

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
Ширяевская средняя общеобразовательная школа
Иловлинского муниципального района
Волгоградской области

403098 ул. Центральная, 59 х. Ширяевский Иловлинского района Волгоградской области.
Тел. (884467) 5-41-97 e-mail: schirjai2010@yandex.ru

Приказ № 75

от «30» августа 2022 г.

«Об организации обучения по адаптированной общеобразовательной программе»

На основании ст.79 ФЗ от 29.12.2012г. № 273 – ФЗ « Об образовании в РФ»

Приказываю:

1. Организовать обучение Ибрагимовой Сайран Исламовны по адаптированной общеобразовательной программе в 9 классе МБОУ Ширяевской СОШ (АОП для обучающихся с УО (ин). Вариант 1) с 01 сентября 2022 года.

Основание: Заключение территориальной психолого-медико-педагогической комиссии р.п. Иловля Иловлинского муниципального района Волгоградской области № 3/5 от 28.04.2016г., заявление родителя Рыдановой И.Н.

2. Учителям-предметникам разработать предметные АООП на 2022-2023 учебный год:

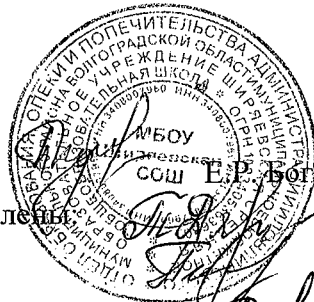
1. Русский язык, литература – Каргина Л.В.
2. Математика – Муравьева В.А.
3. История, обществознание – Богданова Е.Р.
4. География, биология – Дядченко Т.А.
5. Трудовое обучение – Голяткина Г.А.
6. Физкультура – Федченко А.Ю.

3. Ответственность за исполнением приказа возложить на методиста по УР
Тушканову С.Р.

4. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

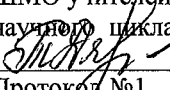
Директор школы

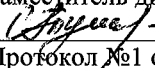
С приказом ознакомлены



Богданова Е.Р.
Дядченко Т.А.
Муравьева В.А.
Каргина Л.В.
Федченко А.Ю.

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
Ширяевская средняя общеобразовательная школа
Иловлинского муниципального района
Волгоградской области

РАССМОТРЕНО
ШМО учителей естественно
научного цикла
 Дядченко Т.А.
Протокол №1
от 30.08 2022 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР
 Тушканова С.Р.
Протокол №1 от 30.08 2022 г.



АДАптированная РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета: *физическая культура*
для 9 класса основного общего образования
на 2022-2023 учебный год
(Ибрагимова Сайран)

Срок реализации программы – 1 год.

Учителя физической культуры первой квалификационной категории Федченко А.Ю.

Настоящая программа разработана на основе Федерального компонента государственного образовательного стандарта основного общего образования

Автор(ы) Федченко А.Ю.

2022 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре для 9 класса адаптирована для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (задержкой психического развития). Особенности обучающихся с задержкой психического развития являются: - отставание психического развития от паспортного возраста, что проявляется преимущественно в эмоционально-волевой сфере при – относительно сохранной познавательной деятельности; преобладание эмоциональной мотивации поведения, немотивированно повышенного фона настроения; повышенная внушаемость. – склонен выполнять лишь то, что непосредственно связано с его интересами; – из-за незрелости предпосылок интеллектуального развития у детей отмечается недостаточный для данного возраста уровень – сформированности мыслительных операций, памяти, речи, малый запас сведений и представлений об окружающей действительности; отставание в физическом развитии ребенка по сравнению с нормой на 1,5 – 2 года; – задержка эмоционального развития в виде соматического инфантилизма с невротическими наслоениями; – эмоциональной отгороженности в сочетании со вседозволенностью; – недостаточно развиваются самостоятельность, воля, желание трудиться, преодолевать трудности; – слабо сформированы пространственные представления, ориентировка в направлениях пространства осуществляется обычно на– уровне практических действий; часто возникают трудности при пространственном анализе и синтезе ситуации; - особенности внимания детей с задержкой психического развития проявляются в его неустойчивости; повышенной отвлекаемости; трудностях переключения; слабой концентрации на объекте. Наличие посторонних раздражителей вызывает значительное замедление выполняемой детьми деятельности и увеличивает количество ошибок; - недостаточность развития памяти проявляется в: снижении продуктивности запоминания и его неустойчивости; большей– сохранности произвольной памяти по сравнению с произвольной; недостаточном объеме и точности, низкой скорости запоминания; преобладании механического запоминания над словесно-логическим; выраженном преобладании наглядной памяти над словесной; низком уровне самоконтроля в процессе заучивания и воспроизведения, а также неумении самостоятельно организовывать свою работу по запоминанию; недостаточной познавательной активности и целенаправленности при запоминании и воспроизведении; слабом умении использовать рациональные приемы запоминания; низком уровне опосредствованного запоминания; - колебания уровня работоспособности и активности, смена настроений.

