовленным группой специалистов под руководством В.В. Воронковой по предмету «Физическая культура». Учебник, выпущен издательство «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 6 классе отводится 0,5 часа в неделю, всего 17 ч.

Процесс обучения по физкультуре неразрывно связан с решением специфической задачи коррекционных образовательных учреждений VIII вида — коррекцией и развитием познавательной деятельности, личностных качеств ребенка, а также воспитанием трудолюбия, самостоятельности, терпеливости, настойчивости, любознательности, формированием умений планировать свою деятельность, осуществлять контроль и самоконтроль.

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	2ч	2ч				
2	Гимнастика	11ч	11ч				
3	Игры на свежем воздухе.	4ч	4ч				

	Итого	17ч	17ч				
--	--------------	-----	-----	--	--	--	--

Планируемые результаты обучения:

Учащиеся должны знать:

- как правильно выполнять перестроение из колонны по одному в колонну по два; как избежать травм при выполнении лазанья и опорного прыжка;
- фазы прыжка в высоту с разбега способом "перешагивание"; правила передачи эстафетной палочки во встречной эстафете;
- для чего и когда применяются лыжи; правила передачи эстафеты.
- правила перехода при игре в волейбол;
- правила поведения игроков во время игры в баскетбол.

Учащиеся должны уметь:

- правильно и быстро реагировать на сигнал учителя;
- сохранять равновесие при выполнении гимнастических упражнениях;
- правильно и быстро реагировать на сигнал учителя;
- строиться и выполнять различные движения в определенном порядке и построении;
- усваивать команды и подчиняться им;
- произвольно управлять актом дыхания и правильно согласовывать его с движениями;
- управлять своими движениями, производить их ловко, с заданной амплитудой в определенном направлении, темпе, ритме;
- манипулировать с разнообразными предметами;
- выполнять определенные действия и правила, подчинять свои желания и интересы требованиям игры.

Содержание учебного предмета

Раздел 1. Легкая атлетика (2ч)

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

Понятие о правильной осанке, ходьбе, беге, метании, прыжках.

Раздел 2. Гимнастика (11ч)

Техника строевых упражнений.

Общеразвивающие упражнения на формирование правильной осанки. Дыхательные упражнения на расслабление мышц. Простые комплексы общеразвивающих упражнений.

Основные положения движения головы, конечностей, туловища. Техника выполнения упражнений с гимнастическими палками. Техника упражнений большими обручами.

Техника упражнений с малыми мячами. Техника выполнения упражнений на гимнастической стенке. Техника выполнения акробатических упражнений. Техника выполнения упражнений на сохранение равновесия. Беседа о технике выполнения опорного прыжка.

Раздел 3. Игры на свежем воздухе (2ч)

Игра "Мяч в воздухе". Техника игры в пионербол. Техника игры в волейбол. Техника игры в баскетбол.

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	2		Познакомиться с техникой безопасностью на уроках физкультуры, обобщить правила личной гигиены.	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	Формирование самоидентификации, адекватной позитивной самооценки, самоуважения и самопринятия. Развития познавательных интересов, учебных мотивов.		
1	Основы знаний о роли физической культуры для здоровья человека. Техника безопасности на уроках физической культуры, в процессе игровой деятельности.	1	Теоретическое занятие					
2	Понятие о правильной осанке, ходьбе, беге, метании, прыжках.	1	Теоретическое занятие					
2	Гимнастика	11		Правильно выполнять упражнения для развития кистей рук и пальцев. Развитие координации.	Познавательные: Поиск разнообразных способов решения задач. Структурирование знания. Сравнение. Регулятивные: Планирование своих	Ознакомление с миром профессий, их социальной значимостью и содержанием. Формирование самоидентификации, адекватной		
3	Техника строевых упражнений.	1	Теоретическое занятие					
4	Общеразвивающие упражнения на формирование правильной осанки.	1	Теоретическое занятие					

5	Дыхательные упражнения на расслабление мышц. Простые комплексы общеразвивающих упражнений.	1	Практическое занятие	Коррекция образной памяти на основе упражнений в установлении логических связей.	действий в соответствии поставленной задачей и условиями ее реализации. Осуществление итогового и пошагового контроля по результату. Коммуникативные: Использование речи для регуляции своего действия.	позитивной самооценки, самоуважения и самопринятия.			
6	Основные положения движения головы, конечностей, туловища.	1	Теоретическое занятие						
7	Техника выполнения упражнений с гимнастическими палками.	1	Практическое занятие						
8	Техника упражнений большими обручами.	1	Практическое занятие						
9	Техника упражнений с малыми мячами.	1	Практическое занятие						
10	Техника выполнения упражнений на гимнастической стенке.	1	Теоретическое занятие						
11	Техника выполнения акробатических упражнений	1	Теоретическое занятие						
12	Техника выполнения упражнений на сохранение	1	Теоретическое занятие						

	равновесия.								
13	Беседа о технике выполнения опорного прыжка.	1	Урок-беседа						
3	Подвижные и спортивные игры	4		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.	Формирование самоидентификации, адекватной позитивной самооценки, самоуважения и самопринятия. Развития познавательных интересов, учебных мотивов.			
14	Игра "Мяч в воздухе".								
15	Техника игры в пионербол.	1	Практическое занятие						
16	Техника игры в волейбол.	1	Практическое занятие						
17	Техника игры в баскетбол.	1							

