

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 2 ИМЕНИ АЛЕКСЕЯ КРУТАЛЕВИЧА ГВАРДЕЙСКОГО  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА КАЛИНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ»**

238210, Калининградская область,  
гор. Гвардейск, ул. Тельмана 30а,

тел/факс: 8-401-59-3-16-96  
Е – mail: [gvardeiskhschool@mail.ru](mailto:gvardeiskhschool@mail.ru)  
<https://mboush2.ru>

Рекомендована к использованию  
Педагогический совет  
Протокол от 31.05.2022 г. № 7

Утверждаю  
Директор школы  
\_\_\_\_\_ Гартунг Е.С.  
Приказ от 01.06.2022 г. № 165-ОД

## **Рабочая программа**

**для обучающихся с задержкой психического развития**

Наименование учебного предмета      **физическая культура**

Класс      **9**

Срок реализации программы, учебный год      **2022 - 2023**

Рабочую программу составила      **Исаченко М.С.**

г. Гвардейск  
2022 год

Критерий	Ответственный	Подпись	Расшифровка подписи
Соответствие структуре, техническим требованиям	Ответственное лицо, назначенное директором		
Соответствие ООП уровня	Руководитель МО		
Полнота содержания	Заместитель директора		

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	Пояснительная записка	стр. 4
2.	Общая характеристика учебного предмета, коррекционного курса	стр. 5
3.	Описание места учебного предмета в учебном плане	стр. 6
4.	Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета	стр. 7
5.	Планируемые результаты освоения учебного предмета, коррекционного курса, внутрипредметного модуля	стр. 7
6.	Содержание учебного предмета, коррекционного курса, внутрипредметного модуля	стр.10
7.	Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся	стр.13
8.	Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности	стр.16

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. №189 г. Москва (Зарегистрировано в Минюсте РФ 3 марта 2011 г. Регистрационный №19993) «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».

Физическое воспитание — неотъемлемая часть комплексной системы учебно-воспитательной работы в школе, в которой обучаются дети с ОВЗ. Оно направлено на решение образовательных, воспитательных, коррекционно-компенсаторных и лечебно-оздоровительных задач.

Физическое воспитание осуществляется в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим воспитанием и трудовым обучением, занимает одно из ведущих мест в подготовке учащихся с ОВЗ к самостоятельной жизни и производственному труду. Физическое воспитание способствует формированию положительных личностных качеств, является одним из средств успешной социальной интеграции детей в общество.

**Характерной особенностью** детей с ОВЗ является наличие у них разнообразных нарушений психического и физического развития, обусловленных органическим поражением центральной нервной системы различной этиологии, возникающих на разных возрастных этапах индивидуального развития. У многих обучающихся отмечаются нарушения со стороны сердечно-сосудистой, дыхательной, вегетативной, эндокринной систем. Наблюдается слабость миокарда, аритмия; дыхание нарушено по частоте, глубине, ритму; нарушена согласованность дыхательного акта с двигательной нагрузкой. У многих детей замечено отставание в росте, весе от показателей возрастной нормы, непропорциональное телосложение, различные отклонения в осанке.

Нередко у детей встречаются стертые двигательные нарушения, которые могут быть незаметными в бытовых условиях, но проявляются при значительной физической нагрузке, в усложненных двигательных заданиях.

Двигательная недостаточность учащихся особенно возрастает при выполнении точно дозированных мышечных усилий, при перекрестной координации движений, пространственно-временной организации моторного акта.

**К характеристике физического** развития добавляется недоразвитие интеллекта, в частности речи, что в свою очередь приводит к недостаточному осмыслению речевых инструкций и заданий, что требует дополнительного внимания учителя физкультуры как при организации учебной работы, так и спортивно-массовых внеклассных мероприятий с детьми.

Следует отметить, что среди обучающихся имеются дети с хорошо развитой моторикой. Это обуславливает необходимость учета и реализации строго дифференцированного и индивидуального подхода в обучении.

