

Муниципальное автономное образовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №26

РАССМОТРЕНО на заседании МО протокол № <u>1</u> « <u>27</u> » <u>08</u> 20 <u>20</u> г. <i>Левченко Е.Г. Лер</i>	СОГЛАСОВАНО На заседании ПС протокол № <u>11</u> « <u>28</u> » <u>08</u> 20 <u>20</u> г. <i>Колесова Н.В. Кол</i>	УТВЕРЖДЕНО Приказом директора МАОУ СОШ №26 Н.А. Ляпина № <u>185-О</u> от « <u>28</u> » <u>08</u> 20 <u>20</u> г.
---	--	--

Адаптированная рабочая программа по курсу по выбору
Физическая культура «Спортивные игры»
для учащихся с задержкой психического развития (ЗПР)
для 5-8 классов

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Статус документа.

Настоящая адаптированная рабочая программа (далее по тексту программа) по курсу по выбору Физическая культура «Спортивные игры» 5-8 классов (для детей ОВЗ/ЗПР) детализирует и раскрывает содержание стандарта второго поколения, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития школьников средствами учебного предмета в соответствии с целями изучения физической культуры, которые определены ФГОС ООО для базового уровня. Программа является составительской. Программа определяет основные принципы организации учебного материала, его структурирование, последовательность изучения и распределение по классам. В настоящей программе указывается распределение учебных часов, отводимых на изучение крупных разделов курса.

Основные элементы рабочей программы:

Пояснительная записка.

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета.
2. Содержание учебного предмета.

3. Тематическое планирование.

Учебник: Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю.; под редакцией Виленского М.Я. 5-7 класс, Лях В.И., Зданевич А.А.; под редакцией Ляха В.И. -8 класс.

Физическая культура — обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях.

Предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения — физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня и второй половины дня (гимнастика до занятий, физкультурные минутки, физические упражнения и игры на удлиненных переменах и в группах продленного дня), внеклассной работой по физической культуре (группы общефизической подготовки, спортивные секции), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья и спорта, подвижные игры и соревнования, спортивные праздники, спартакиады, туристические слёты и походы) — достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

В Федеральном законе «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007 г. № 329–ФЗ отмечено, что организация физического воспитания и образования в образовательных учреждениях включает в себя проведение обязательных занятий по физической культуре в пределах основных образовательных программ в объеме, установленном Федеральным государственным образовательными стандартами, а также дополнительных (факультативных) занятий физическими упражнениями и спортом в пределах дополнительных образовательных программ.

Данная программа создавалась с учётом того, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения. *Целью* школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных задач:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- овладение школой движений;
- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Принимая во внимание вышеперечисленные задачи образования учащихся начальной школы в области физической культуры, основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы были следующие: демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, деятельностный подход, интенсификация и оптимизация, расширение межпредметных связей.

Принцип демократизации в педагогическом процессе выражается в обеспечении всем и каждому ученику одинакового доступа к основам физической культуры, максимальном раскрытии способностей детей, построении преподавания на основе использования широких и гибких методов и средств обучения для развития детей с разным уровнем их двигательных и психических способностей, изменении сути педагогических отношений, переходе от подчинения к сотрудничеству.

Принцип гуманизации педагогического процесса заключается в учёте индивидуальных способностей личности каждого ребёнка и педагога. Он строится в соответствии с личным опытом и уровнем достижений школьников, их интересами и склонностями. Учителя обязаны предоставлять детям разноуровневый по сложности и субъективной трудности усвоения материал программы. Осуществление принципов демократизации и гуманизации в педагогическом процессе возможно на основе *педагогике сотрудничества*— идеи совместной развивающей деятельности детей и взрослых, в процессе которой они связаны взаимопониманием и проникновением в духовный мир друг друга, совместным желанием анализа хода и результатов этой деятельности. *Деятельностный подход* заключается в ориентировании ученика не только на усвоение готовых знаний и умений, но и на овладение способами физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, на развитие познавательных сил и творческого потенциала ребёнка. Это отход от вербальных методов и форм передачи готовой информации, пассивности учащихся на занятиях к активному усвоению знаний, умений и навыков, реализуемых в разнообразных видах физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

Интенсификация и оптимизация состоит в повышении целенаправленности обучения и усилении мотивации занятий физической культурой и спортом, применении активных и творческих методов и форм обучения (проблемные, исследовательские, сопряжённого развития кондиционных и координационных способностей, акцентированного и всестороннего развития координационных способностей, методики программно-алгоритмического типа, групповые и индивидуальные формы обучения, круговая тренировка и др.); в развитии навыков учебного труда; широком использовании компьютеров и других новых технических средств.

Задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннего раскрытия взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов в сфере физической культуры учитель реализует на основе *расширения межпредметных связей* из области разных предметов: литературы, истории, математики, анатомии, физиологии, психологии и др. Программа курса по выбору Физическая культура «Спортивные игры» разработана для учащихся 5-8 классов, обучающихся по программам основного общего образования /базовый уровень.

1. Планируемые результаты освоения курса по выбору «Спортивные игры»

Изучение «Спортивных игр» направлено на достижение обучению личностных, метапредметных и предметных результатов.

Планируемые личностные результаты

Сформированность патриотического сознания и гражданской позиции личности, чувство ответственности и долга перед Родиной на примере героических подвигов спортсменов - участников Великой Отечественной Войны и результатов упорного труда выдающихся спортсменов СССР и России.

Освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.

Сформированность положительной мотивации и устойчивого учебно-познавательного интереса к учебному предмету «Спортивные игры».

Развитость эстетического и этического сознания через освоение культуры движения и культуры тела.

Сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни. Сформированность духовно-нравственной культуры, чувства толерантности и ценностного отношения к спортивным играм, как составной и неотъемлемой части общечеловеческой культуры.

Планируемые метапредметные результаты

Метапредметные результаты включают освоенные обучающимися межпредметные понятия (скорость, сила, амплитуда, вектор, частота, дыхание, обмен веществ, работоспособность, ткани, возбуждение, торможение и мн. другие) и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные).

способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиск средств ее осуществления;

планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

определять общую цель и пути ее достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

владеть базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;

систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах;

Регулятивные универсальные учебные действия

самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;

осуществлять самоконтроль, самооценку, принимать решения и осознанно делать выбор в учебной и познавательной деятельности.

Познавательные универсальные учебные действия

определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы;

Коммуникативные универсальные учебные действия.

организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;

осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.

Планируемые предметные результаты на уровне основного общего образования

Выпускник научится:

- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- раскрывать базовые понятия и термины спортивных игр, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- разрабатывать содержание самостоятельных занятий с физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест

занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от условий;

- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;
- классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;
- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);
- выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Выпускник получит возможность научиться:

- *характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу российскому спорту;*
- *определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;*
- *преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;*
- *осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;*
- *выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».*

2. Содержание курса по выбору «Спортивные игры»

Футбол

Краткая характеристика вида спорта. Правила игры в футбол.

Стойки и перемещения, удар по мячу, остановка мяча, удар по воротам. Выбивание и вырывание мяча, разыгрывание мяча. Приём мяча грудью, отбор мяча подкатом, разыгрывание мяча в парах, тройках, группах. Игра по правилам.

Баскетбол.

Краткая характеристика вида спорта. Правила игры в баскетбол.

Стойки игрока, перемещения в стойке

Ловли и передач мяча. Передачей мяча двумя руками от груди, головы, от плеча.

Ведение мяча. Ведением мяча змейкой. Ведение мяча с изменением направления.

Техника передвижения и остановки прыжком. Перехват мяча. Вырывание и выбивание

мяча.

Бросок мяча одной рукой от плеча. Бросок в кольцо.

Техника остановки двумя шагами бросок в кольцо. Взаимодействие двух игроков в защите через «заслон». Позиционное нападение и защита (2:2, 3:3, 4:4, 5:5). Нападение быстрым прорывом (3:2)

Игра в мини-баскетбол Двухсторонняя игра.

5 класс (18 часов)

№ урока	Тема урока	Кол-во часов
		18 часов
	Футбол	18 часов
1	ТБ. Вводный инструктаж. Правила игры в футбол.	1
2	Краткая характеристика вида спорта. Подвижные игры.	1
3	Стойки и перемещения, удар по мячу, остановка мяча, удар по воротам.	1
4	Стойки и перемещения, удар по мячу, остановка мяча, удар по воротам (Повторение)	1
5	Стойки и перемещения, удар по мячу, остановка мяча, удар по воротам (Обобщение)	1
6	Стойки и перемещения, удар по мячу, остановка мяча, удар по воротам. (Закрепление)	1
7	Выбивание и вырывание мяча, разыгрывание мяча	1
8	Выбивание и вырывание мяча, разыгрывание мяча (обучение)	1
9	Выбивание и вырывание мяча, разыгрывание мяча (Повтор)	1
10	Выбивание и вырывание мяча, разыгрывание мяча (закрепление)	1
11	Выбивание и вырывание мяча, разыгрывание мяча (закрепление).	1
12	Выбивание и вырывание мяча, разыгрывание мяча (совершенствование)	1
13	Приём мяча грудью, отбор мяча подкатом, разыгрывание мяча в парах, тройках, группах. (обучение)	1
14	Приём мяча грудью, отбор мяча подкатом, разыгрывание мяча в парах, тройках, группах. (повторение)	1
15	Приём мяча грудью, отбор мяча подкатом, разыгрывание мяча в парах, тройках, группах. (закрепление)	1
16	Приём мяча грудью, отбор мяча подкатом, разыгрывание мяча в парах, тройках, группах. (совершенствование)	1
17	Игра по правилам.	1
18	Игра по правилам.	1

