

Приложение к Адаптированной основной
общеобразовательной программе
с лёгкой умственной отсталостью

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Большеколпанская средняя общеобразовательная школа»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предмет: физическая культура

Класс: 9 год обучения (индивидуальное обучение на дому)

Рабочая программа составлена на основе Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5-9 кл.: В 2 сб. / Под ред. В.В. Воронковой. — М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2011.

Срок реализации: 1 год

Разработчик программы:

Мошкина Светлана Юрьевна, учитель технологии

2018 – 2019 учебный год

Планируемые результаты освоения предмета в 9 классе

Конкретными учебными и коррекционно- воспитательными задачами физического воспитания являются:

- укрепление здоровья, закаливание, формирование правильной осанки;
- формирование и совершенствование разнообразных двигательных умений и навыков;
- приобретение знаний в области гигиены, теоретических сведений по физкультуре;
- коррекция нарушений общего физического развития психомоторики;
- формирование познавательных, эстетических, нравственных интересов на материале физической культуры и спорта;
- воспитание устойчивых морально волевых качеств;
- развитие чувства темпа и ритма, координации движений;
- формирование навыков правильной осанки в статических положениях и движении;
- усвоение учащимися речевого материала, используемого учителем на уроках физической культуры.

Программа по физкультуре для учащихся с ОВЗ 9 класса позволяет охватить некоторые как теоретические, так и практические направления физической культуры как учебного предмета в соответствии с особенностями здоровья обучающейся.

Специальными целями преподавания физической культуры в школе является:

1. Укрепление здоровья и закаливание, формирование правильной осанки.
2. Формирование и совершенствование разнообразных двигательных умений и навыков, таких: как сила, быстрота, выносливость, ловкость и др.
3. Коррекция нарушений общего физического развития психомоторики, воспитание культуры санитарно-гигиенических навыков, поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне.

Общепредметными задачами преподавания физической культуры в школе являются:

1. Воспитание учащегося средствами данного предмета;
2. Воспитание устойчивых морально-волевых качеств: настойчивости, смелости, умения преодолевать трудности;
3. Содействие военно- патриотической подготовке.

Содержание курса

№ п/п	Тема	Количество часов
1.	Бег	1
2.	Баскетбол	2
3.	Волейбол	1
4.	Гимнастика	2
5.	Лёгкая атлетика	3
	Итого:	9

Календарно – тематическое планирование

Дата проведения урока	№ урока		Тема	Характеристика деятельности	Домашнее задание
	с начала учебного года	по теме			
05.09.2018г.	1.	1	Бег. Беседа о видах бега.	Знать: знать виды бега. Уметь: различать спринтерский бег и эстафетный бег.	Кроссворд
03.10.2018г.	2.	1	Баскетбол. История возникновения игры.	Знать: историю возникновения игры «баскетбол» Уметь: отвечать на вопросы по теме разговора, понимать терминологию.	Карточка – задание
07.11.2018г.	3.	2	Интересные страницы из жизни спортсменов.	Знать: российских спортсменов-баскетболистов, интересные страницы из их жизни. Уметь: находить информацию о спортсменах, их биографические данные.	Биография спортсменов
05.12.2018г.	4.	1	Волейбол. История игры «волейбол»	Знать: историю возникновения игры «волейбол» Уметь: отвечать на вопросы по теме разговора, понимать терминологию.	Карточка – задание
16.01.2019г.	5.	1	Гимнастика. Беседа о гимнастике как виде спорта	Знать: история возникновения гимнастики как вида спорта. Уметь: отвечать на вопросы по теме разговора, понимать терминологию.	Сообщение о гимнастике
13.02.2019г.	6.	2	Как спортсмены развивают силовые способности.	Знать: что такое силовые способности, возможности дыхательной гимнастики.	Комплекс упражнений

				Уметь: выполнять несколько упражнений.	
13.03.2019г.	7.	1	Лёгкая атлетика. Беседа о легкой атлетике	Знать: историю возникновения лёгкой атлетики, виды спорта в ней. Уметь: отвечать на вопросы по теме разговора, понимать терминологию.	Карточка – задание
17.04.2019г.	8.	2	Роль спорта в жизни человека	Знать: о роли спорта в жизни человека, виды спорта. Уметь: выполнять упражнения, соблюдать режимные моменты.	Нарисовать рисунок
22.05.2019г.	9.	3	Здоровый образ жизни.	Знать: что такое ЗОЖ, его составляющие. Уметь: составлять режим занятий на свежем воздухе, планировать мероприятия по ЗОЖ.	Составить режим дня