Особого внимания требуют дети с эпилептическими припадками, с текущими заболеваниями ЦНС, хроническими соматическими заболеваниями. Такие дети нуждаются в особом охранительном режиме, они не могут выполнять задания и упражнения, требующие больших физических усилий, ведущих к чрезмерному возбуждению нервной системы.

**Целью физического воспитания в школе (для детей с ограниченными возможностями здоровья)** является содействие всестороннему развитию личности школьника.

Конкретными учебными и коррекционно-воспитательными задачами физического воспитания в школе для детей с ограниченными возможностями здоровья являются:

- Укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки; Формирование и совершенствование разнообразных двигательных умений и навыков, таких как сила, быстрота, выносливость, ловкость и др.;
- Коррекция нарушений общего физического развития психомоторики, воспитание культуры санитарно-гигиенических навыков, поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;
- Формирование познавательных, эстетических, нравственных интересов на материале физической культуры и спорта;
- Воспитание устойчивых морально-волевых качеств: настойчивости, смелости, умения преодолевать трудности;
- Содействие военно-патриотической подготовке.

## 2. Общая характеристика учебного предмета, коррекционного курса

Программа по физкультуре для 9 класса, структурно состоит из следующих разделов: гимнастика, легкая атлетика, спортивные игры.

Такое распределение материала позволяет охватить основные направления физкультуры как учебного предмета в школе с учетом климатических условий. Вместе с тем предлагаемая структура и содержание разделов не ограничивают учителя физкультуры в том, чтобы дополнить или изменить содержание программы в тех или иных ее разделах. При внесении изменений или дополнений в программу учителю следует тщательно продумать весь комплекс учебно-методических задач для каждого этапа обучения в 9 классе, имея в виду прежде всего охрану жизни и здоровья учащихся, коррекционную направленность обучения, а также материально-техническое оснащение школы, в частности уроков физкультуры. Изменения, вносимые в программу, требуют согласования с врачом и администрацией, они должны быть утверждены педагогическим советом школы.

**В раздел «Гимнастика»:** включены физические упражнения, которые позволяют корригировать различные звенья опорно-двигательного аппарата, мышечные группы. На занятиях учащиеся должны овладеть доступными им простейшими видами построений. Построения и перестроения трудны для данной категории детей из-за нарушений ориентировки в пространстве.

Несмотря на трудность усвоения пространственно-двигательных упражнений, они должны быть обязательным элементом каждого урока.

Упражнения общеразвивающего и корригирующего характера дают возможность воздействовать не только на весь организм ребенка, но и на ослабленные группы мышц. Наряду с упражнениями в исходных положениях сидя — стоя даются упражнения в исходных положениях лежа для разгрузки позвоночника и более избирательного воздействия на мышцы туловища.

Упражнения такого рода оказывают положительное влияние на сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы. Они помогают учащимся овладевать комплексом движений, выполнять их с данной амплитудой, в соответствующем направлении, темпе, ритме. Учитель должен постоянно регулировать физическую нагрузку подбором упражнений, изменением исходных положений, числом повторений, интенсивностью и последовательностью их выполнений. С учетом физического развития детей и специальных задач обучения в программе есть самостоятельный раздел с перечнем упражнений, направленных на коррекцию дыхания, моторики, осанки и др. В связи с затруднениями в пространственно-временной ориентировке и значительными нарушениями точности движений обучающихся в программу включены также

упражнения с предметами: гимнастические палки, флажки, малые и большие обручи и скакалки.

На уроках с элементами гимнастики дети с ОВЗ должны овладеть навыками лазанья и перелезания.

Упражнения в лазанье и перелезании — эффективное средство для развития силы и ловкости, совершенствования навыков координации и равновесия. Эти упражнения оказывают положительное влияние на преодоление страхов высоты, пространства, помогают развитию положительной самооценки, регулируют эмоциональные и поведенческие реакции детей.

