

Муниципальное Бюджетное Общеобразовательное Учреждение Основная  
Общеобразовательная Школа №2

Рассмотрено Руководитель ШМО  _____ Протокол №1 От «25» <u>августа</u> 2023г.	Согласовано Зам. директора по УВР  _____ Ю.С.Гладышева «25» <u>августа</u> 2023г.	Утверждаю Директор  _____ Ю.А Исламгулова Приказ № 1 От «25» <u>августа</u> 2023г
--	--	--

**Рабочая программа**  
**по физкультуре(коррекция) в 6 классах**  
**на 2023-2024 учебный год**  
**Новикова Виктора Сергеевича**

По УМК под редакцией Воронкова В.В.

Нерчинск 2023г.

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**  
**к рабочей программе по физической культуре**  
**для учащихся 6 классов**

Рабочая программа по предмету «физическая культура» на 6 класс составлена на основе:

- Закона «Об образовании РФ» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- ФГОСот 17.12.2010 №1897;
- примерной основной образовательной программы ООО по физике(одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию. Протокол от 8.04.2015 №1/15).

С учётом :

- ООП ООО МБОУ ООШ №2 г. Нерчинска;
- Учебного плана МБОУ ООШ №2 г. Нерчинска;
- Федерального перечня учебников, утверждённых, рекомендованных к использованию приказом МинОбрНауки от 31.03.2014 №253;
- УМК авторской программы Воронкова В.В.(М.: Просвещение, 2012).

Цель школьного образования по физической культуре — формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Образовательный процесс в области физической культуры в основной школе строится так, чтобы были решены следующие задачи:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий

физическими упражнениями;

- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности. Ориентируясь на решение задач образования школьников в области физической культуры, настоящая программа в своем предметном содержании направлена на:
  - реализацию принципа вариативности, который лежит в основе планирования учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион, бассейн), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);
  - реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;
  - соблюдение дидактических правил от известного к неизвестному и от простого к сложному, которые лежат в основе планирования учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
  - расширение межпредметных связей, ориентирующих учителя во время планирования учебного материала на то, чтобы учитывать задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
  - усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

### **Задачи МБОУ ООШ № 2 г. Нерчинска:**

1. Обеспечить права учащихся на качественное образование и развитие творческих способностей.
2. Сохранять и укреплять физическое, психологическое и социальное здоровье учащихся, обеспечить их безопасность.
3. Выявлять и развивать способности учащихся, их профессиональные склонности через систему внеурочной деятельности, элективных курсов, факультативных занятий, кружков, организацию общественно полезной деятельности, с использованием возможностей образовательных учреждений дополнительного образования детей.
4. Обеспечить эффективное сочетание урочных и внеурочных форм организации образовательного процесса, взаимодействие всех его участников.
5. Организовывать интеллектуальные и творческие соревнования, научно-технического творчества, проектной и учебно-исследовательской деятельности.
6. Создавать условия для участия учащихся, их родителей (законных представителей), педагогических работников и общественности в проектировании и развитии внутришкольной социальной среды, школьного уклада.
7. Обеспечить социальное и учебно-исследовательское проектирование,

профессиональную ориентацию учащихся при поддержке педагогов, сотрудничестве с учреждениями профессионального образования.

**Шестиклассники характеризуются резким возрастанием познавательной активности и любознательности**, возникновением познавательных интересов. В этот период подростку становится интересно многое, далеко выходящее за рамки его повседневной жизни. Этот возраст можно обозначить как период «зенита любознательности». анистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества.

В 6 есть обучающиеся с ОВЗ (2 учащихся- 8 вид). Между обучающимися достаточно ровные, в целом бесконфликтные отношения, но есть дети, которые отличаются медленным темпом деятельности. В работе с этими детьми будет применяться индивидуальный подход.

