

**Россия, Краснодарский край, Лабинский район,
станция Вознесенская
Государственное казённое общеобразовательное учреждение
Краснодарского края специальная (коррекционная) школа-
интернат ст-цы Вознесенской**

УТВЕРЖДЕНО
решением педагогического совета
ГКОУ школы-интерната
ст-цы Вознесенской
от 30.08.2022г. протокол № 1.
Председатель  Кучерова В.И.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**По курсу дополнительного образования Спортивный
(старшая группа)**

Уровень образования основное общее, 6-9 класс

Количество часов 2 часа в неделю

Учитель Заевский Иван Васильевич

Программа разработана на основе примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015г. №4/15) в соответствии ФГОС обучающихся с умственной отсталостью

1. Пояснительная записка

Рабочая программа кружка «Спортивные игры» по физической культуре в 6-9 классах составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта нового поколения, Программы Министерства образования РФ: авторской программы В. И. Лях, А.А. Зданевич, «Физическая культура» издательство «Просвещение», Москва – 2010 г, утвержденной МО РФ в соответствии с требованиями Федерального компонента государственного стандарта.

Рабочая программа опирается на УМК: В.И. Лях, А.А. Зданевич «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов»(М.: Просвещение, 2010г)

Целью кружка является формирование у обучающихся сознательного отношения к своему здоровью, к занятиям физической культурой, овладение навыками игры в баскетбол. Достижение гармоничного развития учащихся в целом.

Задачи:

- воспитание у учащихся высоких нравственных, волевых качеств, трудолюбия, активности;
- подготовка физически крепких, ловких, здоровых, сильных и способных преодолевать любые трудности в жизни;
- формирование жизненно важных умений и навыков
- развитие двигательных качеств в спортивных играх- координации, ловкости ,выносливости.
- привить обучающимся любовь и потребность к занятиям физкультурой и спортом.

Организация работы.

Количество обучающихся в группе до 20 человек. Занятия проходят 1 раз в неделю-2 часа, 68 часов в год.

Физическое воспитание в школе

План

1. Физическое воспитание в общеобразовательной школе.
2. Организационная структура физического воспитания в школе:
 - 2.1. Урок как основная форма организации занятий по физической культуре в школе.
 - 2.2. Контроль физического воспитания учащихся.
 - 2.3. Физкультурно-оздоровительная работа в школе.
 - 2.3.2. Физкультминутка и физкультпауза.
 - 2.4. Спортивно-массовая работа в школе.

Ожидаемый результат.

В результате регулярного посещения занятий учащиеся должны:

- повысить уровень своей физической подготовленности;
- приобрести навыки и умения по изучаемым видам спорта; уметь технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации;
 - использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- уметь проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей;
 - уметь разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;
- у учащихся должен сформироваться интерес к постоянным самостоятельным занятиям спортом и дальнейшему самосовершенствованию;
- следование основным принципам здорового образа жизни должно стать привычным для учащихся и сформироваться представление о том, что ЗОЖ- это индивидуальная система ежедневного поведения человека, которая обеспечивает ему максимальное достижение благополучия, в том числе и физического с учетом его индивидуальных качеств и запросов.

Календарно-тематическое планирование

№	Наименование темы	Кол-во часов	Дата проведения
I			
<u>Футбол</u>		18	
1	Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой	2	
2	Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения.	2	
3	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.	2	
4	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	6	
5	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.	6	
II			
<u>Русская лапта</u>		14	
1	Предупреждение травматизма и оказание первой помощи при обучении детей игре «Русская лапта». Основы техники игры. Техническая подготовка игроков в лапту: стойка игрока, техника ударов битой по мячу, перебежки, осаливание, самоосаливание и переосаливание.	2	
2	Ловля мяча и передача в парах. Выбор биты. Удары битой по мячу сверху.	2	
3	Ловля и передача мяча, осаливание. Двусторонняя игра. Передача, удары битой сверху, метание в цель.	4	
4	Комплексные упражнения, комбинации.	2	
	Закрепление навыков игры и знакомство с основными правилами		
5	Командные игры и соревнования.	4	
III			
<u>Пионербол</u>		14	

1	Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки.	2	
2	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Встречная передача.	2	
3	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.	2	
4	Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.	2	
5	Групповые действия игроков. Взаимодействие игроков передней линии при приеме от подачи	2	
6	Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме.	2	
7	Контрольные игры и соревнования.	2	
IV			
<u>Настольный теннис.</u>		12	
1	Основы техники и тактики игры. Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещений.	1	
2	Тренировка упражнений с мячом и ракеткой. Изучение подач.	1	
3	Тренировка ударов «накат» справа и слева. Сочетание ударов.	6	
4	Свободная игра. Игра на счет. Соревнования.	4	
V			
<u>Гандбол.</u>		10	
1	Ручной мяч. Основные правила игры.	2	
2	Спортивная одежда и обувь. Техника игры в нападении и защите.	2	
3	Стойки и перемещения, остановки. Ловля и передача мяча двумя руками на месте и в движении.	2	
4	Ведение мяча и бросок. Отбор и выбивание мяча. Блокирование броска.	2	

5	Игра вратаря. Подготовка к соревнованиям. Соревнования.	2	
ИТОГО:		68	

Список литературы

1. Настольная книга учителя физической культуры. Автор Погадаев Г.И
2. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ.
3. Учебное пособие «Физическая культура».
4. Гимнастика. Автор М.Л. Журавлина.
5. Лыжная подготовка в школе. В.В. Осинцев.
6. Легкая атлетика в школе. О.Н.Трофимов.
7. Журналы «Физическая культура».

Согласовано
На заседании МО
Протокол №1 от 30 августа 2022г
Руководитель МО
Нещеретова И.А.

Утверждено
заместитель
директора по УВР
Сазонова М.В.