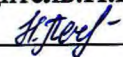


Государственное казённое общеобразовательное учреждение Астраханской области для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья «Харабалинская общеобразовательная школа-интернат»

«Рассмотрено на заседании МО»

Руководитель: Н.В. Печенкина



(Протокол № 1 от
«22» 08 2023 г.).

«СОГЛАСОВАНО»

с заместителем директора
по УВР



И.А. Аншакова

«25» 08 2023 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГКОУ АО «Харабалинская
общеобразовательная школа-интернат»


Е.В. Савицкая

«28» 08 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по факультативному курсу

«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

9 КЛАСС

ВАРИАНТ 1

(для обучающихся с интеллектуальными нарушениями)

2023-2024 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Профильный труд. Сельскохозяйственный труд» составлена на основе следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), далее ФАООП УО (вариант 1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022 № 1026 (<https://clck.ru/33NMkR>).
3. Постановление № 2 СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» от 28.01.2021.
4. Постановление № 1 СанПин 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
5. Устав ГКОУ АО «Харабалинская общеобразовательная школа-интернат».
6. Учебный план ГКОУ АО «Харабалинская общеобразовательная школа-интернат».

АООП УО (вариант 1) адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), в том числе глухим, слабослышащим и позднооглохшим, слепым, слабовидящим, с нарушениями опорно-двигательного аппарата, с расстройствами аутистического спектра.

Содержание данной образовательной программы соответствует физкультурно - спортивной направленности для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

В соответствии с социально-экономическими потребностями современного общества, его дальнейшего развития, спортивный кружок призван сформировать у учащихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической кондиционности, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании приобретенных знаний и навыков в организации здорового образа жизни.

Цели и задачи внеурочной деятельности направлены на то, чтобы приобщить детей к систематическим занятиям, избранным видам спорта, научить их основам мастерства, помочь им совершенствовать свои знания и навыки спортивных игр.

Целью данной программы является

- содействие всестороннему развитию личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекция недостатков психофизического развития, расширение индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

Задачи программы:

- расширение двигательного опыта за счёт овладения двигательными действиями избранного вида спорта и использование их в качестве средств укрепления здоровья и основ индивидуального образа жизни;
- коррекция функциональных возможностей организма посредством направленной спортивной подготовки, организации педагогических воздействий на развитие основных биологических и психических процессов;
- воспитание индивидуальных психических черт и особенностей в общении и коллективном взаимодействии средствами и методами спортивной деятельности.

Данная программа рассчитана на учащихся 9 класса.

Сроки реализации: 2023-2024 учебный год.

Формы занятий: учебно-тренировочные занятия, игры, беседы, экскурсии, конкурсы, соревнования.

Режим занятий: Занятие проводится 1 раз в неделю.

Планируемые результаты содержания образовательной программы.

Ожидаемые результаты:

- Создание конкурентно-способных команд;
- укрепление психического и физического здоровья учащихся;
- применение полученных навыков в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- снижение количества правонарушений среди подростков.
- в результате освоения данной программы.

учащиеся должны знать:

- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитание физических качеств;
- биодинамические особенности и содержание физических упражнений общеразвивающей и корригирующей направленности, основы их использования в решении задач физического развития и укрепления здоровья;
- возрастные особенности развития ведущих психических процессов и физических качеств, возможности формирования индивидуальных черт и свойств личности посредством регулярных занятий физическими упражнениями;
- психофункциональные особенности собственного организма, индивидуальные способы контроля за развитием его адаптивных свойств, укрепления здоровья и повышения физической подготовленности;
- правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.

уметь:

- технически правильно осуществлять двигательные действия данного вида спорта, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;
- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при физической нагрузке, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях, оказывать первую доврачебную помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарём и оборудованием, специальными техническими средствами.

Форма подведения итогов реализации программы: соревнования.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 9 КЛАСС

№	Название раздела	Количество часов
1	Лёгкая атлетика	5
2	Общая физическая подготовка	16
3	Спортивные игры	13
	Итого:	34

Поурочное планирование 9 класс

№п.п.	Содержание занятий	дата
1	Инструктаж по т/б. Специальные беговые упражнения с усложнениями на месте и в движении.	
2	Бег с преодолением препятствий.	
3	Бег на 400 метров.	
4	Бег 1500 метров, без учёта времени. Контроль дыхания.	
5	Эстафета 4x100 с мячом.	
6	Передача мяча сквозь расставленные ноги партнёра.	
7	Тройная передача на месте.	
8	Тройная передача с переменной мест.	
9	Отработка и совершенствование тройной передачи с переменной мест.	
10	Передачи перед колонной с переменной мест.	
11	Общая физическая подготовка.	
12	Занятия на укрепление мышц рук и туловища.	
13	Повторение занятий на укрепление мышц рук и туловища.	
14	Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса.	
15	Общая физическая подготовка.	
16	Упражнения на укрепление мышц рук, ног, туловища.	
17	Повторение общей физической подготовки.	
18	Продолжение работы, для развития рук, ног, туловища.	
19	Работа с гантелями, экспандерами на укрепление мышц рук.	
20	Упражнения с набивными мячами на укрепление мышц туловища, спины и пресса.	
21	Повторение упражнений с набивными мячами и скакалкой.	
22	Упражнения на общую физическую подготовку.	
23	Продолжение занятий для развития рук, ног, туловища.	

24	Общая физическая и силовая подготовка.	
25	Повторение упражнений на укрепление мышц спины и брюшного пресса.	
26	Силовая подготовка.	
27	ФУТБОЛ. Передача мяча в двух встречных колоннах. У/И.	
28	Передача мяча по кругу при смене У/И.	
29	Парные передачи со сменой места У/И.	
30	Тройная передача со сменой мест. У/И.	
31	Навесная передача в цель. Удары в цель по кругу или квадрату . У/И.	
32	Совершенствование ударов в цель. У/И. передача мяча в колонне . У/И.	
33	Тройная передача на месте.	
34	Тройная передача с переменной мест.	

Учебно-методическое обеспечение образовательной программы.

Формы занятий:

Учебно-тренировочные занятия, игры, беседы, экскурсии, конкурсы, соревнования.

Средства обучения:

Скакалки, маты, гимнастическая стенка, гимнастические скамейки, набивные мячи, футбольные мячи, гантели. Занятия проходят в спортивном зале, на свежем воздухе.