

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Богдановская средняя общеобразовательная школа
Каменского района Ростовской области

«Утверждаю»
Директор МБОУ Богдановской СОШ
Приказ от «31» августа 2021 г № 170
_____ Т.А.Рай

**АДАптированная рабочая программа
МАМЕДОВА АГАЛИ**

по _____ физической культуре
Уровень общего образования (класс) 6 «А»
Основное общее образование
Количество часов 68
Учитель А.А. Хоперсков

Рабочая программа учебного курса по физической культуре для 6 класса разработана на основе ФГОС ООО, на базе программы основного общего образования по физической культуре (базовый уровень) и авторской программы по физической культуре «Физическая культура. Рабочие программы». Предметная линия учебников Виленского М.Я. 5 – 7 классы: учебное пособие для образовательных организаций. Автор: М.Я. Виленский.– М.: Просвещение, 2010 г.

Пояснительная записка

Программа курса «Физическая культура» составлена в соответствии с ФГОС образования обучающихся с ЗПР, разработана с ориентировкой на содержание вида (вариант 7.1) и предназначена для учащихся 6 класса. Данная рабочая программа разработана на основе следующих документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года №273;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования с задержкой психического развития (вариант 7.1) МБОУ Богдановской СОШ Каменского района Ростовской области;
- Учебного плана МБОУ Богдановской СОШ на 2021-2022 учебный год;
- Положения о порядке разработки и утверждения рабочих программ в МБОУ Богдановской СОШ;
- рекомендаций ПМПК от 31.05.2019 г. протокол №293.

Адресат: Мамедов Агали 15.02.2008 г.р.

Рекомендаций ПМПК от 31.05.2019 г. протокол №293:

1. Коллегиальное заключение: смешанная парциальная недостаточность когнитивного и регуляторного компонента деятельности. ОНР III уровня. Дисграфия и дислексия.

2. Рекомендации:

Обучение по адаптированной основной общеобразовательной программе основного общего образования для обучающихся с задержкой психического развития, разработанная с ориентировкой на содержание варианта 7.1.

Очная форма. Полный день.

В обеспечении архитектурной доступности образовательной организации, в том числе учебного пространства не нуждается.

В получении услуг ассистента (помощника, тьютора) не нуждается.

В использовании специальных, методов и приемов обучения – нуждается в соответствии с требованиями АООП.

В специальных технических средствах обучения не нуждается.

В занятиях с педагогом-психологом – нуждается по развитию коммуникативной, эмоционально-волевой и познавательной сферы, по формированию пространственных представлений.

В занятиях с учителем-логопедом – нуждается по коррекции дисграфии и дислексии, по обогащению словарного запаса, по коррекции грамматического строя речи и связной речи, по постановке и автоматизации нарушенных звуков.

В занятиях с учителем-дефектологом не нуждается.

Наблюдение врача-психиатра нуждается.

Вероятностный прогноз развития благоприятный.

Повторное представление на ПМПК при необходимости уточнения/корректировки рекомендаций или в случае стабильно положительной или отрицательной динамики.

Обучающийся со смешанной парциальной недостаточностью когнитивного и регуляторного компонента деятельности. ОНР III уровень. Дисграфия и дислексия. Является ребенком ОВЗ и нуждается в специальных условиях обучения по адаптированной основной общеобразовательной программе общего образования для обучающихся с задержкой психоречевого развития (вариант-7.1).

Цели и задачи изучения учебного предмета, курса, дисциплины (модуля) с учётом специфики

Основными целями образовательного процесса являются:

- создание условий для продолжения разностороннего развития личности;
- формирование физическо-культурной личности школьника, положительного отношения учащихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью;

- умение использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей;
- достижение личностно-значимых результатов в физическом совершенстве, в разных областях культуры (познавательной, нравственной, трудовой, эстетической, коммуникативной.)

При этом решаются следующие развивающие, образовательные, оздоровительные, воспитательные задачи:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и способностей, повышение индивидуальной физической подготовленности, расширение функциональных возможностей основных систем организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей, специальной и корригирующей направленностью;
- воспитание устойчивых интересов и положительного эмоционально-ценностного отношения к физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности;
- освоение знаний о ценностях физической культуры и спорта, их роли в формировании здорового образа жизни, воспитании волевых, нравственных и эстетических качеств личности.

Место учебного предмета в учебном плане школы.

