

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Косулинская средняя общеобразовательная школа №8»
(МАОУ «Косулинская СОШ №8»)

СОГЛАСОВАНО:

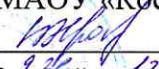
Руководитель Методического совета

 Т.А. Сальникова

Протокол № 1 « 12 » сентября 2019г

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Косулинская СОШ №8»

 И.А. Храмцова

Приказ № 836 « 12 » сентября 2019г



**Индивидуально-ориентированная коррекционная
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
для обучения школьников с ОВЗ с учетом особенностей их
психофизического развития, индивидуальных возможностей**

Разработчик: учитель физической культуры Суханов А.А.

с. Косулино,
2019

Индивидуально-ориентированная коррекционная рабочая программа для обучения школьников с ОВЗ с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей

1. Титульный лист
2. Аннотация.

Данная программа обучения обучающихся 5—9 классов с задержкой психического развития по курсу «Физическая культура» составлена в соответствии с требованиями Закона «Об образовании в Российской Федерации», Федерального государственного образовательного стандарта начального/основного общего образования, Требованиями к результатам освоения начального/основного общего образования, Примерных программ по физической культуре. В ней учтены наиболее существенные положения программы развития универсальных учебных действий на ступени начального/основного общего образования и соблюдена преемственность с программой курса для учащихся начальной школы. Линия учебников: 5-7 класс: Виленский М.Я., Туревский И.М., издательство «Просвещение» 2012 г., 8-9 класс Матвеев А.П. издательство «Просвещение» 2017г.

Коррекционная работа в обязательной части (70 %) реализуется в учебной урочной деятельности при освоении содержания основной образовательной программы начального/основного общего образования. На каждом уроке ставятся и решаются коррекционно-развивающие задачи. Содержание учебного материала отобрано и адаптировано с учетом особых образовательных потребностей обучающихся с ОВЗ. Освоение учебного материала этими школьниками осуществляется с помощью специальных методов и приемов.

Класс	Личностные	Метапредметные	Предметные	
			Модули	Какие умения нужно сформировать
5-9	- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину; - формирования ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию; - развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного	- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности; - умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач; умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата.	Гимнастика с элементами акробатики	– соблюдать правила безопасности при выполнении гимнастических и акробатических упражнений; – выполнять физическую страховку и самостраховку; – выполнять строевые действия в шеренге и колонне; – выполнять акробатические

	поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; • достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве, в эффективной подготовке и результативной сдаче норм ВФСК ГТО • воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину; • развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; • формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности; • достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве, в	• умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности; • - умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения; • - владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; • умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности; • умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач; • умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: • умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности; • владение основами самоконтроля,		упражнения – выполнять гимнастические упражнения – выполнять упражнения в равновесии; – выполнять гимнастические упражнения прикладного характера: прыжки со скакалкой; преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания; переползания;
			Легкая атлетика	– соблюдать правила безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений; – выполнять бег на короткие, средние и длинные дистанции; – выполнять прыжки в длину и высоту; – выполнять метания малого мяча на дальность;
			Спортивные игры	– соблюдать правила безопасности при занятиях спортивными играми; – выполнять технические элементы игровых видов спорта: ловлю; передачи; ведение; броски; подачи;

	эффективной подготовке и результативной сдаче норм ВФСК ГТО. • воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину; • формирования ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов; • формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей; • достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве, в эффективной подготовке и результативной сдаче норм ВФСК ГТО.	самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; • формирование и развитие компетентности в области использования информационно коммуникационных технологий (далее ИКТ-компетенции); • умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности; • умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач; • умение 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; • умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения; • владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;		удары по мячу; остановки мяча, применять их в игровой и соревновательной деятельности; – выполнять тактические действия игровых видов спорта: индивидуальные, групповые и командные действия в защите и нападении, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
			Зимние виды спорта*	– соблюдать правила безопасности при занятиях зимними видами спорта; – выполнять передвижения на лыжах одношажными и двухшажными ходами в зависимости от рельефа местности и состояния лыжной трассы; – выполнять технические элементы лыжного спорта: спуски, подъемы, повороты; – выполнять переходы с хода на ход в зависимости от рельефа местности и состояния лыжной трассы.
			Плавание *	– соблюдать правила безопасности в бассейне, при выполнении

	• воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину; • формирования ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов; • формирования ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов; • достижения личностно	• умения определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логичное рассуждение и делать выводы; • умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач; • умение 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; • формирование и развитие компетентности в области использования информационно коммуникационных технологий (далее ИКТ - компетенции); • формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации;	плавательных упражнений; – выполнять повороты кувырком, маятником; – нырять в длину – выполнять технические элементы плавания способом кроль на груди в согласовании с дыханием; – выполнять технические элементы плавания способом брасс в согласовании с дыханием; – безопасно действовать в экстремальных ситуациях: освобождаться от захватов и транспортировать утопающего проплывать учебную дистанцию вольным стилем.
--	---	---	--

