«Согласовано»
Зам. директора по УР МБОУ-СОШ
р.п. Советское
_____/С.А. Панченко
«01» 09 2023г.

«Утверждено»
Директор МБОУ-СОШ
р.п. Советское
_____/М.В. Исаева
Приказ № 267 от
«01» 09 2023г.

Исаева М.В.

Подписано цифровой подписью: Исаева М.В.
Дата: 2023.09.01 14:39:46 +04'00'

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета
физическая культура 7 класс
учителя-дефектолога
Репиной Е.С.

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
Протокол № 01 от
«01» 09 2023г.

2023 – 2024 учебный год

Пояснительная записка
к рабочей программе курса «Физическая культура» на основе УМКВ.В. Воронковой, Физическая культура 7 класс

Рабочая программа курса «Физическая культура» 7 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» 7 класс, Москва «Владос» 2011. Программа обеспечена учебным пособием, подготовленным группой специалистов под руководством В.В. Воронковой по предмету «Физическая культура». Учебник, выпущен издательство Москва «Просвещение» 2012 и прошел экспертизу вРАН 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 7 классе отводиться 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;
-Интелектуально-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.

№ 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**	4ч	4ч				
2	**Гимнастика**	3ч	3ч				
3	**Лыжная подготовка**	4ч	4ч				
4	**Спортивные игры**	6ч	6ч				

	Итого	17ч	17ч				

Планируемые результаты обучения:

Учащиеся должнызнать:
- 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 (4ч)
Техника безопасности на уроках физической культуры.Техника старта в беговых упражнениях. Правила старта. Правила бега по дистанции. Техника прыжков в длину с места. Понятие о спортивной ходьбе. Техника метания мяча с места и с разбега.

Раздел 2. Гимнастика (3ч)
Техника выполнения строевых упражнений. Правила выполнения опорных прыжков. Техника подъём с переворотом. Правила выполнения висов.

Раздел 3. Лыжная подготовка (4ч)
Техника ходьбы на лыжах. Понятие о попеременном двухшажном, одновременном бесшажном ходе. Понятие о скользящем шаге, повороте переступанием и прыжком. Техника выполнения подъёмов и спусков на лыжах, торможения и поворота «упором».

Раздел 4. Спортивные игры (6ч)
Техника игры в волейбол. Техника передачи мяча сверху двумя руками. Техника нижней прямой подачи. Техника боковой подачи. Техника игры в баскетбол. Понятие о стойке баскетболиста и ведении мяча, броске мяча в кольцо. Техника передвижения, остановок, поворотов и стоек.

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**	4		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 самоиндетификации, адекватной позитивной самооценки, самоуважения и самопринятия. Развития познавательных интересов, учебных мотивов.			
1	Техника безопасности на уроках физической культуры.Техника старта в беговых упражнениях.	1	Теоретическое занятие						
2	Правила старта.Правила бега по дистанции.	1	Теоретическое занятие						
3	Техника прыжков в длину с места.Понятие о спортивной ходьбе.	1	Теоретическое занятие						
4	Техника метания мяча с места и с разбега.	1	Теоретическое занятие						
2	**Гимнастика**	3		Правильно выполнять упражнения для развития кистей	**Познавательные:** Поиск разнообразных способов решения задач. Структурирование знания.	Формирование самоиндетификации, адекватной позитивной самооценки,			
5	Техника выполнения строевых упражнений.	1	Теоретическое занятие						
6	Правила выполнения	1	Теорети						

	опорных прыжков.		ческое занятие	рук и пальцев. Развитие координации.Коррекция образной памяти на основе упражнений в установлении логических связей.	Сравнение. **Регулятивные:** Планирование своих действий в соответствии поставленной задачей и условиями ее реализации. Осуществление итогового и пошагового контроля по результату. **Коммуникативные:** Использование речи для регуляции своего действия.	самоуважения и самопринятия.			
7	Техника подъём с переворотом. Правила выполнения висов.	1	Теоретическое занятие						
3	**Лыжная подготовка**	4							
8	Техника ходьбы на лыжах.	1	Теоретическое занятие						
9	Понятие о попеременном двухшажном, одновременном бесшажном ходе.	1	Теоретическое занятие						
10	Понятие о скользящем шаге, повороте переступанием и прыжком.	1	Практическое занятие						
11	Техника выполнения подъёмов и спусков на лыжах, торможения и поворота «упором».	1	Практическое занятие						
4	**Спортивные игры**	6							
12	Техника игры в волейбол.	1	Практическое занятие	Правильно выполнять	**Познавательные:** Поиск разнообразных способов	Формирование самоиндетификации, адекватной			

13	Техника передачи мяча сверху двумя руками.	1	Теоретическое занятие	упражнения для развития кистей рук и пальцев. Развитие координации.Коррекция образной памяти на основе упражнений в установлении логических связей.	решения задач. Структурирование знания. Сравнение. **Регулятивные:** Планирование своих 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.			
14	Техника нижней прямой подачи. Техника боковойподачи.	1	Теоретическое занятие						
15	Техника игры в баскетбол.	1	Теоретическое занятие						
16	Понятие о стойке баскетболиста и ведении мяча, броске мяча в кольцо.	1	Теоретическое занятие						
17	Техника передвижения, остановок, поворотов и стоек.	1	Теоретическое занятие						