## **Общая характеристика учебного предмета**

### **Содержательные линии (68ч)**

№	Содержательные линии	Кол-во часов	Коррекционно-развивающие задачи	Педагогические средства, технологии решений коррекционных задач	Проблемы, возникающие при изучении темы	Педагогический мониторинг
I.	Легкая атлетика.	34	1. Развитие мелкой мускулатуры. 2. Развитие двигательной памяти. 3. Формирование пространственной ориентировки.	Динамика восприятия на основе упражнений по выработке механизма движений.		Срез физических данных на начало года.
II.	Гимнастика.	14	1. Развитие двигательных возможностей при выполнении упражнений с предметами, на снарядах. 2. Формирование координации движений. 3. Развитие общей моторики.	Личностно-ориентированные технологии. Индивидуальный, дифференцированный подход.		Срез физических данных на конец года.
III.	Спортивные (подвижные) игры.	20	1. Развитие общей организованности, внимания. 2. Формирование чувства внутренней свободы, нормализации работы опорно-двигательного аппарата.	Элементы игровой технологии.		Индивидуальные срезы.
	<b>ИТОГО:</b>	<b>68</b>				

### Содержание учебного предмета

**1. Основы знаний о физической культуре, умения и навыки; приемы закаливания, способы саморегуляции и самоконтроля.**

**1.1. Естественные основы.**

*6 классы.* Влияние возрастных особенностей организма и его двигательной функции на физическое развитие и физическую подготовленность школьников. Защитные свойства организма и профилактика средствами физической культуры.

**1.2. Социально-психологические основы.**

*6 классы.* Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Гигиенические основы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями, обеспечение их общеукрепляющей и оздоровительной направленности, предупреждение травматизма и оказание посильной помощи при травмах и ушибах. Анализ техники физических упражнений, их освоение и выполнение по показу. Ведение тетрадей самостоятельных занятий физическими упражнениями, контроля за функциональным состоянием организма.

### **1.3. Культурно-исторические основы.**

*6 классы.* Основы истории возникновения и развития Олимпийского движения, физической культуры и отечественного спорта.

### **1.4. Приемы закаливания.**

*6 классы.* Воздушные ванны (*теплые, безразличные, прохладные, холодные, очень холодные*). Солнечные ванны (*правила, дозировка*).

### **1.5. Подвижные игры.**

#### ***Волейбол***

*6 класс.* Терминология избранной игры. Правила и организация проведения соревнований по баскетболу. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Помощь в судействе. Организация и проведение подвижных игр и игровых заданий.

#### ***Баскетбол***

*6 класс.* Терминология избранной игры. Правила и организация проведения соревнований по баскетболу. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Помощь в судействе. Организация и проведение подвижных игр и игровых заданий.

### **1.6. Гимнастика с элементами акробатики.**

*6 класс.* Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки, развитие силовых способностей и гибкости. Страховка во время занятий. Основы выполнения гимнастических упражнений.

### **1.7. Легкоатлетические упражнения.**

*6 класс.* Терминология легкой атлетики. Правила и организация проведения соревнований по легкой атлетике. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Помощь в судействе.

### **1.8. Кроссовая подготовка.**

*6 класс.* Правила и организация проведения соревнований по кроссу. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Помощь в судействе.

## **Описание места учебного предмета в учебном плане**

Продолжительность учебного года 34 недели(решение педагогического совета от 30.08.16г. № протокола 1).

**Календарно - тематическое планирование уроков по физкультуре 6 класс 68 часов – 2 часа в неделю**





## I ЧЕТВЕРТЬ (18 часов).

№ урока	Содержательные линии. Темы.	Кол-во часов	Дата	Оборудование, снаряжение.	Обязательный минимум содержания		Коррекционная работа
					знать	уметь	
1.	I. Легкая атлетика. 1. Вводный урок. Основы знаний. Человек занимается физкультурой. Техника безопасности на уроках физкультурой.	1		Иллюстративные плакаты. Наглядные пособия.	-правила гигиены после занятий физическими упражнениями.	-соблюдать правила поведения гигиены после занятий физическими упражнениями.	Коррекция речевого общения на уроках физической культуры.
2.	Бег. 2. Медленный бег в равномерном темпе до 4 мин. Выполнение команд. Игра «Пятнышки мар».	1		Беговая дорожка. Секундомер.	-фазы прыжка в длину с разбега.	-пробегать в медленном темпе; -подсчитывать пульс.	Коррекция двигательных возможностей.
3-4.	3. Техника «высокого», «низкого старта». Бег 60 м. Игра «Перебежки с выручкой».	2		Беговая дорожка. Секундомер.	-понятие «высокий старт»; -понятие «низкий старт».	-бегать на время 60 м; -выполнять команды «высокий старт», «низкий старт». -бегать с соблюдением команд.	Коррекция двигательных функций ног. Коррекция внимания. Коррекция двигательных функций.