	значимых результатов в физическом совершенстве, в эффективной подготовке и результативной сдаче норм ВФСК ГТО. • Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину; • Формирования ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов; • Развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; • Формирование коммуникативной		
--	---	--	--

	компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности: • Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и		
--	--	--	--

5. Тематическое планирование

Предметное содержание	5 класс количество часов	6 класс количество часов	7 класс количество часов	8 класс количество часов	9 класс количество часов
Гимнастика с элементами акробатики	8	8	8	8	8
Легкая атлетика	10	10	10	10	10
Спортивные игры	26	26	26	26	26
Зимние виды спорта	20	20	20	20	20
Плавание	6	6	6	6	4

6. Описание организации и содержания промежуточной аттестации обучающихся в рамках урочной деятельности по каждому классу (Достижения обучающихся с ОВЗ рассматриваются с учетом их предыдущих индивидуальных достижений, а не в сравнении с успеваемостью учащихся класса.)

Сдача контрольных нормативов:

Учебные нормативы по физической культуре для учащихся 5 класса

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики			Девочки		
Оценка		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Скоростные	Бег 60 м с высокого старта с опорой на руку, с.	10,2	10,5	11,3	10,3	11,0	11,7
Силовые	Прыжок в длину с места, см	170	155	135	160	150	130
	Лазание по канату на расстояние 6 м, с.	12	14	16	14	16	18
	Поднимание туловища, лежа на спине, руки за головой, количество раз	35	30	20	30	20	15
К выносливости	Бег 2000 м, мин	Без учета времени			Без учета времени		
К координации	Последовательное выполнение пяти кувырков, с.	10,0	11,0	12,6	12,0	13,0	13,6

Учебные нормативы по физической культуре для учащихся 6 класса

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики			Девочки		
Оценка		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Скоростные	Бег 60 м с высокого старта с опорой на руку, с.	9,8	10,2	11,1	10,0	10,07	11,3
Силовые	Прыжок в длину с места, см	175	165	145	165	155	140
	Лазание по канату на расстояние 6 м, с.	10	12	14	14	16	18
	Поднимание туловища, лежа на спине, руки за головой, количество раз	40	35	25	35	30	20
Физические способности	Физические упражнения	Мальчики			Девочки		
К выносливости	Бег 2000 м, мин	Без учета времени			Без учета времени		
	Оценка	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
К координации	Последовательное выполнение пяти кувырк						
Скоростные	Бег 60 м с высокого старта с опорой на руку, с.	9,4	10,0	10,8	9,8	10,04	11,2
координации	Бег 60 м с высокого старта с опорой на руку, с.	9,0	10,0	11,6	11,0	12,0	13,0
Силовые	Прыжок в длину с места, см	180	170	150	170	160	145
	Лазание по канату на расстояние 6 м, с.	9	11	13	10	12	13
	Поднимание туловища, лежа на спине, руки за головой, количество раз	40	35	25	35	30	20
К выносливости	Бег 2000 м, мин	Без учета времени			Без учета времени		
К координации	Последовательное выполнение пяти кувырк	8,0	9,0	10,6	9,0	10,0	11,0
	с.						

Учебные нормативы по физической культуре для учащихся 7 класса

Учебные нормативы по физической культуре для учащихся 8 класса

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики			Девочки		
	Оценка	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Скоростные	Бег 60 м с высокого старта с опорой на руку, с.	9,0	9,7	10,5	9,7	10,04	10,8
Силовые	Прыжок в длину с места, см	190	180	165	175	165	156
	Лазание по канату на расстояние 6 м, с.	7	9	11	8	10	11
	Поднимание туловища, лежа на спине, руки за головой, количество раз	48	43	38	38	33	25
К выносливости	Бег 2000 м, мин	Без учета времени			Без учета времени		
К координации	Последовательное выполнение пяти кувырков, с.	7,0	8,0	9,0	8,0	9,0	10,0

Учебные нормативы по физической культуре для учащихся 9 класса

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики			Девочки		
	Оценка	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Скоростные	Бег 60 м с высокого старта с опорой на руку, с.	8,5	9,2	10,0	9,4	10,0	10,05
Силовые	Прыжок в длину с места, см	210	200	180	180	170	155
	Лазание по канату на расстояние 6 м, с.	6	8	10	7	9	10
	Поднимание туловища, лежа на спине, руки за головой, количество раз	50	45	40	40	35	26
К выносливости	Бег 2000 м, мин	Без учета времени			Без учета времени		
К координации	Последовательное выполнение пяти кувырков, с.	6,0	9,0	10,0	7,0	10,0	11,0