Согласно учебному плану МБОУ Богдановской СОШ на изучение физкультуры в 6 классе отводится 2 часа в неделю по Федеральному государственному образовательному стандарту. В соответствии с календарным учебным планом - графиком МБОУ Богдановской СОШ на 2020-2021 учебный год, расписанием школы, исключив праздничные дни 08.03.2022, 03.05.2022, 10.05.2022, данная программа рассчитана на 68 часов при нормативной продолжительности учебного года 35 учебных недель.

Раздел I. Планируемые результаты

Личностные результаты

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её 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 учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

- 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 психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;

- овладение умениями организовывать 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 (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Раздел II. Содержание учебного предмета, курса, дисциплины (модуля)

Основы знаний:

1. Названия разучиваемых упражнений;
2. Организационные основы занятий физической культурой, требования к технике безопасности и профилактике травматизма;
3. Гигиенические мероприятия для повышения работоспособности в режиме дня и в процессе занятий физическими упражнениями;
4. Страховка и помощь во время занятий;
5. Терминология избранной спортивной и подвижной игры, правила и организация игры (цель и смысл игры, игровое поле, количество участников, поведение игроков);
6. Самостоятельная организация и проведение избранной спортивной или подвижной игры. Выполнение судейских обязанностей.

Раздел «Легкая атлетика»:

- овладение техникой спринтерского бега. Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей;
- овладение техникой прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»;
- овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность;
- овладение техникой длительного бега и развитие выносливости;
- развитие координационных способностей.

Раздел «Гимнастика»:

- освоение строевых упражнений;
- освоение техники опорных прыжков;
- освоение акробатических упражнений и комбинаций;
- освоение техники лазания по канату (мальчики), упражнений и комбинаций на гимнастическом бревне (девочки);
- развитие гибкости и силовых способностей.

Раздел «Спортивные и подвижные игры» (волейбол, баскетбол, игры на развитие внимания и быстроты реакции):

- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов, стоек в баскетболе;
- освоение техники ловли и передач мяча;
- освоение техники ведения мяча;
- овладение техникой бросков мяча;

Раздел III. Тематическое планирование 6 класс

№ п/п	Раздел программы	Кол-во часов	Основные виды деятельности	Контроль	Даты
-------	------------------	--------------	----------------------------	----------	------

1.	Лёгкая атлетика	10 02.09- 05.10	Описывать технику выполнения беговых упражнений разными способами, прыжковых упражнений, метания мяча, осваивать её самостоятельно, выявлять и устранять характерные ошибки в процессе освоения. Применять л/а упражнения для развития физических качеств, выбирать индивидуальный режим физической нагрузки, контролировать её по ЧСС. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения л/а упражнений, соблюдать правила безопасности. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации. Включать л/а упражнения в различные формы занятий ФК.	Учёт. Бег на результат 30 м	21.09
				Учёт прыжка в длину	05.10
2.	Кроссовая подготовка	7 07.10- 28.10	Описывать технику выполнения беговых упражнений разными способами, осваивать её самостоятельно, выявлять и устранять характерные ошибки в процессе освоения. Применять л/а упр. для развития физических качеств, выбирать индивидуальный режим физической нагрузки. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения л/а упражнений, соблюдать правила безопасности. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации. Включать л/а упражнения в различные формы занятий ФК. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении л/а упражнений	Учёт. Бег на результат 1000м	26.10
3.	Гимнастик а	15 09.11- 28.12	Знать и различать строевые команды, чётко выполнять их. Проявлять качества выносливости и координации. Применять строевые упражнения для развития физических качеств. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения строевых упражнений. Включать строевые упражнения в различные формы занятий ФК. Соблюдать правила ТБ при выполнении висов, строевых упражнений.	Подтягивание в висе на результат	23.11
				Оценка техники выполнения опорного прыжка	07.12
				Оценка техники выполнения комбинации по акробатике	21.12

4.	Спортивные игры	21 11.01- 24.03	<p>Организовывать совместные занятия со сверстниками. Описывать технику игровых действий приёмов. Моделировать технику игровых действий и приёмов, варьировать её в зависимости от ситуации и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Учиться взаимодействовать со сверстниками.</p> <p>Соблюдать правила ТБ при игре в баскетбол и волейбол. Выполнять правила игры, уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. Определять степень утомления организма во время игровой деятельности.</p> <p>Использовать игровые действия баскетбола и волейбола для развития физических качеств. Применять правила подбора одежды на открытом воздухе, использовать игру в баскетбол и волейбол в организации активного отдыха</p>	Учёт. Оценка техники игры в баскетбол	27.01, 17.02
				Учёт. Оценка техники игры в волейбол.	17.03
5.	Кроссовая подготовка	5 05.04- 19.04	<p>Описывать технику выполнения беговых упражнений. Применять л/а упражнения для развития физических качеств, выбирать индивидуальный режим физической нагрузки, контролировать её по ЧСС. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения л/а упражнений. Соблюдать правила ТБ при выполнении л/а упражнений. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации. Включать л/а упражнения в различные формы занятий ФК.</p>	Учёт. Равномерный бег (12 мин).	14.04
6.	Лёгкая атлетика	10 21.04- 31.05	<p>Описывать технику выполнения беговых упражнений разными способами, прыжковых упражнений, метания мяча, осваивать её самостоятельно, выявлять и устранять характерные ошибки в процессе освоения. Применять л/а упражнения для развития физических качеств. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения л/а упражнений, соблюдать правила безопасности. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации. Включать л/а упражнения в различные формы занятий ФК.</p>	Бег 1000 м на результат	11.05
				Учёт. Оценка метания мяча на результат	26.05
Итого 68 часов					