6 класс (18 часов)

№ урока	Тема урока	Кол-во часов
		18 часов

	Баскетбол.	18 часов
1	Инструктаж по Т.Б. Эстафеты баскетболистов с ведением мяча змейкой, передачей двумя руками от груди	1
2	Эстафеты баскетболистов с ведением мяча змейкой, передачей двумя руками от груди	1
3	Эстафеты баскетболистов с ведением мяча змейкой, передачей двумя руками от груди..	1
4	Эстафеты баскетболистов с ведением мяча змейкой, передачей двумя руками от груди....	1
5	Бросок мяча одной рукой от плеча. Передачи: от груди, головы, от плеча. Поднимание туловища.	1
6	Бросок мяча одной рукой от плеча. Передачи: от груди, головы, от плеча. Поднимание туловища.	1
7	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол 2*2.	1
8	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча.	1
9	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол 2*2..	1
10	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в мини-баскетбол 3*3	1
11	Техника передвижения и остановки прыжком. Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами. Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини - баскетбол.	1
12	Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами. Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини- баскетбол	1
13	Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами.	1
14	Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини- баскетбол	1
15	Двухсторонняя игра по правилам.	1
16	Двухсторонняя игра по правилам...	1
17	Двухсторонняя игра по правилам.(совершенствовать)	1
18	Двухсторонняя игра по правилам.(совершенствовать)	1

7 класс (18ч часов)

№ урока	Тема урока	Кол-во часов
		18часов
	Баскетбол.	18 часов
1	Инструктаж по Т.Б. Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами.	1
2	Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами.	1
3	Ведение мяча змейкой, передачи. Техника остановки двумя шагами бросок в кольцо.	1

4	Развитие координационных качеств. Игра в мини-баскетбол.	1
5	Ведение мяча змейкой, передачи. Техника остановки двумя шагами бросок в кольцо	1
6	Ведение мяча змейкой, передачи. Техника остановки двумя шагами бросок в кольцо.	1
7	Эстафеты баскетболистов с ведением мяча змейкой, передачей двумя руками от груди	1
8	Эстафеты баскетболистов с ведением мяча змейкой, передачей двумя руками от груди.	1
9	Бросок мяча одной рукой от плеча. Передачи: от груди, головы, от плеча. Поднимание туловища.	1
10	Бросок мяча одной рукой от плеча. Передачи: от груди, головы, от плеча. Поднимание туловища.	1
11	Бросок мяча одной рукой от плеча. Передачи: от груди, головы, от плеча. Поднимание туловища.	1
12	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол 2*2.	1
13	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол 2*2.	1
14	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол 3*3.	1
15	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в мини-баскетбол 3*3	1
16	Техника передвижения и остановки прыжком. Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами. Вырывание	1
17	Выбивание мяча. Игра в мини - баскетбол.	1
18	Двухсторонняя игра по правилам.	1

8 класс (18 часов)

№ урока	Тема урока	Кол-во часов
		18 часов
	Баскетбол.	18 часов
1	Инструктаж ТБ. Совершенствование техники стоек игрока, перемещений в стойке.	1
2	Совершенствование ловли и передач мяча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.	1
3	Совершенствование ловли и передач мяча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.	1
4	Совершенствование вариантов ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника. Перехват мяча.	1
5	Совершенствование вариантов ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника. Перехват мяча.	1
6	Совершенствование бросков мяча после ведения и ловли с пассивным противодействием.	1

7	Совершенствование бросков мяча после ведения и ловли с пассивным противодействием.	1
8	Закрепление комбинации: ловля, передача, ведение, бросок.	1
9	Позиционное нападение и защита (2:2, 3:3). Нападение быстрым прорывом (3:2).	1
10	Позиционное нападение и защита (2:2, 3:3, 4:4, 5:5). Нападение быстрым прорывом (3:2).	1
11	Позиционное нападение и защита (2:2, 3:3, 4:4, 5:5). Нападение быстрым прорывом (3:2).	1
12	Позиционное нападение и защита (2:2, 3:3, 4:4, 5:5). Нападение быстрым прорывом (3:2).	1
13	Взаимодействие двух игроков в защите через «заслон».	1
14	Взаимодействие двух игроков в защите через «заслон».	1
15	Техника передвижения и остановки прыжком. Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами. Вырывание	
16	Выбивание мяча. Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.	1
17	Двухсторонняя игра.	1
18	Двухсторонняя игра.	1

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575792

Владелец Ляпина Наталья Александровна

Действителен с 22.03.2021 по 22.03.2022