

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> 2023
--	--	--

Рабочая программа
по физкультуре(коррекция) в 8 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 8 классов

Рабочая программа по предмету «физическая культура» на 8 класс составлена на основе:

- Закона «Об образовании РФ» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- ФГОС от 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.

Данная учебная программа будет использована при обучении учащихся 8 класса.

Второй этап подросткового развития (8классы) характеризуется:

— бурным, скачкообразным характером развития, т. е. происходящими за сравнительно короткий срок многочисленными качественными изменениями прежних особенностей, интересов и отношений ребёнка, появлением у подростка значительных субъективных трудностей и переживаний;

— стремлением подростка к общению и совместной деятельности со сверстниками;

— особой чувствительностью к морально-этическому «кодексу товарищества», в котором заданы важнейшие нормы социального поведения взрослого мира.

в 8 классе есть 1 обучающийся с ОВЗ 8 вид . В работе с этими детьми будет применяться индивидуальный подход.

Общая характеристика учебного предмета Содержательные линии (68ч)

№	Содержательные линии	Кол-во часов	Коррекционные- развивающие задачи	Педагогические средства, технологии решений коррекционных задач	Проблемы, возникающие при изучении темы	Педагогический мониторинг
I.	Легкая атлетика.	34	1. Развитие координационных способностей, дифференциации силовых, пространственных и временных параметров движений. 2. Формирование пространственной ориентировки, быстроты реакции.	Динамика восприятия на основе упражнений по выработке механизма движений.		Срез физических данных на начало года. Эстафетный бег. Кроссовый бег.
II.	Гимнастика.	14	1. Развитие двигательных и координационных способностей. 2. Формирование координации движений при выполнении упражнений, лазанием, перелазанием, акробатикой, равновесием. 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.
	ИТОГО:	68				

Содержание учебного предмета

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

1.1. Естественные основы.

8 класс. Опорно-двигательный аппарат и мышечная система, их роль в осуществлении двигательных актов. Значение нервной системы в управлении движениями и регуляции систем дыхания, кровоснабжения. Роль психических процессов в обучении двигательным действиям и движениям.

1.2. Социально-психологические основы.

8 класс. Основы обучения и самообучения двигательным действиям, их роль в развитии внимания, памяти и мышления. Совершенствование и самосовершенствование физических способностей, влияние этих процессов на физическое развитие, повышение учебно-трудовой активности и формирование личностно значимых свойств и качеств. Анализ техники физических упражнений, их освоение и выполнение по объяснению. Ведение тетрадей самостоятельных занятий физическими упражнениями, контроля за функциональным состоянием организма и физической подготовленностью.

1.3. Культурно-исторические основы.

8 класс. Физическая культура и ее значение в формирование здорового образа жизни современного человека.

1.4. Приемы закаливания.

8 класс. Водные процедуры (*обтирание*).

1.5. Подвижные игры.

Волейбол

8 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

8 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.

8 класс. Значение гимнастических упражнений для развития координационных способностей. Страховка и самостраховка во время занятий. Техника безопасности во время занятий.

1.7. Легкоатлетические упражнения.

8 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.

8 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 8 класс 68 часов – 2 часа в неделю.

I ЧЕТВЕРТЬ (16 часов).

№ урока	Содержательные линии. Темы.	Кол-во часов	Дата	Оборудование, снаряжение.	Обязательный минимум содержания		Коррекционная работа
					знать	уметь	
1.	I. <u>Легкая атлетика.</u> 1. Вводная беседа. Правила поведения на уроках физкультуры. Что такое двигательный режим.	1		Иллюстративные плакаты. Наглядные пособия.	-значение ходьбы для укрепления здоровья человека; -основы кроссового бега; -бег по виражу.	-пройти в быстром темпе 20-30 мин.	Коррекция речевого общения на уроках физической культуры.
2-3.	<u>Бег.</u> 2. Бег с «низкого старта». Ускоренный бег на время 60 м, 100 м.	2		Беговая дорожка. Секундомер.	-понятие «низкий старт».	-выполнять стартовый разгон с плавным переходом в бег; -бежать с переменной скоростью 5 мин, равномерно в медленном темпе 8 мин.	Коррекция двигательных возможностей.
4-5.	3. Кроссовый бег 500 - 1000 м.	2		Беговая дорожка. Секундомер.	-понятие «кроссовый бег».	-бегать с соблюдением команд.	Коррекция двигательных функций ног.
6-7.	4. Бег на 80 м с преодолением 3-4 препятствий.	2		Беговая дорожка. Гимнастические скамейки.	-понятие «бег с препятствием».	-бегать с преодолением препятствий; -бегать с собл. коман.	Коррекция внимания. Коррекция двигательных функций. Коррекция внимания.