5-6.	4. Бег с преодолением малых препятствий в среднем темпе. Игра «Бег за флажками».	2		Беговая дорожка. Секундомер.	-понятие «бег с препятствием».	-бегать с соблюдением команд; -бегать с преодолением малых препятствий.	Коррекция внимания. Коррекция двигательных функций. Коррекция внимания.
7-8.	5. Эстафетный бег (60 м по кругу).	2		Беговая дорожка. Секундомер.	-понятие «эстафетный бег».	-бегать с соблюдением команд.	Коррекция мелкой моторики, реакция движения, внимания.
9-10.	<u>Прыжки.</u> 6. Прыжки через скакалку на месте в различном темпе. Прыжки через скакалку с продвижением «вперед». Игра «Удочка».	2		Гимнастическая скакалка.	-правила выполнения прыжков через скакалку на месте в различном темпе.	-прыгать через скакалку на месте в различном темпе.	Коррекция реакции движения, внимания. Коррекция двигательных функций.
11-12.	7. Прыжки в длину с места, с разбега. Техника подбора толчковой ноги, сгибание ноги, приземление. Игра «Прыжок за	2			-понятие «толчковая нога»; -понятие «прыжки в длину с разбега».	-прыгать в длину не заступая на прыжковую линию.	Коррекция двигательных функций ног. Коррекция внимания.

	прыжком».						
13-14.	8. Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги».	2			-понятие «прыжок, в длину согнув ноги».	-прыгать в длину не заступая на прыжковую линию, -прыгать в длину с разбега способом	Коррекция двигательных функций ног. Коррекция внимания.

15-16.	Метание. 9. Метание мяча (теннисного) в пол на высоту отскока. Метание мяча в вертикальную в цель. Игра «Снайпер».	2		Теннисные мячи.	-правила метания теннисного мяча в пол на высоту отскока в вертикальную цель.	«согнув ноги». -правильно держать мяч при метании; -метать в вертикальную цель.	Коррекция мелкой моторики реакция движения, внимания.
17-18.	10. Метание малого мяча на дальность с 3 шага с разбега (коридор 10м). Игра «Точно в цель».	2		Малые мячи.	-понятие «дальность».	-метать мячи с 3 шагов с разбега; -правильно держать мяч при метании; -метать мячи на дальность.	Коррекция мелкой моторики, реакция движения, внимания.

II Четверть (14 часов).

19-20.	<p>II. <u>Гимнастика.</u></p> <p>11. Лазанье по гимнастической стенке «вверх» и «вниз».</p> <p>Упражнения на гимнастической скамейке под &lt;math&gt;45^\circ&lt;/math&gt;.</p> <p>Игра «Через обруч».</p>	2		<p>Гимнастическая стенка.</p> <p>Гимнастическая скамейка.</p>	<p>-правила передвижения по гимнастической стенке, скамейке;</p> <p>-правила поведения при выполнении стартовых команд;</p> <p>-приемы выполнения команд «Направо!», «Налево!».</p>	<p>-выполнять стартовые команды;</p> <p>-соблюдать интервал;</p>	<p>Коррекция внимания.</p> <p>Коррекция двигательных функций рук и ног.</p>
21-22.	<p>12. Лазанье по гимнастической</p>	2		<p>Гимнастическая стенка.</p>	<p>-правила поведения на гимнастических</p>	<p>-лазать по гимнастической стенке</p>	<p>Коррекция двигательных функций.</p>

