

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №14
города Каменск-Шахтинский

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ №14
Татарина М.А.
Приказ от 02.09.2019 №304 од

АДАптированная рабочая программа
(обучение на дому)
по предмету **физическая культура**
для обучающегося 6 класса с РАС

Уровень общего образования, класс: **основное общее образование,
6 класс**

Количество часов: **8.75 часа**

Учитель: **Чопоров Вадим Александрович**

УМК: учебник по физической культуре 5-7 классы, авторы М.Я Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова, В.А.Соколкина, Г.А. Баландин, Н.Н. Назарова, Т.Н. Казакова, А.Н.Крайнов, З.В. Гребенщикова, Н.С. Алешина, М.В.Маслов, издательство «Просвещение».

2019-2020 учебный год

Содержание

| | |
|---|---------|
| Раздел 1. Пояснительная записка к рабочей программе учебного предмета «Физическая культура» | 3 стр. |
| Раздел 2. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» | 11 стр. |
| Раздел 3. Содержание учебного предмета «Физическая культура» 6 класса | 13 стр. |
| Раздел 4. Календарно-тематическое планирование учебного предмета «Физическая культура» | 20 стр. |

Раздел 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая программа по физической культуре для организации обучения на дому по индивидуальному учебному плану для 6 класса составлена на основе:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
2. Закон РО от 14.11.2013 № 26-3С «Об образовании в РО»;
3. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (Утв. приказом от 17.12.2010 № 1897 , в редакции от 29.12.2014г., 31.12.2015г., 29.06.2017г)
4. Концепция развития физического образования в РФ;
5. Комплексная программа физического воспитания учащихся : 1–11 классы / В. И. Лях, А. А. Зданевич // Физкультура в школе. – 2004. – № 1–8.
6. Основная образовательная программа основного общего образования МБОУ СОШ №14;
7. Положение «О рабочей программе учебных курсов, предметов, дисциплин (модулей)»
8. Учебный план МБОУ СОШ №14 на 2019-2020 учебный год;
9. Календарный учебный график МБОУ СОШ №14 на 2019 – 2020 учебный год.
10. Адаптированная основная общеобразовательная программа основного общего образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра МБОУ СОШ №14;
11. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009года №373, в редакции от 26.11.2010, от 22.09.2011, от 18.11.2012, от 29.12.2014, от 18.05.2015, от 31.12.2015г.);
12. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра;
13. «Федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (в ред. приказов Минпросвещения России от 08.05.2019 №233).
14. Примерная основная образовательная программа начального общего образования (ПрООП) на основе ФГОС для детей с расстройствами аутистического спектра;
15. «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих

образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» - СанПиН 2.4.3286-15 Постановление от 10.07.2015г. №26

16. Постановление № 7 от 21.12.2017г. Министерства общего и профессионального образования "Об утверждении Порядка регламентации и оформления отношений государственной и муниципальной образовательной организации Ростовской области и родителей (законных представителей) обучающихся, нуждающихся в длительном лечении, а также детей-инвалидов в части организации обучения по основным общеобразовательным программам на дому и в медицинских организациях"

Учебно-методические пособия, используемые для реализации программы

1. *Каинов, А. Н.* Методические рекомендации при планировании прохождения материала по физической культуре в общеобразовательных учреждениях на основе баскетбола (программа А. П. Матвеева) / А. Н. Каинов. – Волгоград: ВГАФК, 2003. – 68 с.

2. *Каинов, А. Н.* Методические рекомендации планирования прохождения материала по предмету «Физическая культура» в основной школе на основе баскетбола : программа В. И. Ляха, А. А. Зданевича / А. Н. Каинов, Н. В. Колышкина. – Волгоград: ВГАФК, 2005. – 52 с.

3. *Лях, В. И.* Комплексная программа физического воспитания учащихся: 1–11 классы / В. И. Лях, А. А. Зданевич // Физкультура в школе. – 2004. – № 1–8.

4. *Лях, В. И.* Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов / В. И. Лях, А. А. Зданевич. – М.: Просвещение, 2011.

5. *Настольная книга учителя физической культуры* / авт.-сост. Г. И. Погадаев ; под ред. Л. Б. Кофмана. – М.: Физкультура и спорт, 1998. – 496 с.