8-9.	5. Встречные эстафеты.	2		Эстафетные палочки	-понятие «эстафетный бег»; -понятие «встречные эстафеты»; -правила передачи эстафетной палочки во встречной эстафете.	-бегать с соблюдением команд.	Коррекция двигательных функций. Коррекция внимания.
10-11.	6. Запрыгивание на препятствия высотой 60 - 80 см. Прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание», переход через планку. <u>Прыжки.</u>	2		Гимнастические скамейки.	-фазы прыжка в высоту с разбега способом «перешагиванием».	-правильно отталкиваться в прыжках в высоту способом «перешагивания».	Коррекция двигательных функций. Коррекция внимания. Коррекция двигательных функций ног.
12-13.	7. Прыжки со скакалкой, Многоскоки с места и с разбега на результат.	1		Скакалки.	-правила выполнения прыжков со скакалкой.	-выполнять прыжки со скакалкой; -многоскоки с места и с разбега на результат.	Коррекция реакции движения, внимания. Коррекция двигательных функций ног.
14-15.	8. Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги» (зона отталкивания - 40	1		Гимнастические маты.	-фазы прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»; -правила выполнения	Выполнять полет в группировке в прыжках в длину с разбега способом «согнув ноги».	Коррекция реакции движения, внимания. Коррекция двигательных функций ног и рук.

см). Движение рук и ног в полете.				прыжков в длину с разбега способом		
---	--	--	--	---------------------------------------	--	--

16-17.	<u>Метание.</u> 9. Метание малого мяча в цель из положения «лежа».	2		Малые мячи.	«согнув ноги», -понятие «толчковая нога»; -понятие «дальность»; -правила метания малого мяча в цель из положения «лежа».	-правильно держать мяч при метании; -метать малые мячи в цель из положения «лежа»;	Коррекция двигательных функций рук. Коррекция внимания.
18.	10. Метание малого мяча на дальность с разбега по коридору 10 м.	1		Гимнастические малые мячи. Набивные мячи.	-понятие «дальность»; -правила метания малого мяча на дальность с разбега по коридору 10 м.	-выполнять метание малого мяча на дальность с разбега по коридору 10 м; -выполнять толкание набивного мяча.	Коррекция двигательных функций рук. Коррекция мелкой моторики, реакция движения, внимания.

II ЧЕТВЕРТЬ (14 часов)

19 -20.	<u>II. Гимнастика.</u> 11. Лазанье по канату в два приема - мальчики; в три - девочки (на скорость). Упражнения на тренажерах.	2		Гимнастические маты. Тренажеры.	-правила поведения на гимнастических снарядах; -правила лазанья по канату в два	-выполнять стартовые команды; -соблюдать интервал; -выполнять лазанье по канату в два приема - мальчики; в три -	Коррекция внимания. Коррекция двигательных функций рук и ног.
---------	--	---	--	------------------------------------	--	--	--

					приема - мальчики; в три - девочки (на скорость); -	девочки (на скорость); -правильно распределять нагрузку.	
--	--	--	--	--	---	--	--

21-22.	12. Упражнения на гимнастической стенке. Упражнения с гантелями. Упражнения на гимнастической скамейке.	2		Гимнастическая стенка. Гимнастическая скамейка. Гантели: м-2кг, д-1кг. Гимнастические маты.	-размыкание уступами; -перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три.	-выполнять упражнения на гимнастической стенке; -выполнять упражнения на гимнастической скамейке;	Коррекция двигательных функций. Коррекция внимания. Коррекция двигательных функций рук и ног. Развитие силы.
23-24.	13. Упражнения с большими мячами. Упражнения в положении лежа на ковриках.	2		Большие мячи. Коврики.	Правильно выполнять команды «Шире шаг!», «Короче шаг!», «Чаще шаг!», «Реже шаг!».	-самостоятельно выполнять упражнения с различными предметами. -различать и правильно выполнять команды «Шире шаг!», «Короче шаг!», «Чаще шаг!», «Реже шаг!». -выполнять опорный прыжок через «козла».	Коррекция внимания. Коррекция двигательных функций рук и ног.