Упражнения в поднимании и переноске грузов включаются в урок с целью обучения детей навыкам подхода к предмету с нужной стороны, правильному захвату его для переноски, умениям нести, точно и мягко опускать предметы. Такими предметами могут быть мячи, гимнастические палки, обручи, скамейки, маты и др.

**Раздел «Легкая атлетика»:** традиционно включает ходьбу, бег, прыжки, метание. Занятия легкой атлетикой помогают формированию таких жизненно важных двигательных навыков, как правильная ходьба, бег, прыжки и метание. Обучение элементам легкой атлетики и их совершенствование должно осуществляться на основе развития у детей быстроты, ловкости, гибкости, силы, выносливости, быстроты реакции.

Упражнения в ходьбе и беге широко используются на уроках физкультуры не только в коррекционных, но и в оздоровительно-лечебных целях.

Особое место в данном разделе уделено метанию, так как при выполнении упражнений в метании у детей развиваются точность, ловкость действий с предметами, глазомер. Школьники учатся правильному захвату мяча (равномерно и с достаточной силой), умению технически правильно выполнять бросок, распределять внимание на захват мяча, на соизмерение полета мяча с ориентиром.

**Раздел «Спортивные игры»:** в него включены подвижные игры, направленные на развитие двигательных и физических навыков детей. Благодаря играм у детей развиваются такие психические свойства, как внимание и внимательность, сообразительность, инициативность. Игры способствуют коллективным действиям, благоприятно сказываются на эмоциональных отношениях детей друг с другом, между группами детей.

Обязательным в программе является примерный перечень знаний, умений и навыков, которыми должны овладеть учащиеся на уроках физической культуры: о значении самоконтроля, о влиянии физических упражнений на организм человека, об основах спортивной техники изучаемых упражнений.

В школе для детей с ограниченными возможностями здоровья основной формой организации занятий по физической культуре является урок. Так же, как и на других предметных уроках, учитель использует такие приемы, как объяснение, показ, упражнение, закрепление (в форме тренировочных занятий), оценку (похвалу, поощрение, порицание) с учетом конкретного содержания и целей проводимых уроков. Желательно, чтобы каждый урок включал элементы игры, занимательности, состязательности, что значительно стимулирует интерес детей к урокам физкультуры. Названные выше приемы и элементы особенно необходимы детям с более сложной структурой интеллектуального недоразвития. Здесь важен пример самого учителя, его сотрудничество с ребенком, умелое коммуникативное взаимодействие сильных и слабых учащихся так, чтобы все дети были охвачены вниманием и помощью педагога.

### **3. Описание места учебного предмета в учебном плане**

В учебном плане школы на уровне основного общего образования физическая культура представлена как базовый курс. В учебном плане 9 класса отведено 102 часа на учебный год из расчета 3 часа в неделю.

#### **4. Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета**

На уроках физической культуры следует систематически воздействовать на развитие таких двигательных качеств, как сила, быстрота, ловкость, выносливость, гибкость, вестибулярная устойчивость (ориентировка в пространстве и во времени при различной интенсивности движений).

Эффективное применение упражнений для развития двигательных качеств повышает плотность урока, усиливает его эмоциональную насыщенность.

Объём каждого раздела программы рассчитан таким образом, чтобы за определённое количество часов ученики смогли овладеть основой двигательных умений и навыков, и включились в произвольную деятельность.

В программу для 9 класса включены следующие разделы:

- Лёгкая атлетика;
- Гимнастика и акробатика (элементы);
- Спортивные игры;
- Плавание;
- Подвижные игры с элементами спортивных игр.

Занятия с учащимися, отнесёнными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, проводятся под особым контролем учителя, с определенными ограничениями.

Осуществляя индивидуальный и дифференцированный подход при развитии двигательных способностей целесообразно делить класс на группы учащихся с учетом их двигательных и интеллектуальных способностей.

Следует обратить внимание на необходимость заключения врача о физической нагрузке и возможностях каждого учащегося.