6. *Настольная книга учителя физической культуры: справ-метод. пособие* / сост. Б. И. Мишин. – М.: ООО «Изд-во АСТ»: ООО «Изд-во Астрель», 2003. – 526 с.

7. *Оценка качества подготовки выпускников средней (полной) школы по физической культуре* / авт.-сост. А. П. Матвеев, Т. В. Петрова. – М.: Дрофа, 2001. – 128 с.

8. *Пояснительная записка к федеральному базисному учебному плану и примерный учебный план для общеобразовательных учреждений РФ // Физкультура в школе.* – 2006. – № 6.

9. *Физическое воспитание учащихся 10–11 классов: пособие для учителя* / под ред. В. И. Ляха, Г. Б. Мейксона. – М.: Просвещение, 1998. – 112 с.

10. Физическая культура. 5-7 классы: учебник для общеобразовательных организаций/ М.Я. Виленский, И.М. Туревской, Т.Ю. Торочкова и др.; под редакцией М.Я.Виленского. – 4-е издание – М.:Просвещение.

11. Дубровский В.И. Лечебная физкультура учебник для студентов вузов.- М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС,1998.

Рабочая программа адаптирована для домашнего обучения обучающегося, она конкретизирует содержание предметных тем образовательного стандарта и дает распределение учебных часов по разделам учебного предмета 6 класса с учетом межпредметных связей и физиологических особенностей учащегося.

Психолого-педагогическая характеристика обучающегося с РАС.

РАС являются достаточно распространенной проблемой детского возраста и характеризуются нарушением развития коммуникации и социальных навыков. Общими являются аффективные проблемы и трудности развития активных взаимоотношений с динамично меняющейся средой, установка на сохранение постоянства в окружающем и стереотипность поведения детей. РАС связаны с особым системным нарушением психического развития ребенка, проявляющимся в становлении его аффективно-волевой сферы, в когнитивном и личностном развитии. Происхождение РАС накладывает отпечаток на характер и динамику нарушения психического развития ребенка, определяет сопутствующие трудности, влияет на прогноз социального развития. Вместе с тем, вне зависимости от этиологии степень нарушения (искажения) психического развития при аутизме может сильно различаться. При этом у многих детей диагностируется легкая или умеренная умственная отсталость, вместе с тем расстройства аутистического спектра обнаруживаются и у детей, чье интеллектуальное развитие оценивается как нормальное и даже высокое. Нередки случаи, когда дети с выраженным аутизмом проявляют избирательную одарённость. Именно к таким детям относится обучающийся 6 класса.

В соответствии с тяжестью аутистических проблем и степенью нарушения (искажения) психического развития выделяется четыре группы детей, различающихся целостными системными характеристиками поведения: характером избирательности во взаимодействии с окружающим, возможностями произвольной организации поведения и деятельности, возможными формами социальных контактов, способами аутостимуляции, уровнем психоречевого развития. Обучающийся 6 класса относится по степени аутистических нарушений к 3-ой группе.

3 группа детей с РАС

Дети имеют развернутые, но крайне косные формы контакта с окружающим миром и людьми – достаточно сложные, но жесткие программы поведения (в том числе речевого), плохо адаптируемые к меняющимся обстоятельствам, и стереотипные увлечения. Это создает экстремальные трудности во взаимодействии с людьми и обстоятельствами, их аутизм проявляется как поглощенность собственными стереотипными интересами и неспособность выстраивать диалогическое взаимодействие.