Рабочая программа учебного курса физическая культура для 9 класса разработан на основе Примерной программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича. (М.: Просвещение, 2012). Программа реализуется по федеральным государственным образовательным стандартам основного общего образования. Предмет «Физическая культура» входит в предметную область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности».

Срок реализации программы – 1 год.

Нормативная документы, на основании которых разработана программа:

- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в 3 Российской Федерации»
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 №1897 «Об утверждении федерального– государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 марта 2014 г. № 253 «Об утверждении Федерального– перечня учебников рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (Вестник образования, 2014. – №№ 11, 12 или сайт [http:// www. vestnik.ru](http://www.vestnik.ru), [edu.ru](http://www.edu.ru)) с изменениями от 08.06.2015 №576, от 14.08.2015 №825;

«Об утверждении Федерального– перечня учебников рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (Вестник образования, 2014. – №№ 11, 12 или сайт [http:// www. vestnik.ru, edu.ru](http://www.vestnik.ru, edu.ru)) с изменениями от 08.06.2015 №576, от 14.08.2015 №825;

- Письмо Минобрнауки России от 01.04.2005 № 03-417 «О перечне учебного и компьютерного оборудования для оснащения– образовательных учреждений» («Вестник образования», 2005, № 11 или сайт [http:// www. vestnik.ru, edu.ru](http://www.vestnik.ru, edu.ru));

Для реализации программного содержания в учебном процессе используются следующие учебники: Виленский, М. Я. Физическая культура. 5–7 кл.: учеб.для общеобразоват. учреждений / М. Я. Виленский, Т. Ю. Торочкова, И. М. Туревский ; под общ. ред. М. Я. Виленского. – М. : Просвещение, 2012. Лях, В. И. Физическая культура. 8–9 кл. : учеб.для общеобразоват. учреждений / В. И. Лях, А. А. Зданевич ; под общ. ред. В. И. Ляха. – М.: Просвещение, 2012.

Целью школьного образования по физической культуре является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности, организации активного отдыха и досуга. В рамках реализации этой цели образовательный процесс по физической культуре в основной школе ориентируется на решение следующих задач: — формирование культуры здоровья, повышение функциональных и адаптивных возможностей организма, развитие основных физических качеств и психофизических способностей, обеспечение должного уровня индивидуальной физической подготовленности; — формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей, прикладно - ориентированной и реабилитационно - релаксационной направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта; — формирование культуры телосложения, овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, способами индивидуальной коррекции осанки и телосложения; — овладение системой знаний о физической культуре, ее истории и современном развитии, роли в жизнедеятельности современного человека, профилактике дивиантного поведения и вредных привычек, об укреплении и длительном сохранении здоровья, о формировании здорового образа жизни; — воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и творческого сотрудничества, взаимопомощи и уважения в совместных формах занятий физкультурно - оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью.

Общая характеристика

Значение предмета для обучения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. В ходе занятий физической культурой у детей с ОВЗ происходит формирование либо коррекция уже имеющихся уровней физической подготовленности. В процессе занятий появляется возможность вести целенаправленную работу по развитию внимания, памяти и мышления. Это основные составляющие познавательной деятельности, так как познавательная деятельность у обучающихся с ОВЗ имеет свои особенности и тоже 4 нуждается в коррекции.

Также в процессе занятий у обучающихся развивается пространственное воображение и умение ориентироваться в малом пространстве, развивается зрительное восприятие и мелкая моторика, совершенствуются коммуникативные навыки, умения совершать совместные действия.