Раздел IV. УМК

Предметная линия учебников Виленского М.Я. 5 – 7 классы: учебное пособие для образовательных организаций. Автор: М.Я. Виленский.– М.: Просвещение, 2010 г.

Приложение № 1

Календарно-тематическое планирование 6 «А» класс

№ п/п	№ урока	Тема урока	Вид контроля	Дата проведения	
				план	факт
Лёгкая атлетика (10ч)					
1.	1.	Бег 30 м. Инструктаж по Т.Б. Значение л/а упражнений для развития физических качеств.		02.09	
2.	2.	Низкий старт, бег с ускорением (20-30м). Специальные беговые упражнения.		07.09	
3.	3.	Низкий старт, бег с ускорением (20-30м). Стартовый разгон.		09.09	
4.	4.	Высокий старт, бег по дистанции. Развитие скоростных возможностей.		14.09	
5.	5.	Высокий старт, бег по дистанции. Челночный бег 3*10м,		16.09	
6.	6.	Учёт. Бег на результат (30м). Специальные беговые упражнения.	Учёт. Бег на результат (30м).	21.09	
7.	7.	Прыжок с 7-9 шагов разбега.Инструктаж по Т.Б.		23.09	
8.	8.	Разбег. Прыжок с 7-9 шагов разбега.		28.09	
9.	9.	Разбег. Прыжок с 7-9 шагов разбега.		30.09	
10.	10.	Учёт. Прыжок с 7-9 шагов разбега	Учёт. Прыжок с 7-9 шагов разбега	05.10	
Кроссовая подготовка (7ч)					
11.	1.	Равномерный бег (10 мин). Развитие выносливости.		07.10	
12.	2.	Равномерный бег (10 мин). Чередование бега с ходьбой.		12.10	
13.	3.	Равномерный бег (11 мин). Преодоление препятствий.		14.10	
14.	4.	Равномерный бег (11 мин). Развитие выносливости		19.10	
15.	5.	Равномерный бег (12 мин). Преодоление препятствий.		21.10	
16.	6.	Учёт. Бег на результат 1000м. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости	Учёт. Бег на результат 1000м	26.10	
17.	7.	Преодоление препятствий. Развитие выносливости		28.10	
Гимнастика (15ч)					
18.	1.	Построение и перестроение. Висы. Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки. Инструктаж по Т.Б.		09.11	
19.	2.	Перестроение из колонны по 1 в колонну по 2. Смешанные висы.		11.11	
20.	3.	Перестроение из колонны по 1 в колонну по 3. Подтягивание в висе.		16.11	
21.	4.	Перестроение из колонны по 1 в колонну по 4. Подтягивание в висе.		18.11	
22.	5.	Учёт. Подтягивание в висе. Построение и перестроение. Вис согнувшись, вис	Учёт. Подтягивание в	23.11	

