

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Удмуртской Республики
Муниципальное образование «Муниципальный округ
Граховский район Удмуртской Республики»
МБОУ «Мари-Возжайская СОШ им. П.И.Бельского»

РАССМОТРЕНО
На заседании ШМО

Крещенова Ю.С
Протокол № от

СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом

Протокол № от

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы

Халитова О.Н
Протокол № от

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по курсу
«Развиваемся вместе»
для обучающихся 8 класса
(Вариант 2)

Пояснительная записка

Нормативно-правовую базу разработки АРП ОО обучающихся с умственной отсталостью составляют:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 N 99-ФЗ, от 23.07.2013 N 203-ФЗ).
- Федеральный государственный стандарт основного общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 года № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» с изменениями, утвержденными приказом Минобрнауки России от 29.12.2014 №1644.
- Письмо Министерства образования РФ от 18.09.2002г. №29/2331-6 (о базисном учебном плане специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида).
- Письмо Министерства образования РФ от 09.12.2002г. №29/2476-2 "Организация работы специальных (коррекционных) классов.
- Приказа Министерства образования и науки РФ от 31.03.2014 г. №253 "Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования".
- Приказ Минобрнауки от 08.06.2015 №576 «О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 №253».
- Санитарно-эпидемиологическим требованиям к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010г. №189.
- Примерной образовательной программы основного общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 08.04.2015 №1/15).

Общая характеристика учебного предмета

Спортивные игры укрепляют крупные группы мышц, развивают психофизические качества: силу, быстроту, ловкость, выносливость. В спортивных играх у ребенка повышается умственная активность, ориентировка в пространстве, развивается сообразительность, быстрота мышления, происходит осознание собственных действий

Цели и задачи

Цель программы «Развиваемся вместе»: создание условий для укрепления здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

Цель конкретизирована следующими **задачами:**

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся;
- популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;
- формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми;
- обучение технике и тактике спортивных игр;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);

- формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний;
- воспитание моральных и волевых качеств

Место предмета в учебном плане

Курс рассчитан на 68 часов в год, т.е. 2 часа в неделю (34 учебных недели).

Планируемые результаты обучения

Учащиеся должны знать:

- о способах и особенностях движение и передвижений человека.
- О системе дыхания.
- О работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем.
- Об общих и индивидуальных основах личной гигиены.
- О правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки..
- О причинах травматизма и правилах его предупреждения.

Учащиеся должны уметь:

- составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки.
- Организовывать и проводить самостоятельно спортивные игры.
- Уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.

Календарно - тематическое планирование

№	Наименование раздела	Тема урока
1	Футбол – 15 часов.	Правила поведения Т. Б. по футболу. Основные правила игры в футбол.
2		Техника передвижения игрока.
3		Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы.
4		Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью.
5		Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью.
6		Обманные движения (финты).
7		Ведение мяча с активным сопротивлением защитника.
8		Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема.
9		Удар по летящему мячу внутренней частью стопы.
10		Удар носком.
11		Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите.
12		Комбинации из освоенных элементов.
13		Комбинации из освоенных элементов.
14		Комбинации из освоенных элементов.
15		Двухсторонняя игра.
16		Двухсторонняя игра.
17	Баскетбол – 20 часов	Правила поведения Т. Б. по баскетболу. Основные правила игры в баскетбол.
18		Стойка игрока. Перемещение в стойке.

19		Передача мяча сверху в парах на месте и в движении.
20		Передача мяча сверху в парах на месте и в движении.
21		Передача и ловля мяча одной рукой.
22		Броски мяча в корзину.
23		Броски мяча в корзину с различного расстояния.
24		Броски мяча в движении.
25		Броски мяча в движении.
26		Штрафные броски.
27		Выбивание мяча.
28		Выбивание мяча.
29		Техника финтов, заслоны.
30		Техника финтов, заслоны.
31		Атака по центру площадки, прорыв короткой передачей.
32		Комбинации из освоенных элементов.
33		Комбинации из освоенных элементов.
34		Комбинации из освоенных элементов.
35		Двухсторонняя игра.
36		Двухсторонняя игра.
37	Волейбол – 32 часа	Правила поведения Т. Б. по баскетболу. Основные правила игры в баскетбол.
38		Развитие прыгучести.
39		Развитие быстроты.
40		Развитие ловкости.
41		Передача мяча сверху.
42		Передача мяча сверху.
43		Передача мяча сверху.
44		Передача мяча снизу.
45		Передача мяча снизу.
46		Передача мяча снизу.
47		Техника нижней подачи.
48		Техника нижней подачи.
49		Техника верхней подачи.
50		Техника верхней подачи.
51		Техника верхней подачи.
52		Техника нападающего прыжка.
53		Техника нападающего удара.
54		Техника нападающего удара.
55		Совершенствование техники нападающего удара.
56		Нападающий удар в игровых ситуациях.
57		Техника блокирующего прыжка.
58		Совершенствование техники блокирующего прыжка.
59		Блоки в игровых ситуациях
60		Блоки в игровых ситуациях.
61		Подборы, страховка.
62		Подборы, страховка.
63		Тактика командной защиты.
64		Двухсторонняя игра.

65		Двухсторонняя игра.
66		Двухсторонняя игра.
67		Двухсторонняя игра.
68		Двухсторонняя игра.

Содержание программного материала

Футбол: стойки, перемещения, ведение, остановки, передачи, удары, комбинации, обманные движения, игры в футбол.

Баскетбол: стойки, перемещения, прием и передачи, броски , выбивание , обманные движения, заслоны, атаки, комбинации, прорывы, игры в баскетбол.

Волейбол: развитие прыгучести, быстроты и ловкости, передачи мячи, приемы мяча, подачи мяча, нападающие удары, блокирование, подборы, страховки, тактики защиты , игры в волейбол.

Материально – техническое обеспечение

1. Помещение (соответствующее требованиям СанПиН)
2. Футбольные ворота.
3. Футбольные мячи.
4. Футбольные конусы.
5. Баскетбольные щиты с кольцами.
6. Баскетбольные мячи.
7. Волейбольные стойки.
8. Волейбольная сетка.
9. Волейбольные мячи.

Учебно – методический комплекс

- 1.Каинов А.Н. Методические рекомендации при планировании прохождения материала по физической культуре в образовательных учреждениях на основе баскетбола (программа А.П.Матвеева)/ А.Н.Каинов-Волгоград ; ВГАФК, 2003.-68 с.
2. Лях В.И. Комплексная программа физического воспитания учащихся 5-9 классов /В.И.Лях , А.А.Зданевич / Физкультура в школе -2010.
- 3.Настольная книга учителя физической культуры / авт.-сост.Г.И.Погодаев; под ред. Кофмана М./Физкультура и спорт ,1998.
- 4.Оценка качества подготовки выпускников средней(полной) школы по физической культуре/ авт. Сост.-А.П.Матвеев ,Т.В.Петрова -2001.
- 5.Спортивные игры на уроках физкультуры/ О.Листова -2001.
- 6.Урок в современной школе Г.А.Баладина,Н.Н.Назарова, Т.Н.Казакова -2004.
- 7.Учебник физическая культура : Мейсон Г.Б. , Любомирский Л.Е., Лях В.И. -2001.
- 8.Физическая культура. 8-9 классы: Учебник для общеобразоват. организаций / В. И. Лях. - М.: Просвещение, 2019.