Эти дети стремятся к достижению, успеху, и их поведение можно назвать целенаправленным. Проблема в том, что для того, чтобы активно действовать, им требуется полная гарантия успеха, переживания риска, неопределенности их дезорганизуют. Если в норме самооценка ребенка формируется в ориентировочно-исследовательской деятельности, в реальном опыте удач и неудач, то для этого ребенка значение имеет только стабильное подтверждение своей успешности. Он мало способен к исследованию, гибкому диалогу с обстоятельствами и принимает лишь те задачи, с которыми заведомо может справиться. Стереотипность этих детей в большей степени выражается в стремлении сохранить не постоянство их окружения, а неизменность собственной программы действий, необходимость по ходу менять программу действий (а этого и требует диалог) может спровоцировать у такого ребенка аффективный срыв. Близкие, в связи со стремлением такого ребенка во чтобы то ни стало настоять на своем, часто оценивают его как потенциального лидера. Это ошибочное мнение, поскольку неумение вести диалог, договариваться, находить компромиссы и выстраивать сотрудничество, не только нарушает взаимодействие ребенка со взрослыми, но и выбрасывает его из детского коллектива. При огромных трудностях выстраивания диалога с обстоятельствами дети способны к развернутому монологу. Их речь грамматически правильная, развернутая, с хорошим запасом слов может оцениваться как слишком правильная и взрослая – «фонографическая». При возможности сложных монологов на отвлеченные интеллектуальные темы этим детям трудно поддержать простой разговор. Умственное развитие таких детей часто производит блестящее впечатление, что подтверждается результатами стандартизированных обследований. При этом, в отличие от других детей с РАС, их успехи более проявляются в вербальной, а не в невербальной области. Они могут рано проявить интерес к отвлеченным знаниям и накопить энциклопедическую информацию по астрономии, ботанике, электротехнике, генеалогии, и производят впечатление «ходячих энциклопедий». При блестящих знаниях в отдельных областях, связанных с их стереотипными интересами, дети имеют ограниченное и фрагментарное представление о реальном окружающем мире. Они получают удовольствие от самого выстраивания информации в ряды, ее систематизации, однако эти интересы и умственные действия тоже

стереотипны, мало связаны с реальностью и являются для них родом аутостимуляции. При значительных достижениях в интеллектуальном и речевом развитии эти дети гораздо менее успешны в моторном - неуклюжи, крайне неловки, у них страдают навыки самообслуживания. В области социального развития они демонстрируют чрезвычайную наивность и прямолинейность, нарушается развитие социальных навыков, понимания и учета подтекста и контекста происходящего. При сохранности потребности в общении, стремлении иметь друзей, они плохо понимают другого человека.

Характерным является заострение интереса такого ребенка к опасным, неприятным, асоциальным впечатлениям. Стереотипные фантазии, разговоры, рисунки на темы «страшного» тоже являются особой формой аутостимуляции. В этих фантазиях ребенок получает относительный контроль над испугавшим его рискованным впечатлением и наслаждается им, воспроизводя снова и снова. В раннем возрасте, такой ребенок может оцениваться как сверходаренный, позже обнаруживаются проблемы выстраивания гибкого взаимодействия, трудности произвольного сосредоточения, поглощенность собственными сверхценными стереотипными интересами.

При всех этих трудностях, социальная адаптация таких детей, по крайней мере, внешне, значительно более успешна, чем в случаях двух предыдущих групп. Эти дети, как правило, обучаются по программе массовой школы в условиях класса или индивидуально, могут стабильно получать отличные оценки, но и они крайне нуждаются в постоянном специальном сопровождении, позволяющем им получить опыт диалогических отношений, расширить круг интересов и представление об окружающем и окружающих, сформировать навыки социального поведения.

Основные направления коррекционной работы:

- развитие зрительного восприятия и узнавания;
- развитие основных мыслительных операций;
- развитие наглядно-образного и словесно-логического мышления;
- коррекция нарушений эмоционально-личностной сферы;
- развитие речи и обогащение словаря;
- коррекция индивидуальных пробелов в знаниях, умениях, навыках.

Учитывая особенности психофизического развития и возможности обучающегося (нарушение процессов запоминания и сохранения информатизации), данная программа скорректирована в направлении разгрузки курса по содержанию, т.е. предполагается изучение материала в несколько облегченном варианте. Все теоретические положения и основные понятия даются исключительно в ознакомительном плане и опираются на

наглядные представления обучающегося сложившиеся в результате его жизненного опыта и изучения физической культуры в 6 классе.

Действующие программы откорректированы в направлении разгрузки курса по содержанию, т.е. предполагается изучение материала в несколько облегченном варианте, однако не опускается ниже государственного уровня обязательных требований.

При составлении адаптированной индивидуальной программы учитывались специфика состояния здоровья учащегося, его психофизические особенности, возможности и потребности получения образования, а также рекомендации по обучению, составленные специалистами ПМПк. Адаптированная программа характерна усилением внимания к формированию полноценной жизненной компетенции, использованию полученных знаний в реальных условиях.