		прогнувшись.	висе на результат		
23.	6.	Перестроение из колонны по 2 в колонну по 1. Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись.		25.11	
24.	7.	Перестроение из колонны по 2 в колонну по 1 в движении. Прыжок ноги врозь.		30.11	
25.	8.	Перестроение в движении. Прыжок ноги врозь. Развитие силовых способностей.		02.12	
26.	9.	Учёт. Опорный прыжок. Развитие силовых способностей.	Учёт. Опорный прыжок	07.12	
27.	10.	Строевой шаг. Повороты на месте. Кувырок вперёд.		09.12	
28.	11.	Строевой шаг. Повороты на месте. Кувырок назад.		14.12	
29.	12.	Кувырки вперёд и назад. Стойка на лопатках. Комбинация по акробатике.		16.12	
30.	13.	Учёт. Комбинация по акробатике. Строевой шаг. Повороты на месте.	Учёт. Комбинация по акробатике.	21.12	
31.	14.	Построение и перестроение. Строевой шаг. Повороты на месте. Комбинация по акробатике.		23.12	
32.	15.	Построение и перестроение. Комбинация по акробатике.		28.12	
Спортивные игры (21)					
33.	1	Стойка и передвижения игрока. Правила ТБ при игре в баскетбол		11.01	
34.	2	Остановка прыжком. Ведение мяча на месте. Терминология баскетбола.		13.01	
35.	3	Ведение мяча на месте. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Правила соревнований.		18.01	
36.	4	Ведение, ловля и передача мяча двумя руками от груди. Игра в мини-баскетбол.		20.01	
37.	5	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Игра.		25.01	
38.	6	Бросок двумя руками от груди в движении. Игра в мини-баскетбол.	Учёт. Бросок 2 руками от груди в движении	27.01	
39.	7	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости. Игра.		01.02	
40.	8	Бросок одной рукой от плеча. Нападение. Игра. Развитие координационных качеств		03.02	
41.	9	Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол.		08.02	
42.	10	Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Игра в мини-баскетбол.		10.02	
43.	11	Взаимодействие двух игроков. Нападение. Игра в мини-баскетбол.		15.02	
44.	12	Учёт. Оценка техники игры в баскетбол.	Учёт. Оценка техники игры в баскетбол	17.02	
45.	13	Стойка игрока. Эстафета с элементами волейбола. Т.Б при игре в волейбол		22.02	
46.	14	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху		24.02	

		вперёд. Терминология волейбола.			
47.	15	Передача мяча двумя руками. Подвижная игра с элементами в/б «Летучий мяч»		01.03	
48.	16	Техника передачи мяча. Игра мини-волейбол.		03.03	
49.	17	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Игра мини-волейбол.		10.03	
50.	18	Передача мяча. Приём мяча. Нижняя прямая подача с 3-6м. Игра мини-волейбол.		15.03	
51.	19.	Учёт. Оценка техники игры в волейбол. Передача мяча. Приём мяча.	Учёт. Оценка техники игры в волейбол.	17.03	
52.	20.	Передвижения в стойке. Нижняя прямая подача с 3-6 м. Игра в мини-волейбол		22.03	
53.	21.	Игра в мини-баскетбол. Игра в мини-волейбол		24.03	
Кроссовая подготовка (5)					
54.	1.	Бег (10 мин). Спец. беговые упражнения. Преодоление препятствий. Инструктаж по ТБ.		05.04	
55.	2.	Равномерный бег (11 мин). Преодоление препятствий. Подвижная игра.		07.04	
56.	3.	Равномерный бег (12 мин). Специальные беговые упражнения. Подвижная игра.		12.04	
57.	4.	Учёт. Равномерный бег (12 мин). Специальные беговые упражнения.	Учёт. Равномерный бег (12 мин).	14.04	
58.	5.	Равномерный бег. Развитие скоростно-силовых качеств.		19.04	
Лёгкая атлетика (10ч)					
59.	1.	Бег в равномерном темпе (1000м). Инструктаж по Т.Б. Значение л/а упражнений для развития физических качеств.		21.04	
60.	2.	Бег в равномерном темпе (1000м). Специальные беговые упражнения.		26.04	
61.	3.	Бег в равномерном темпе (1000м). Развитие выносливости		28.04	
62.	4.	Учёт. Бег в равномерном темпе (1000м). Развитие выносливости	Учёт. Бег в равномерном темпе (1000м).	05.05	
63.	5.	Правила метания мяча на дальность с 5-6 ш. разбега. Инструктаж по ТБ.		12.05	
64.	6.	Метание мяча на дальность с 5-6 ш. разбега. Развитие качества силы		17.05	
65.	7.	Метание мяча на дальность с 5-6 ш. разбега. Развитие скоростно-силовых качеств.		19.05	
66.	8.	Метание мяча на дальность с 5-6 ш. разбега.		24.05	
67.	9.	Учёт. Оценка метания мяча на результат на дальность с 5-6 ш. разбега.	Учёт. Оценка метания мяча на результат	26.05	
68.	10.	Бег в равномерном темпе. Метание мяча на дальность. Подвижные игры.		31.05	

СОГЛАСОВАНО
Протокол заседания
Методического совета
МБОУ Богдановской СОШ
от «31» августа 2021 г. № 1
_____ Е.С. Верхова

~~СОГЛАСОВАНО~~
~~Заседания методического совета~~
Е.С. Верхова
~~«31» августа 2021 г.~~
~~«31» августа 2021 г.~~