Обязательным для учителя является контроль за уровнем физического развития и двигательной активностью учащихся (ДА). По мере прохождения учебного материала проводятся проверочные испытания.

Особый подход в обучении надо использовать по отношению к детям с текущими состояниями и различными заболеваниями (эпилепсия, шизофрения, энурез, врожденные пороки сердца и т. д.).

#### **5. Планируемые результаты освоения учебного предмета, коррекционного курса, внутрипредметного модуля**

**Предметные:**

***Выпускник научится:***

- Рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;
- 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 физической культуры, 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 времени года и погодных 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 комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- Выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);
- Выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- Выполнять легкоатлетические действия (бег, прыжки, метания и броски мячей);
- выполнять передвижения на лыжах различными способами, демонстрировать технику последовательного чередования их в процессе прохождения тренировочных дистанций; выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона;
- Выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол, баскетбол и лапту в условиях учебной и игровой деятельности;
- Выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.

***Выпускник получит возможность научиться:***

- Характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;
- 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;
- Вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;
- Проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;
- Проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа;



- Выполнять комплексы упражнений адаптивной физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных отклонений в показателях здоровья;
- 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»;
- Проплыть учебную дистанцию вольным стилем.

### **Метапредметные:**

#### **регулятивные:**

- 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:**

- 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;
- Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот;
- Владеть культурой активного использования информационно – поисковых систем.

#### **коммуникативные:**

- 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; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- 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.

### **Личностные:**

- Уважительное и доброжелательное отношение к истории, культуре, традициям и ценностям Российского народа на примере истории национальных видов спорта и народных игр.
- Сформировать 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.

- Знание основных норм морали, нравственных, духовных идеалов, хранимых в культурных традициях народов России.
- Освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.
- Сформировать положительной мотивации и устойчивого учебно-познавательного интереса к учебному предмету «Физическая культура».
- Развитость эстетического и этического сознания через освоение культуры движения и культуры тела.
- Сформировать ценности здорового и безопасного образа жизни.
- Сформировать духовно-нравственной культуры, чувства толерантности и ценностного отношения к физической культуре, как составной и неотъемлемой части общечеловеческой культуры.

#### **Планируемые результаты освоения внутрипредметного модуля**

- Знать правила поведения в спортзале, техника безопасности на занятиях, травматизм и меры его предупреждения, гигиенические требования к одежде.
- Знать правила игр народов России, которые могут служить одним из средств приобщения детей и подростков к народным традициям, что, в свою очередь, представляет важнейший аспект воспитания духовности, формирования системы нравственно-эстетических, общечеловеческих ценностей.
- Взаимодействовать со сверстниками в условиях учебной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении занятий, освоении новых двигательных действия.
- Классифицировать игры по их функциональной направленности, применять их в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств.

#### **Планируемые результаты коррекционного курса**

Знать правила поведения в спортзале, техника безопасности на занятиях, травматизм и меры его предупреждения, гигиенические требования к одежде.

Знать правила игр народов России, которые могут служить одним из средств приобщения детей и подростков к народным традициям, что, в свою очередь, представляет важнейший аспект воспитания духовности, формирования системы нравственно-эстетических, общечеловеческих ценностей.

Взаимодействовать со сверстниками в условиях учебной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении занятий, освоении новых двигательных действия.

Классифицировать игры по их функциональной направленности, применять их в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств.

### **6. Содержание учебного предмета, коррекционного курса, внутрипредметного модуля**

#### **История и современное развитие физической культуры**

Олимпийские игры древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения. Олимпийское движение в России. Современные Олимпийские игры. Физическая культура в современном обществе. Организация и проведение пеших туристических походов. Требования техники безопасности и бережного отношения к природе.

#### **Современное представление о физической культуре (основные понятия)**

Физическое развитие человека. Физическая подготовка, ее связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств. Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств. Техника движений и ее основные показатели. Спорт и спортивная подготовка. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне».