Данная программа адаптирована. Она реализует общеобразовательную программу индивидуального обучения, разработанную на базе основной общеобразовательной программы с учетом характера течения заболевания, особенностей психофизического развития и возможностей обучающегося, в строгом соответствии с медицинскими рекомендациями.

Индивидуальное обучение на дому осуществляется по индивидуальному учебному плану по образовательным программам, скорректированным для обучающегося, предусматривающим полный объем содержания среднего общеобразовательного учреждения.

Педагогические технологии, используемые в образовательном процессе:

- диалоговое построение образовательного процесса,
- индивидуализация образовательного процесса.

Аттестация образовательных достижений обучающихся осуществляется через:

- контрольные работы,
- собеседования,
- творческие, проектные работы,
- презентации,
- тестирование,
- творческие задания.

Основные принципы формирования программы коррекционной работы обучающимся заключается в следующем:

- необходимость постепенного перехода от индивидуально дозированного введения ребенка в ситуацию обучения, где он чувствует себя наиболее комфортно и успешно;
- значимость четкой и осмысленной упорядоченности временно - пространственной структуры уроков, дающей опору для понимания происходящего и самоорганизации.

Приоритетными методами являются индивидуальный подход, личностно - ориентированная организация занятий.

Основной формой обучения является учебно-практическая деятельность учащегося на основе уплотнённого учебного материала.

Виды деятельности: устные сообщения, самостоятельные работы, рефлексия.

Цель учебного предмета физической культуры:

Изучение физической культуры основного общего образования направлено на достижение следующих **целей**:

Овладение системой физкультурных знаний и умений, необходимых для применения в практической деятельности, изучения смежных дисциплин, продолжения образования;

Целью образования в области физической культуры является формирование у школьника устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. Настоящая программа составлена для учащегося 6 класса, обучающегося индивидуально на дому, поэтому несколько отличается от основной программы и рассчитана всего на 0,25 часа, 8,75 часов – в год. В рамках реализации этой цели настоящая программа ориентируется на решение следующих **задач**: укрепление здоровья, освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни; обучение навыкам самостоятельной организации занятий физическими упражнениями; воспитание положительных качеств личности (силы воли, характера), соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности, изучение правил безопасности занятий по ФК и спорту в общеобразовательной школе.

Задачи физического воспитания учащегося 6 класса **направлены** на содействие гармоническому развитию личности, укрепление здоровья, закрепление навыков правильной осанки, профилактику плоскостопия, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни; всестороннее физическое развитие человека, адаптивная гимнастика, здоровье и здоровый образ жизни человека.

Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане

Данная рабочая программа составлена с учетом:

- требований федеральных государственных образовательных стандартов;

- обязательного минимума содержания учебных программ;
- требований к уровню подготовки выпускников;
- объема часов учебной нагрузки, определенного учебным планом образовательного учреждения для реализации учебного предмета;
- познавательных интересов учащегося;
- выбора необходимого комплекта учебно-методического обеспечения.

Базисный учебный (образовательный) план на изучение по физической культуре в 6 классе основной школы отводит 3 учебных часа в неделю, всего 103 часа.

В программу для 6 класса внесены изменения.

Рабочая программа рассчитана на 0.25ч. и соответствует учебному графику.

Рабочая программа конкретизирует содержание предметных тем образовательного стандарта и дает распределение учебных часов по разделам курса.

Раздел 2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Результаты освоения учебного предмета

По окончании изучения курса «Физическая культура» у учащегося должны быть достигнуты определенные результаты.

Теоретическая подготовка

- иметь первоначальное представление об анатомическом строении человека, знать правила гигиены.
- использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;
- соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой.

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения;
- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.