	стенке по диагонали. Подлезание под несколько препятствий высотой 40 см.			Стойки с отвесом. Гимнастическая стенка.	снарядах.	по диагонали; -выполнять подлезание под несколько препятствий высотой 40 см; -	Коррекция внимания. Коррекция двигательных функций рук и ног.
23-24.	Игра «Прыжки по полоскам». 13. Комбинация на гимнастической стенке. Наклоны вперед, держась за рейку на высоте груди, пояса. Наклоны «влево», «вправо». Лазание по канату произвольным способом. Игра «Второй лишний».	2		Гимнастическая стенка. Гимнастический канат.	-правила передвижения по гимнастическому канату.	- лазать по гимнастическому канату произвольным способом; -выполнять наклоны вперед, держась за рейку на высоте груди, пояса; -выполнять наклоны «влево», «вправо».	Коррекция внимания. Коррекция двигательных функций. Коррекция внимания.
25-26.	14. Переноска груза и передача предметов. Кувырок «вперед», «назад» из положения упор присев. Игра «Запомни номер».	2		Маты. Набивные мячи. Гимнастические скамейки.	-правила выполнения кувырков; -правила техники безопасности.	-переносить различный груз; -выполнять кувырки «вперед», «назад» из положения упор присев.	Коррекция мелкой моторики, реакция движения, внимания.

27-28.	15 Переноска груза и передача предметов.	2		Разновидные мячи.	-правила переноски различных грузов;	-переносить груз и предметы;	Коррекция и развитие моторики рук, внимания.
--------	--	---	--	-------------------	--------------------------------------	------------------------------	--

29-30.	<p>Эстафета.</p> <p>16. Упражнения на гимнастической скамейке. Акробатические упражнения (кувырки). Игра «Все по местам».</p>	2		<p>Гимнастическая скамейка.</p> <p>Маты.</p>	<p>-правила участия в эстафете, -правила ведения эстафеты. -правила поведения на гимнастических снарядах; -правила техники безопасности выполнения акробатических упражнений. -правила передвижения по гимнастическому канату.</p>	<p>-выбирать наиболее удачный способ переноски груза.</p> <p>-выполнять акробатические упражнения (кувырки);</p> <p>-лазать по гимнастическому канату способом в три приема; -</p>	<p>Коррекция двигательных функций рук и ног.</p> <p>Коррекция мелкой моторики, реакция движения, внимания.</p>
31-32.	<p>17. Лазание по канату способом в три приема д - 3 м, ш - 4 м. Игра «Установи рекорд».</p>	2		<p>Маты.</p>			



### III ЧЕТВЕРТЬ (20 часов).

33-34.	<p>III. <u>Спортивные игры.</u>          18. Пионербол.          Ознакомление с правилами. Беседа.          Расстановка игроков на площадке.          Изучение техники игры в пионербол.          Игра «Мяч - соседу».</p>	2		<p>Волейбольные большие мячи, сетка.</p>	<p>-расстановку игроков на площадке;          -правила перехода играющих.</p>	<p>-подавать боковую подачу.</p>	<p>Коррекция мелкой моторики, реакция движения, внимания.</p>
35-36.	<p>19. Нападающий удар двумя руками сверху в прыжке.          Изучение техники игры в пионербол.          Игра «Не дай мяч водящему».</p>	2		<p>Волейбольные большие мячи, сетка.</p>	<p>-расстановку игроков на площадке;          -правила перехода играющих.</p>	<p>-выполнять нападающий удар двумя руками сверху в прыжке.</p>	<p>Коррекция мелкой моторики, реакция движения, внимания.</p>
37-38.	<p>20. Розыгрыш мяча на три паса. Учебная игра.</p>	2		<p>Волейбольные большие мячи, сетка.</p>	<p>-расстановку игроков на площадке;          -правила перехода играющих,</p>	<p>-разыгрывать мяч на три паса.          -выполнять основную стойку.</p>	<p>Коррекция двигательных функций.          Коррекция внимания.</p>
39-40.	<p>21. <u>Баскетбол.</u>          Правила игры в баскетбол.          Знакомство с правилами поведения на</p>	2		<p>Большие баскетбольные мячи.</p>	<p>-правила игры в баскетбол.</p>		<p>Коррекция двигательных функций рук и ног.</p>

41-42.	занятиях большими баскетбольными мячами. Беседа. Основная стойка. 22. Передвижение с мячом «Вправо», «Влево» с ударами мяча об пол. Игра «Мяч с четырех сторон».	2		Большие баскетбольные мячи.	-правила передвижения с мячом.	-вести мяч с различными заданиями; -ловить и передавать мяч.	Коррекция мелкой моторики, реакция движения, внимания.
43-44.	23. Введение мяча на месте и в движении. Игра «Охотники и утки».	2		Большие баскетбольные мячи.	-правила ведения мяча на месте и в движении.	-вести мяч на месте и в движении.	Коррекция мелкой моторики, реакция движения, внимания.
45-46.	24. Введение мяча и остановка по сигналу учителя. Игра «Не дай мяч водящему».	2		Большие баскетбольные мячи.	-правила введения мяча и остановка по сигналу учителя.	-вести мяч и останавливаться по сигналу учителя.	Коррекция мелкой моторики, реакция движения, внимания.