### **Физическая культура человека**

Здоровье и здоровый образ жизни. Коррекция осанки и телосложения. Контроль и наблюдение за состоянием здоровья, физическим развитием и физической подготовленностью. Требования безопасности и первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом.

### **Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой**

Подготовка к занятиям физической культурой (выбор мест занятий, инвентаря и одежды, планирование занятий с разной функциональной направленностью). Подбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультурминуток, физкультпауз, коррекции осанки и телосложения. Составление планов и самостоятельное проведение занятий спортивной подготовкой, прикладной физической подготовкой с учетом индивидуальных показаний здоровья и физического развития. Организация досуга средствами физической культуры.

### **Оценка эффективности занятий физической культурой**

Самонаблюдение и самоконтроль. Оценка эффективности занятий. Оценка техники осваиваемых упражнений, способы выявления и устранения технических ошибок. Измерение резервов организма (с помощью простейших функциональных проб).

### **Физкультурно-оздоровительная деятельность**

Комплексы упражнений для оздоровительных форм занятий физической культурой. Комплексы упражнений современных оздоровительных систем физического воспитания, ориентированных на повышение функциональных возможностей организма, развитие основных физических качеств. Индивидуальные комплексы адаптивной физической культуры (при нарушении опорно-двигательного аппарата, центральной нервной системы, дыхания и кровообращения, при близорукости).

### **Спортивно-оздоровительная деятельность**

Гимнастика с основами акробатики: организующие команды и приемы. Акробатические упражнения и комбинации. Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах (опорные прыжки, упражнения на гимнастическом бревне (девочки), упражнения на перекладине (мальчики), упражнения и комбинации на гимнастических брусьях, упражнения на параллельных брусьях (мальчики), упражнения на разновысоких брусьях (девочки). Ритмическая гимнастика с элементами хореографии (девочки).

Легкая атлетика: беговые упражнения. Прыжковые упражнения. Упражнения в метании малого мяча.

Спортивные игры: технико-тактические действия и приемы игры в футбол, мини-футбол, волейбол, баскетбол. Правила спортивных игр. Игры по правилам. Национальные виды спорта: технико-тактические действия и правила.

Плавание. Вхождение в воду и передвижения по дну бассейна. Подводящие упражнения в лежании на воде, всплывании и скольжении. Плавание на груди и спине вольным стилем.

### **Прикладно-ориентированная физкультурная деятельность**

Прикладная физическая подготовка: ходьба, бег и прыжки, выполняемые разными способами в разных условиях; лазание, ползание; метание малого мяча по движущейся

мишени; преодоление препятствий разной сложности; передвижение в висах и упорах. Полосы препятствий, включающие разнообразные прикладные упражнения. Общефизическая подготовка. Упражнения, ориентированные на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости, ловкости). Специальная физическая подготовка. Упражнения, ориентированные на развитие специальных физических качеств, определяемых базовым видом спорта (гимнастика с основами акробатики, легкая атлетика, лыжные гонки, плавание, спортивные игры).

### **Содержание внутрипредметного модуля «Спортивные игры»**

Объяснение правил игр.

Проведение занятий, руководствуясь правилами безопасности их проведения

#### **Комплекс занятий для соревнований**

Спортивные эстафеты.

Настольные игры «Шашки», «Шахматы».

**Соревнования по спортивным играм между параллелями.** «Волейбол», «Баскетбол», «Снайпер», «Футбол», «Мини- футбол».

### **Содержание коррекционной работы**

Коррекционная работа включает в себя взаимосвязанные направления, которые отражают ее содержание:

#### **Диагностическое направление:**

Особенностями данного направления являются:

- Определение актуального уровня развития и потенциальных возможностей ученика («зоны ближайшего развития»);
- Определение оптимальных условий индивидуального развития в процессе комплексного воздействия на ребёнка;
- Своевременное выявление детей, испытывающих стойкие трудности в обучении и адаптации к школе (ограниченными возможностями здоровья).