Раздел 3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В 6 КЛАССЕ

| № п/п | Наименование раздела/темы | Количество часов | Предметное содержание | Основные виды учебной деятельности |
|--------------------------------|--|------------------|--|--|
| Раздел 1. Основы знаний | | | | |
| 1 | История физической культуры. | 0,25 | История физической культуры. | Раскрывает историю возникновения и формирования физической культуры. |
| 2 | История физической культуры. | 0,25 | Зарождение Олимпийских игр древности. | Характеризует Олимпийские игры древности как явление культуры, раскрывают содержание и правила соревнований. |
| 3 | История физической культуры. | 0,25 | Исторические сведения о развитии древних Олимпийских игр (виды состязаний, правила их проведения, известные участники и победители). | Определяет цель возрождения Олимпийских игр |
| 4 | История физической культуры. | 0,25 | Роль Пьера де Кубертена в становлении и развитии Олимпийских игр современности. | Объясняет смысл символики и ритуалов, роль Пьера де Кубертена в становлении олимпийского движения. |
| 5 | Зарождение олимпийского движения в России. Характеристика видов | 0,25 | Олимпийские игры древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения. | Сравнивает физические упражнения, которые были популярны у русского народа в |

| | | | | |
|----|---|------|---|--|
| | спорта | | | древности и в Средние века, с современными упражнениями. |
| 6 | Зарождение олимпийского движения в России. Характеристика видов спорта | 0,25 | История зарождения олимпийского движения в России. Олимпийское движение в России (СССР). | Объясняет, чем знаменателен советский период развития олимпийского движения в России. |
| 7 | Зарождение олимпийского движения в России. Характеристика видов спорта | 0,25 | Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх. Характеристика видов спорта, входящих в программу олимпийских игр. | Характеризует виды спорта |
| 8 | Зарождение олимпийского движения в России. Характеристика видов спорта | 0,25 | Физическая культура в современном обществе. Физическая культура человека. | Анализирует положения Федерального закона "О физической культуре и спорте" |
| 9 | Режим дня и его основное содержание. | 0,25 | Слагаемые здорового образа жизни. | Раскрывает понятие здорового образа жизни, выделяют его основные компоненты и определяют их взаимосвязь со здоровьем человека. |
| 10 | Режим дня и его основное | 0,25 | Режим дня. | Выполняет основные правила |

| | | | | |
|----|---|------|--|---|
| | содержание. | | | организации распорядка дня. Выбирает режим правильного питания в зависимости от характера мышечной деятельности. |
| 11 | Режим дня и его основное содержание. | 0,25 | Утренняя гимнастика. | Разучивает и выполняют комплексы упражнений для самостоятельных занятий в домашних условиях. Соблюдает основные гигиенические правила. |
| 12 | Режим дня и его основное содержание. | 0,25 | Основные правила для проведения самостоятельных занятий. | Оборудует с помощью родителей место для самостоятельных занятий физкультурой в домашних условиях и приобретают спортивный инвентарь. |
| 13 | Всестороннее и гармоничное физическое развитие | 0,25 | Личная гигиена. | Соблюдает основные гигиенические правила. |
| 14 | Всестороннее и гармоничное физическое развитие | 0,25 | Банные процедуры. Рациональное питание. | Выбирает режим правильного питания в зависимости от характера мышечной деятельности. |

| | | | | |
|----|---|------|---|--|
| 15 | Всестороннее и гармоничное физическое развитие | 0,25 | Режим труда и отдыха. | Выполняет основные правила организации распорядка дня. |
| 16 | Всестороннее и гармоничное физическое развитие | 0,25 | Вредные привычки. Допинг | Объясняет роль и значение занятий физической культурой в профилактике вредных привычек |
| 17 | Физическая культура человека | 0,25 | Росто-весовые показатели. | Регулярно контролируя длину своего тела, определяет темпы своего роста. Регулярно измеряет массу своего тела с помощью напольных весов. |
| 18 | Физическая культура человека | 0,25 | Правильная и неправильная осанка. | Укрепляет мышцы спины и плечевой пояс с помощью специальных упражнений. |
| 19 | Физическая культура человека | 0,25 | Психологические особенности возрастного развития. Физическое самовоспитание. | Раскрывает значение нервной системы в управлении движениями и в регуляции основными системами организма. Составляет личный план физического самовоспитания. |

