

Муниципальное общеобразовательное учреждение –
средняя общеобразовательная школа №8
города Аларска Саратовской области

УТВЕРЖДЕНО на заседании
Педагогического совета
Протокол от 28.08.23 № 1

УТВЕРЖДЕНО
Приказом МОУ-СОШ №8
города Аларска
от 28.08.23 № 128
Директор школы
Иванова Е.А. Иванова



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По информатике
основной учебный курс, 8 класс

Учитель: Иванова Е.А.

Согласно приказа, на который ссылается программа

Иванова Светлана Марковна

(Ф.И.О. учителя)

2023-2024 учебный год

СОГЛАСОВАНО
на заседании ШМО
Протокол от 28.08.23 № 1
Руководитель ШМО
Иванова Е.А. Иванова

СОГЛАСОВАНО
Том. директора по УВР
Иванова Е.А. Иванова

г. Аларск

2023 год

Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «физическая культура» для 9 класса составлена на основании примерной программы специальных (коррекционных) образовательных школ VIII вида: 5-9 кл.: В 2 сб./Под ред. В.В. Воронковой. - М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2014.

Целью образования в области физической культуры является формирование у школьников 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 адаптирована для ученика 9 класса индивидуального обучения в соответствии с психо – физическими и интеллектуальными особенностями данного ученика и рассчитана на 69 часов (0,5 часа очно, 1,5 часа заочно)

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 ФЗК.

В результате применения программы у обучающегося будет:

Сформировано представление о начальных знаниях по анатомии, гигиене.

Приобретены теоретические знания по физической культуре (выполнение упражнений утренней гимнастики, тренировки силы, быстроты, гибкости, выносливости).

Сформировано представление о нравственном поведении в процессе занятий физическими упражнениями (правильное поведение в спортивном зале, на школьном стадионе, в процессе соревнований).

Требования к уровню подготовки обучающегося по данной программе

В результате изучения предмета «Физическая культура» учащийся 9 класса, обучающийся индивидуально на дому, должен:

знать/понимать

- роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактике вредных привычек;
- основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;

- способы закаливания организма;
- уметь:
- составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учётом индивидуальных особенностей организма, физической подготовленности и медицинских показаний;
- осуществлять наблюдение за своим физическим развитием и физической подготовленностью, за техникой выполнения двигательных действий и режимами физической нагрузки;
- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений;
- использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
- проведения самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения, развитию физических качеств;
- включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.

Критерии оценки ответа:

Отметка «5»: ответ полный и правильный на основании изученных теорий; материал изложен в определенной логической последовательности, литературным языком: ответ самостоятельный.

Отметка «4»: ответ полный и правильный на основании изученных теорий; материал изложен в определенной логической последовательности, при этом допущены две-три несущественные ошибки, исправленные по требованию учителя.

Отметка «3»: ответ полный, но при этом допущена существенная ошибка, или неполный, несвязный.

Отметка «2»: при ответе обнаружено непонимание учащимся основного содержания учебного материала или допущены существенные ошибки, которые учащийся не смог исправить при наводящих вопросах учителя.

Отметка «1»: отсутствие ответа.

Календарно - тематическое планирование на ученика Тимофеева Александра

№	Тема урока	Очно/ заочно	Дата проведения		Вид занятий (теоретическое или практическое)	Виды деятельност и и формы	Формы и методы контроля
			план	факт			
1-2	История возникновения и формирования физической культуры	Очно заочно	12.09		Теоретическое	Рассказ, беседа, запись под диктовку	Текущий контроль
3-4	Физическая культура и олимпийское движение в России	Заочно заочно			Теоретическое		Текущий контроль
5-6- 7-8	Олимпиады современности: странички истории	Очно заочно	26.09		Теоретическое	Рассказ, беседа, запись под диктовку	Текущий контроль
9-10	Влияние возрастных особенностей организма на физическое развитие и физическую подготовленность	Заочно заочно			Теоретическое		Текущий контроль
11- 12	Роль опорно-двигательного в выполнении физических упражнений	Очно заочно	10.10		Теоретическое	Рассказ, беседа, запись под диктовку	Текущий контроль
13- 14	Самоконтроль при занятиях физическими упражнениями	Заочно заочно			Теоретическое		Текущий контроль
15- 16	Личная гигиена при занятиях физическими упражнениями	Очно заочно	24.10		Теоретическое	Рассказ, беседа, запись под диктовку	Текущий контроль
17- 18	Предупреждение травматизма и оказание первой помощи при травмах и ушибах	Заочно заочно			Теоретическое		Текущий контроль
19- 20	Совершенствование физических способностей	Очно заочно	14.11		Теоретическое	Рассказ, беседа,	Текущий контроль