47-48.	25. Ловля и передача на месте двумя руками, повороты на месте. Игра «Мяч в центре».	2		Большие баскетбольные мячи.	-правила передачи мяча на месте двумя руками; -правила выполнения поворотов на месте.	-ловить и передавать мяч на месте двумя руками; -выполнять повороты на месте.	Коррекция мелкой моторики, реакция движения, внимания.
49-50.	26. Передача мяча снизу двумя руками в парах. Ловля и передача мяча. Игра	2		Большие баскетбольные мячи.	-правила передачи мяча снизу двумя руками в парах.	-ловить и передавать мяч двумя руками в парах.	Коррекция двигательных функций рук. Коррекция внимания.

51-52.	«Залетный мяч». 27. Ведение мяча правой, левой рукой и передача мяча. Эстафета.	2		Большие баскетбольные мячи.	-правила введения мяча правой, левой рукой и передача мяча.	-вести мяч правой, левой рукой и передавать его.	Коррекция координации движений. Коррекция координации движений. Коррекция речевого общения на уроках физической культуры. Коррекция двигательных функций.
--------	---	---	--	-----------------------------	---	--	--

#### IV ЧЕТВЕРТЬ (17 часов)

53.	<u>Легкая атлетика.</u> 28. Беседа на тему: «Легкая атлетика - королева спорта».	1		Иллюстрации видов спорта.	-виды спорта по легкой атлетике.		Коррекция речевого общения на уроках физической культуры.
54-55.	29. Бег с преодолением препятствий. Игра «Захвати знамя».	2		Беговая дорожка.	-правила соблюдения дистанции.	-бегать на скорость с преодолением препятствий.	Коррекция двигательных функций ног. Коррекция внимания.
56-57.	30. Техника «высокого», «низкого старта». Бег 30 м на время.	2		Беговая дорожка.	-правила соблюдения дистанции.	-правильно дышать носом; -бегать на время 30 м.	Коррекция двигательных функций ног. Коррекция внимания.
58- 59.	<u>Прыжки.</u> 31. Прыжки в длину способом «согнув	2		Прыжковая яма.	-правила выполнения прыжков в длину способом «согнув	-прыгать в длину способом «согнув ноги».	Коррекция двигательных функций ног.

НОГИ».

НОГИ».

60-61.	32. Прыжки в высоту способом «перешагивание».	3		Стойки для прыжков, планка, гимнастические маты.	-правила выполнения прыжков в высоту способом «перешагивание».	-прыгать в высоту способом «перешагивания» с шагового разбега.	Коррекция двигательных функций рук и ног.
62-63.	<u>Метание.</u> 33. Метание теннисного мяча в цель на результат.	2		Теннисные мячи. Мишень.	-правила метания теннисного мяча в цель на результат.	-метать теннисный мяч в цель.	Коррекция внимания. Коррекция двигательных функций рук и ног.
64-65.	34. Метание малого мяча на результат в цель.	2		Малые мячи. Мишень.	-правила метания малого мяча в цель на результат.	-метать малый мяч в цель с места из разных исходных позиций и на дальность.	Коррекция внимания. Коррекция двигательных функций рук.
66-67.	35. Эстафетный бег (челночный бег).	2		Эстафетные палочки.	-правила участия в эстафете, -правила ведения эстафеты.	-финишировать в беге на 60 м.	Коррекция внимания. Коррекция двигательных функций. Расслаблять мышцы рук и ног.
68.	36. Медленный бег по пересеченной местности. Подведение итогов за год.	1		Спортивная площадка. Беговая дорожка.	-правила выполнения медленного бега по пересеченной местности.	-бегать по пересеченной местности.	Коррекция внимания. Коррекция двигательных функций. Расслаблять мышцы рук и ног.