| | | | | |
|----|--|------|--|---|
| 20 | Физическая культура человека | 0,25 | Влияние физических упражнений на основные системы организма | Осмысливает, как занятия физическими упражнениями оказывают благотворное влияние на работу и развитие всех систем организма, на его рост и развитие |
| 21 | Легкая атлетика. Краткая характеристика вида спорта | 0,25 | История легкой атлетики. | Изучает историю легкой атлетики |
| 22 | Легкая атлетика. Краткая характеристика вида спорта | 0,25 | Выдающиеся отечественные спортсмены - олимпийские чемпионы. | Запоминает имена выдающихся отечественных спортсменов. |
| 23 | Легкая атлетика. Краткая характеристика вида спорта | 0,25 | Значение легкоатлетических упражнений для укрепления здоровья и основных систем организма. | Раскрывает значение легкоатлетических упражнений для укрепления здоровья и основных систем организма и для развития физических способностей. |
| 24 | Легкая атлетика. Краткая характеристика вида спорта | 0,25 | Влияние лёгкой атлетики на развитие двигательных качеств. | Раскрывает понятие техники выполнения легкоатлетических упражнений и правила соревнований |

| | | | | |
|----|---|------|---|---|
| 25 | Гимнастика. Краткая характеристика вида спорта | 0,25 | История гимнастики. | Изучает историю гимнастики |
| 26 | Гимнастика. Краткая характеристика вида спорта | 0,25 | Краткая характеристика вида спорта. Основная гимнастика. Спортивная гимнастика. Художественная гимнастика. Аэробика. Спортивная акробатика. | Различает предназначение каждого из видов гимнастики. |
| 27 | Гимнастика. Краткая характеристика вида спорта | 0,25 | Выдающиеся отечественные спортсмены - олимпийские чемпионы. | Запоминает имена выдающихся отечественных спортсменов. |
| 28 | Гимнастика. Краткая характеристика вида спорта | 0,25 | Правила техники безопасности и страховки во время занятий физическими упражнениями. Техника выполнения физических упражнений | Овладевает правилами техники безопасности и страховки во время занятий физическими упражнениями |
| 29 | Баскетбол. Краткая характеристика вида спорта | 0,25 | История баскетбола. | Изучает историю баскетбола |

| | | | | |
|----|--|------|---|--|
| 30 | Баскетбол. Краткая характеристика вида спорта | 0,25 | Выдающиеся отечественные спортсмены - олимпийские чемпионы. | Запоминает имена выдающихся отечественных спортсменов - олимпийских чемпионов. |
| 31 | Баскетбол. Краткая характеристика вида спорта | 0,25 | Основные правила игры в баскетбол. | Запоминает основные правила игры в баскетбол. |
| 32 | Баскетбол. Краткая характеристика вида спорта | 0,25 | Основные приемы игры. | Знакомится с основными приемами игры в баскетбол |
| 33 | Волейбол. Краткая характеристика вида спорта. | 0,25 | История волейбола. | Изучают историю волейбола и запоминают имена выдающихся отечественных волейболистов - олимпийских чемпионов. |
| 34 | Волейбол. Краткая характеристика вида спорта. | 0,25 | Основные правила игры в волейбол. | Запоминает основные правила игры в волейбол |
| 35 | Волейбол. Краткая характеристика вида спорта. | 0,25 | Основные приемы игры в волейбол. | Знакомится с основными приемами игры в волейбол |

**Раздел 4. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

| <i>№ урока</i> | <i>Раздел учебного предмета</i> | <i>Кол-во часов</i> | <i>Дата</i> | |
|--------------------|---|-------------------------|-------------|-------------|
| | | | <i>План</i> | <i>Факт</i> |
| <i>Тема урока</i> | | | | |
| 1. | История физической культуры. | 1 | 24.09 | |
| 2. | Зарождение олимпийского движения в России. Характеристика видов спорта | 1 | 22.10 | |
| 3. | Режим дня и его основное содержание. | 1 | 26.11 | |
| 4. | Всестороннее и гармоничное физическое развитие | 1 | 24.12 | |
| 5. | Физическая культура человека | 1 | 28.01 | |
| 6. | Легкая атлетика. Краткая характеристика вида спорта | 1 | 25.02 | |
| 7. | Гимнастика. Краткая характеристика вида спорта | 1 | 24.03 | |
| 8. | Баскетбол. Краткая характеристика вида спорта | 1 | 28.04 | |
| 9. | Волейбол. Краткая характеристика вида спорта. | 0.75 | 26.05 | |

РЕКОМЕНДОВАНО

Протокол заседания МО учителей
физической культуры и ОБЖ
МБОУ СОШ №14 от 28.08.2019
года

_____ (Абаимова С.Н.)

Подпись руководителя МО

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

_____ (Рудакова И.А.)

от 30.08.2019 года