						запись под диктовку	
21-22	История зарождения баскетбола Современные правила соревнований по баскетболу	Заочно заочно			Теоретическое		Текущий контроль
23-24	История зарождения гандбола Современные правила соревнований по гандболу	Очно заочно	28.11		Теоретическое	Рассказ, беседа, запись под диктовку	Текущий контроль
25-26	История зарождения футбола Современные правила соревнований по футболу	Заочно заочно			Теоретическое		Текущий контроль
27-28	История зарождения волейбола Современные правила соревнований по волейболу	Очно заочно	12.12		Теоретическое	Рассказ, беседа, запись под диктовку	Текущий контроль
29-30	Коньки. История. Основные правила соревнований	Заочно заочно			Теоретическое		Текущий контроль
31-32	Хоккей. История. Основные правила соревнований	Очно заочно	26.12		Теоретическое	Рассказ, беседа, запись под диктовку	Текущий контроль
33-34-35-36	Закаливание организма. Правила закаливания. Одежда и обувь для занятий физическими упражнениями в физкультурном зале, на воздухе: летом, весной и осенью на школьном стадионе, зимой.	Заочно Заочно Очно заочно	16.01		Теоретическое	Рассказ, беседа, запись под диктовку	Текущий контроль
37-38-39	Закаливание с помощью воздушных ванн. Закаливание с помощью солнечных ванн. Закаливание с помощью водных процедур	заочно Заочно очно	30.01		Теоретическое	Рассказ, беседа, запись под диктовку	Текущий контроль
40-41	Утренняя гимнастика	Заочно заочно			Теоретическое практическое		Текущий контроль
42-	Зрение Гимнастика для глаз.	заочно			Теоретическое	Рассказ,	Текущий

43		очно	13.02		практическое	беседа, запись под диктовку	контроль
44- 45	Тренировку начинаем с разминки	заочно заочно			Теоретическое практическое		Текущий контроль
46- 47- 48- 49	Координация движения и ловкость. Упражнения на развитие координации движений Правильная осанка. Формирование правильной осанки Составление индивидуального комплекса упражнений на развитие координации движений и для формирования правильной осанки	заочно очно заочно заочно	27.02		Теоретическое практическое	Рассказ, беседа, запись под диктовку	Текущий контроль
50- 51- 52- 53	Сила. Упражнения на развитие силы Быстрота. Упражнения на развитие быстроты	заочно очно заочно заочно	12.03		Теоретическое практическое	Рассказ, беседа, запись под диктовку	Текущий контроль
54- 55- 56- 57	Выносливость. Упражнения на развитие выносливости Гибкость. Упражнения на развитие гибкости Составление индивидуального комплекса упражнений на развитие выносливости и гибкости	заочно очно заочно заочно	2.04		Теоретическое практическое	Рассказ, беседа, запись под диктовку	Текущий контроль
58- 59- 60- 61	Комплекс упражнений для коррекции фигуры. Составление индивидуального комплекса упражнений для коррекции фигуры Составление индивидуального комплекса утренней гимнастики	заочно очно заочно заочно	16.04		Теоретическое практическое	Рассказ, беседа, запись под диктовку	Текущий контроль
62- 63	Бадминтон. История. Основные правила	заочно заочно	30.04		Теоретическое		Текущий контроль
64- 65	Скейтборд. История. Техника безопасности.	Заочно Заочно			Теоретическое		Текущий контроль
66	Итоговая контрольная работа за курс 9 класса	заочно			практическое		Контроль знаний
66	Атлетическая гимнастика	очно	07.05		Теоретическое		Текущий

							контроль
67	Атлетическая гимнастика	Заочно			Теоретическое		Текущий контроль
68	Атлетическая гимнастика	заочно			практическое		Текущий контроль
69	Атлетическая гимнастика	заочно			практическое		Текущий контроль
70	Атлетическая гимнастика	очно	21.05		практическое		Текущий контроль

Список литературы.

Примерная программа специальных (коррекционных) образовательных школ VIII вида: 5-9 кл.: В 2 сб./Под ред. В.В. Воронковой. - М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2014.

Учебник: Лях, В. И. Физическая культура. 8–9 кл. : учебник для общеобразовательных учреждений / В. И. Лях, А. А. Зданевич ; под общ. ред. В. И. Ляха. – М.: Просвещение, 2012.