#### **Коррекционное направление**

Основными задачами являются:

- Компенсация отклонений в познавательном развитии детей с ОВЗ;
- Восполнение пробелов предшествующего обучения;
- Преодоление негативных особенностей эмоционально-личностной сферы;
- Нормализация и совершенствование учебной деятельности;
- Оказание своевременной специализированной помощи в освоении содержания образования;
- Коррекция недостатков развития детей с ограниченными возможностями здоровья в условиях общеобразовательного учреждения.
- Коррекционные упражнения (для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений):
  - Построение в шеренгу, в колонну с изменением места построения (в квадрат, в круг).
  - Ходьба по ориентирам.
  - Бег по начерченным на полу ориентирам.
  - Ходьба по двум параллельно поставленным гимнастическим скамейкам.
  - Прыжки в высоту до определенного ориентира с контролем и без контроля зрением.
  - Броски мяча в стену с отскоком его в обозначенное место.
  - Ходьба на месте от 5 до 15 с. Повторить задание и самостоятельно остановиться.
  - Ходьба в колонне приставными шагами до определенного ориентира (6—8 м) с определением затраченного времени.

## 7. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

№ п/п	Название раздела	Кол-во часов
1.	Легкая атлетика	24
2.	Гимнастика	12
3.	Спортивная игра «Настольный теннис»	5
4.	Спортивная игра «Футбол»	14
5.	Спортивная игра «Волейбол»	15
6.	Спортивная игра «Баскетбол»	15
7.	Плавание	17
<b>Итого: 102 часов, из них 31 часов - модуль</b>		

№ п/п	Название раздела/темы уроков
<b>Легкая атлетика.</b>	
1	Инструктаж ТБ. Организационно-методические требования на уроках физической культуры.
2	Тестирование бега на 100 м.
3	<b>Входной мониторинг.</b>
4	Тестирование бега на 60м. с низкого старта и челночный бег 3x10м.
5	Техника метания мяча на дальность с разбега.
<b>Плавание</b>	
6	Плавание. Инструктаж по ТБ на уроках плавания
<b>Легкая атлетика</b>	
7	Тестирование метания мяча на дальность с разбега и бег 2000 - 3000м.
8	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги».
9	Тестирование прыжка в длину с разбега и бег 500-1000м.
10	Шестиминутный бег
11	Равномерный бег. Развитие выносливости.
<b>Плавание</b>	
12	Плавание. Повторения техники плавания и упражнений при кроле на груди.
<b>Легкая атлетика</b>	
13	Броски малого мяча на точность.
14	Прохождение легкоатлетической полосы препятствия.
<b>Спортивные игры. Футбол.</b>	
15	<b>Модуль 1.</b> Футбол. Т.Б. на уроке с мячом. Техника удара по летящему мячу внутренней стороной стопы.
16	<b>Модуль 2.</b> Футбол. Удары по летящему и катящему мячу подъемом ноги.
17	<b>Модуль 3.</b> Футбол. Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы
<b>Плавание</b>	
18	Плавание. Плавание способом кроль на груди с доской. Техника работы ног при кроле на груди.
<b>Спортивные игры. Футбол.</b>	
19	<b>Модуль 4.</b> Футбол. Вбрасывание мяча и остановка мяча. Игра по правилам.
20	<b>Модуль 5.</b> Футбол. Игра в подгруппах 3x3. Пенальти