При составлении рабочей программы использована авторская программа В.И. Ляха и А.А. Зданевича «Рабочая программа. Физкультура 1 – 11 классы. Комплексная программа физического воспитания учащихся 2-е издание: Волгоград: Учитель, 2013 г.». Выбор

авторской программы обусловлен тем, что она предполагает реализацию компетентного, личностно ориентированного, деятельностного подхода к содержанию образования. В ней определены система уроков и педагогические средства, обозначены виды деятельности, спрогнозирован результат и уровень усвоения ключевых компетенций, продуманы формы контроля.

Программа помогает спланировать образовательный процесс в рамках ФГОС, обеспечить формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств обучающихся. Программа В.И. Ляха и А.А. Зданевича выбрана для преподавания в 5-7 классах для обучающихся с ОВЗ, т.к. программный материал авторы поделили на две части базовую и вариативную. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана.

Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура».

Вариативная часть включает в себя программный материал по баскетболу. Программный материал усложняется по разделам ежегодно за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных. Для прохождения сведений можно выделить время в процессе урока, так и отдельно один час в четверти. Названные выше методологические и методические подходы к построению курса физической культуры позволяют представить его как целостное развивающееся, необходимое и полезное для обучающихся с ОВЗ умение. Они создают нужные условия для развития их личности, для укрепления их физического и психологического здоровья.

Основные виды деятельности обучающихся: фронтальное занятие; – самостоятельная работа; – работа с текстом учебника (теория); – подготовка доклада или презентация; – индивидуальное выполнение задания; – зачетный урок; – работа со спортивным инвентарем; – работа в парах, группах. – Форма организации образовательного процесса: классно-урочная система, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, самостоятельные занятия физическими упражнениями. Технологии, используемые в обучении: развивающего обучения, обучения в сотрудничестве, проблемного обучения, развития исследовательских навыков, информационно-коммуникационные, здоровьесбережения и т. д.

Особенности реализации рабочей программы при обучении детей с ОВЗ: Имея одинаковое содержание и задачи обучения, рабочая программа по физической культуре для детей с ОВЗ практически не отличается от программы массовой школы. Эти отличия заключаются в: том, что проверку умений обучающиеся с подготовительной группой здоровья проходят без учета нормативов; – оказании индивидуальной помощи обучающимся; – коррекционной направленности каждого урока; – отборе материала для урока и домашних заданий: уменьшение объёма аналогичных заданий и подбор разноплановых заданий; – в использовании большого количества индивидуального спортивного инвентаря.

Таким образом, полностью сохраняя структуру документа, поставленные цели и задачи, а также содержание, программа составлена в расчете на обучение детей с ЗПР в 9 классах. Места учебного предмета, курса в учебном плане Согласно Базисному учебному плану основного общего образования на обязательное изучение всех учебных тем программы по предмету физическая культура в 6-7 классах отводится по 68 ч., в 8-9 классах – 102 ч.

2. Содержания программы

Содержание учебного предмета — Физическая культура направлено на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

Знания о физической культуре

История физической культуры. Олимпийские игры древности.

Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения.

История зарождения олимпийского движения в России. Олимпийское движение в России (СССР). Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх.

Краткая характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр.

Физическая культура в современном обществе.

Организация и проведение пеших туристских походов. Требования к технике безопасности и бережное отношение к природе (экологические требования).

Физическая культура (основные понятия).

Физическое развитие человека.

Физическая подготовка и её связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств.

Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств.

Техническая подготовка. Техника движений и её основные показатели.

Всестороннее и гармоничное физическое развитие.

Адаптивная физическая культура.

Спортивная подготовка.

Здоровье и здоровый образ жизни.

Профессионально-прикладная физическая подготовка.

Допинг. Концепция честного спорта.

Физическая культура человека. Режим дня, его основное содержание и правила планирования.

Закаливание организма. Правила безопасности и гигиенические требования.

Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности.

Проведение самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения.

Восстановительный массаж.

Проведение банных процедур.

Доврачебная помощь во время занятий физической культурой и спортом.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой.

Подготовка к занятиям физической культурой.

Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток, физкультпауз (подвижных перемен).

Планирование занятий физической культурой.

Проведение самостоятельных занятий прикладной физической подготовкой.

Организация досуга средствами физической культуры.

Оценка эффективности занятий физической культурой.

Самонаблюдение и самоконтроль.

Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью. Оценка техники движений, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения (технических ошибок).

Измерение резервов организма и состояния здоровья с помощью функциональных проб.

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели.

Индивидуальные комплексы адаптивной (лечебной) и корригирующей физической культуры.

Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью

Гимнастика с основами акробатики. Организующие команды и приемы.

Акробатические упражнения и комбинации.

Опорные прыжки.

Легкая атлетика. Беговые упражнения.

Прыжковые упражнения.
 Метание малого мяча.
 Лыжные гонки. Передвижения на лыжах.
 Подъемы, спуски, повороты, торможения.
 Спортивные игры. Баскетбол. Игра по правилам.
 Волейбол. Игра по правилам.
 Прикладно-ориентированная подготовка. Прикладно-ориентированные упражнения.
 Упражнения общеразвивающей направленности. Общефизическая подготовка.
 Гимнастика с основами акробатики. Развитие гибкости, координации движений, силы, выносливости.
 Легкая атлетика. Развитие выносливости, силы, быстроты, координации движений.
 Лыжные гонки. Развитие выносливости, силы, координации движений, быстроты.
 Баскетбол. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений

**Планируемые результаты изучения предмета «Физическая культура»,
 9 класс ФГОС УО по В.В. Воронковой**

Контрольные упражнения	Девочки			Мальчики		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Бег 30 м (сек)	5,6	6,0	6,4	5,5	5,9	6,2
Челночный бег 3 по 10 м (сек)	10,5	11,1	12,5	10,3	10,7	11,8
Бег 60 м (сек)	11,4	12,3	13,0	11,2	12,1	12,8
Бег 300 м (мин., сек)	1,16	1,25	1,35	1,12	1,22	1,27
Прыжок в длину с места (см)	168	156	148	172	163	159
Прыжки через скакалку за 1 мин. (кол. раз)	85	76	63	77	65	55
Подъем спины из положения лежа, ноги согнуты в коленях за 30 сек	24	20	18	25	23	19
Наклон туловища вперед из положения сед (см)	11	8	5	9	6	3

Календарно-тематическое планирование 9 класс

№	Дата		ТЕМА УРОКА	Количество уроков
	По плану	По факту		
Легкая атлетика 13 часов.				
1	02.09		Инструктаж по Т.Б. Беговая дистанция.	1
2	06.09		Бег в чередовании с ходьбой.	1
3	07.09		Бег 30 м. Подвижные игры.	1
4	09.09		Комплекс ОРУ в движении.	1
5	13.09		Строевые упражнения.	1
6	14.09		Челночный бег. Бег 3x10 м.	1
7	16.09		Прыжок в длину с места.	1
8	20.09		Бег 1000 м. Подвижные игры.	1
9	21.09		Шестиминутный бег.	1
10	23.09		Равномерный бег до 6 мин.	1
11	27.09		Бег в чередовании с ходьбой.	1
12	28.09		Упражнения в равновесии.	1
13	30.09		Бег 60 м. Спортивная игра.	1
Кроссовая подготовка 12 часов				