21	<b>Модуль 6. Футбол. Игра по правилам</b>
22	Заключительный урок по теме «Футбол».
<b>Гимнастика с элементами акробатики.</b>	
23	Инструктаж по ТБ на занятиях гимнастикой.
<b>Плавание</b>	
24	Плавание. Развитие общей координации движений в воде при кроле на груди.
<b>Гимнастика с элементами акробатики.</b>	
25	Длинный кувырок с разбега.
26	Стойка на голове и руках. Акробатическая комбинация (разбор элементов).
27	Тест: Акробатическая комбинация
28	Упражнения на гимнастическом бревне и перекладине.
29	Опорный прыжок.
<b>Плавание</b>	
30	Плавание. Совершенствование техники плавания кролем на спине с доской
<b>Гимнастика с элементами акробатики.</b>	
31	Комбинации на гимнастическом бревне, выполнение соскока из упора присев.
32	Комбинации на гимнастическом бревне с вращением обруча.
33	Способы лазанья по канату. Опорные прыжки.
34	Прохождение гимнастической полосы препятствий
35	Тестирование подтягивание, подъем туловища из положения лёжа.
<b>Плавание</b>	
36	Плавание. Развитие общей координации движений в воде при кроле на спине.
<b>Гимнастика с элементами акробатики.</b>	
37	Тест: Прохождение гимнастической эстафеты.
<b>Спортивные игры. Баскетбол.</b>	
38	Баскетбол. Инструктаж ТБ. Передвижения, повороты, броски мяча в баскетбольную корзину.
39	Баскетбол. Передачи мяча и броски в баскетбольную корзину.
40	<b>Модуль 7. Баскетбол. Штрафные броски.</b>
41	Баскетбол. Тест: штрафные броски.
<b>Плавание</b>	
42	Плавание. Согласованности движений руками, ногами и дыхания при плавании способом кроль на груди и кроль на спине.
<b>Спортивные игры. Баскетбол.</b>	
43	<b>Контрольная работа за I полугодие</b>
44	<b>Модуль 8. Баскетбол. Вырывание и выбивание мяча.</b>
45	<b>Модуль 9. Баскетбол. Перехват мяча, два шага бросок.</b>
46	<b>Модуль 10. Баскетбол. Подбор мяча</b>
47	Заклучительный урок по теме «Баскетбол».
<b>Плавание</b>	
48	Плавание. Развитие выносливости, равномерное плавание.
<b>Спортивные игры. Баскетбол.</b>	
49	Баскетбол. Нападение в защите.
50	Баскетбол. Тактика игры в нападении
51	<b>Модуль 11. Баскетбол. Игра по правилам.</b>
52	<b>Модуль 12. Баскетбол. Игра по правилам.</b>
53	<b>Модуль 13. Баскетбол. Игра 3х3</b>
<b>Плавание</b>	
54	Плавание. Обучение стартовому прыжку с тумбочки, страту из воды.
<b>Спортивные игры. Баскетбол.</b>	

55	<b>Модуль 14.</b> Баскетбол. Игра по правилам. Судейство.
<b>Спортивные игры. Волейбол.</b>	
56	Волейбол. Инструктаж ТБ. Передачи мяча сверху двумя руками.
57	Волейбол. Передачи мяча сверху двумя руками в прыжке и назад.
58	Волейбол. Передачи мяча сверху за голову. Прием мяча снизу, нижняя прямая и боковая подачи.
59	Волейбол. Верхняя подача
<b>Плавание</b>	
60	Плавание. Плавание в ластах на груди и спине. Скольжение под водой с задержкой дыхания.
<b>Спортивные игры. Волейбол.</b>	
61	Волейбол. Прием мяча после верхней прямой подачи
62	Волейбол. Сложно координационные волейбольные упражнения.
63	Волейбол. Прямой нападающий удар.
64	Волейбол. Прямой нападающий удар. Прием.
65	<b>Модуль 15.</b> Волейбол. Блокирование.
<b>Плавание</b>	
66	Плавание. Игры в воде. Эстафеты с различными предметами.
<b>Спортивные игры. Волейбол.</b>	
67	<b>Модуль 16.</b> Волейбол. Тактические действия.
68	<b>Модуль 17.</b> Волейбол. Игра по правилам
69	<b>Модуль 18.</b> Волейбол. Игра по правилам. Судейство.
70	<b>Модуль 19.</b> Волейбол. Игра по правилам. Жесты судьи.
71	<b>Модуль 20.</b> Волейбол. Игра по правилам.
<b>Плавание</b>	
72	Плавание. Прикладное плавание. Плавание на боку.
<b>Спортивные игры. Волейбол.</b>	
73	Заключительный урок по теме «Волейбол».
<b>Спортивные игры. Настольный теннис.</b>	
74	<b>Модуль 21.</b> Инструктаж ТБ. Набивание мяча на ракетке на постоянную и на разную контрастную высоту.
75	<b>Модуль 22.</b> Настольный теннис. Плоский удар (откидка, перемещение влево-вправо при выполнении плоского удара). Игровая стойка у стола.
76	<b>Модуль 23.</b> Настольный теннис. Перемещение у стола. Подача (плоским ударом без вращения).
77	<b>Модуль 24.</b> Настольный теннис, игра по правилам.
<b>Плавание</b>	
78	Плавание. Обучение транспортировке утопающего. Освобождение от захватов.
<b>Спортивные игры. Настольный теннис.</b>	
79	<b>Модуль 25.</b> Настольный теннис, игра по правилам, судейство.
<b>Легкая атлетика.</b>	
80	Инструктаж ТБ. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель.
81	Метания мяча на дальность
82	Эстафетный бег.
83	Кроссовая подготовка. Бег на средние дистанции. Развитие выносливости.
<b>Плавание</b>	
84	Плавание. Совершенствование стартового прыжка с тумбочки.
<b>Легкая атлетика.</b>	
85	Тестирование бега на 100м.
86	Тестирование бега на 60м. с низкого старта и челночного бега 3x10.

87	Двенадцатиминутный бег
88	Тестирование метания мяча на дальность с разбега и прыжка в длину с разбега.
89	<b>Промежуточная аттестация.</b>
<b>Плавание</b>	
90	Плавание. Комбинированное плавание: кроль на груди, на спине.
<b>Легкая атлетика.</b>	
91	Тестирование бег 1000м.
92	Равномерный бег. Развитие выносливости.
93	Тестирование бега на 2000м. и 3000м.
<b>Спортивные игры. Футбол.</b>	
94	<b>Модуль 26.</b> Футбол. Инструктаж ТБ. Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы.
95	<b>Модуль 27.</b> Футбол. Вбрасывание и остановка мяча.
<b>Плавание</b>	
96	Плавание. Комбинированное плавание: кроль на груди, на спине.
<b>Спортивные игры. Футбол.</b>	
97	<b>Модуль 28.</b> Футбол. Удары мяча по воротам.
98	<b>Модуль 29.</b> Футбол. Игра по правилам.
99	<b>Модуль 30.</b> Футбол. Игра в подгруппах
10	<b>Модуль 31.</b> Футбол. Игра по правилам, судейство.
101	Заключительный урок по теме «Футбол».
<b>Плавание</b>	
102	Плавание. Свободное плавание.
<b>Итого: 102 часа, из них 31 час - модуль</b>	

### **Основные виды учебной деятельности обучающихся:**

В основу обучения положена система физических упражнений, направленных на коррекцию дефектов физического развития и моторики, укрепление здоровья, выработку жизненно необходимых двигательных умений и навыков. Поэтому в педагогической науке и практике особого внимания заслуживает проблема развития познавательной сферы данной категории учащихся, как стратегии повышения успешности учебной деятельности и формирования универсальных учебных действий в соответствии с ФГОС ОВЗ.

Рассказ, показ, выполнение заданий под контролем учителя, указание ошибок и их исправление, самостоятельное выполнение заданий, выполнение заданий на оценку, спортивные и подвижные игры.

## **8. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности**

### **Материально-техническое обеспечение:**

Спортивный зал  
 Стадион  
 Спортивное оборудование (снаряды, инвентарь).

### **Список литературы:**

1. Рабочие программы 9 класс – А.П. Матвеев, «Просвещение», 2020 г.
2. Спортивные и подвижные игры – профессор Ю.Д. Железняк, ФиС, 2012 г.