14	04.10		Бег коротким, средним, длинным шагом	1
15	05.10		Подъём туловища из положения лежа.	1
16	07.10		Комплекс ОРУ. Равномерный бег до 6 минут.	1
17	11.10		Высокий старт.	1
18	12.10		Техника бега на разных дистанциях.	1
19	14.10		Правила старта.	1
20	18.10		История легкой атлетики.	1
21	19.10		Средняя дистанция.	1
22	21.10		Многоскоки.	1
23	25.10		Спортивная ходьба.	1
24	26.10		Правильное финиширование.	1
25	28.10		Метание мяча с места.	1
Волейбол 9 часов				
26	08.11		Инструктаж по Т.Б. Стойка игрока.	1
27	09.11		Прием мяча снизу.	1
28	11.11		Правила игры в волейбол.	1
29	15.11		История волейбола.	1
30	16.11		Передачи мяча сверху.	1
31	18.11		Прямая подача сверху.	1
32	22.11		Атакующий удар.	1
33	23.11		Правила аута мяча.	1
34	25.11		Техника передачи мяча и удара.	1
Гимнастика 13 часов				
35	29.11		Инструктаж по Т.Б. на гимнастике.	1
36	30.11		Наклоны и повороты.	1
37	02.12		Удержание равновесия.	1
38	06.12		Кувырок вперед.	1
39	07.12		Кувырок назад.	1
40	09.12		История гимнастики.	1
41	13.12		Строевые упражнения, перестроения в строю.	1
42	14.12		Комплекс ОРУ. Техника акробатики.	1
43	16.12		Кувырок вперед в группировке.	1
44	20.12		Упражнения в равновесии.	1
45	21.12		Висы и упоры.	1
46	23.12		Развитие координационных способностей.	1
47	27.12		Комплекс упражнений на силу.	1
Гимнастика 15 часов				
48	10.01		Строевые упражнения. Перестроения в шеренге.	1
49	11.01		Комплекс ОРУ на гимнастической стенке.	1
50	13.01		Инструктаж по Т.Б. на уроках гимнастики.	1
51	17.01		Строевые упражнения, перестроения в строю.	1
52	18.01		Комплекс ОРУ. Техника акробатики: кувырки.	1
53	20.01		Кувырок вперед в группировке.	1
54	24.01		Упражнения в равновесии.	1
55	25.01		Техника опорного прыжка согнув ноги.	1
56	27.01		Удержание в равновесии.	1
57	31.01		Развитие координационных способностей.	1
58	01.02		Упражнения для развития быстроты.	1
59	03.02		Перестроения на месте.	1
60	07.02		Комплекс ОРУ на гимнастической стенке.	1

61	08.02		Упражнения для развития гибкости.	1
62	10.02		Наклон вперед из положения сидя.	1
Баскетбол 16 часов				
63	14.02		Инструктаж по Т.Б. стойка баскетбола.	1
64	15.02		История баскетбола. Правила игры.	1
65	17.02		Дриблинг мяча на месте. Учебная игра.	1
66	21.02		Дриблинг мяча в движении. Броски в кольцо.	1
67	22.02		Ведение мяча в паре.	1
68	28.02		Выбивание, вырывание мяча.	1
69	01.03		Передача мяча одной рукой от плеча.	1
70	03.03		Броски мяча в кольцо после атаки.	1
71	07.03		Овладение техникой передвижений.	1
72	10.03		Техника поворотов и остановок.	1
73	14.03		Стойка в игре. Передвижение в паре.	1
74	15.03		Ведение мяча в паре и в тройке.	1
75	17.03		Исполнение штрафных бросков.	1
76	21.03		Техника игры в защите.	1
77	22.03		Комплекс ОРУ. Ведение баскетбольного мяча.	1
78	24.03		Выполнение контрольных упражнений.	1
Легкая атлетика 13 часов				
79	04.04		Ведение мяча с броском в кольцо.	1
80	05.04		Инструктаж по Т.Б. Короткая дистанция.	1
81	07.04		Челночный бег. Подвижные игры.	1
82	11.04		Бег в чередовании с ходьбой.	1
83	12.04		Бег 1000 м. Элементы спортивной игры.	1
84	14.04		Техника передачи эстафетной палочки.	1
85	18.04		Метание малого мяча на дальность.	1
86	19.04		Финиширование на коротких дистанциях.	1
87	21.04		Бег 3х10 м. Элементы спортивной игры.	1
88	25.04		Прыжок в длину с места. Двусторонняя игра.	1
89	26.04		Длинная дистанция. Контроль дыхания.	1
90	28.04		Шестиминутный бег. Элементы спортивной игры.	1
91	02.05		Бег 60 м. Элементы спортивной игры.	1
Футбол 10 часов				
92	03.05		Стойка игрока. Правила игры.	1
93	05.05		История футбола. Ведение мяча.	1
94	10.05		Прохождение дистанции. Подвижные игры.	1
95	12.05		Бег коротким, средним и длинным шагом.	1
96	16.05		КОРУ в движении. Равномерный бег.	1
97	17.05		Строевые упражнения на месте.	1
98	19.05		Ведение мяча в паре.	1
99	23.05		Штрафные удары.	1
100	24.05		Остановка и передача мяча.	1
101	26.05		Передача мяча в два касания.	1
102			Резерв	

Литература:

В.И. Ляха и А.А. Зданевича «Рабочая программа. Физкультура 1 – 11 классы. Комплексная программа физического воспитания учащихся 2-е издание: Волгоград: Учитель, 2013 г.».