25-26.	14. Акробатика (кувырки). Перенос груза.	2	Маты. Набивные мячи.	-правила выполнения кувырков; -правила переноски различных грузов.	-выполнять кувырки; -переносить груз и предметы; -выбирать наиболее удачный способ переноски груза.	Коррекция внимания. Коррекция двигательных функций рук и ног.
27-28.	15. Акробатические упр. Из нескольких элементов.	2	Гимнастические маты. Гимнастические	-правила страховки при выполнении другими учениками	Запоминать и выполнять упр. Из 3-4 элементов акробатики.	Коррекция мелкой моторики, реакция движения, внимания.

	Упражнения на больших мячах в положении лежа.			Большие мячи и коврики.	упражнений акробатики, -правила техники безопасности выполнения акробатических упражнений.	Правильно дышать при выполнении упр. На больших мячах.	Коррекция двигательных функций рук и ног.
29-30	16. Акробатика (кувырки «вперед - назад» - для девочек; стойка на руках - для мальчиков). Упражнения на развитие силы.	2		Гимнастические маты. Гантели: м-2кг, д-1кг.	-правила техники безопасности выполнения акробатических упражнений.	-выполнять акробатические упражнения;	Коррекция и развитие моторики рук, внимания. Коррекция двигательных функций рук и ног.
31-32	Упражнения на тренажерах. Акробатика – перекаты, ползание, передвижения в парах. Упражнения в равновесии.	2		Тренажеры. Гимнастические маты. Бревно.	-правила техники безопасности выполнения акробатических упражнений и упражнений на снарядах.	-сохранять равновесие в упражнениях на гимнастическом бревне; -выполнять акробатические упражнения;	Коррекция мелкой моторики, реакции движения, внимания. Коррекция двигательных функций рук и ног.

III ЧЕТВЕРТЬ (18 часов).

33-34.	<u>III. Спортивные игры.</u> <u>Волейбол.</u> 18. Правила и обязанности	2		Волейбольные большие мячи,	-правила и обязанности игроков;	-подавать боковую подачу;	Коррекция мелкой моторики, реакции движения, внимания.
--------	---	---	--	----------------------------	---------------------------------	---------------------------	--

	игроков, техника игры в волейбол.			сетка.	-расстановку игроков на площадке; -правила перехода играющих.		
35-36.	19. Техника безопасности. Верхняя передача мяча двумя руками.	2		Волейбольные большие мячи, сетка.	-правила техники безопасности; -правила поведения игроков во время игры.	-выполнять верхнюю передачу мяча двумя руками.	Коррекция мелкой моторики, реакции движения, внимания.
37-38.	20. Верхняя передача мяча в парах. Игра «Мяч в воздухе».	2		Волейбольные большие мячи, сетка.	-правила выполнения верхней прямой подачи.	-выполнять верхнюю прямую подачу мяча двумя руками в парах.	Коррекция двигательных функций. Коррекция внимания.
39 - 40.	21. Учебная игра в волейбол.	2		Волейбольные большие мячи, сетка.	-правила игры в волейбол.	-играть в волейбол.	Коррекция двигательных функций рук и ног.
41 - 42.	22. Основные правила игры в баскетбол. Штрафные броски. Бег с изменением направления и скорости.	2		Большие баскетбольные мячи.	-правила игры в баскетбол; -правила выполнения штрафных бросков.	-выполнять передачу от груди; -выполнять штрафные броски.	Коррекция мелкой моторики, реакция движения, внимания.
43 - 44.	23. Ведение мяча. Ловля мяча двумя руками в движении. Передача мяча в	2		Большие баскетбольные мячи.	-правила передвижения с мячом; -правила ловли мяча	-вести мяч на месте и в движении. -выполнять передачу от груди;	Коррекция мелкой моторики, реакция движения, внимания. Коррекция координации движений.

	движении.				двумя руками в движении; -правила передачи мяча в движении.	-вести мяч с различными заданиями; -ловить мяч в движении; -передавать мяч в движении.	
45 - 46.	24. Передача мяча в парах, тройках. Ведение мяча с изменением высоты.	2	Большие баскетбольные мячи.	-правила ведения мяча с изменением высоты; -правила передачи мяча в парах, тройках.	-выполнять передачу мяча в парах, тройках.	Коррекция мелкой моторики, реакция движения, внимания.	
47 - 48.	25. Ведение мяча с изменением направления: передача, ловля мяча - остановка - поворот - передача мяча.	2	Большие баскетбольные мячи.	-правила ведения мяча с изменением направления.	-выполнять остановку прыжком и поворотом; -бросать мяч в корзину двумя руками от груди с места.	Коррекция мелкой моторики, реакция движения, внимания.	
49 - 50.	26. Ведение мяча - остановка в два шага - бросок мяча в корзину (двумя руками от груди или одной от плеча).	2	Большие баскетбольные мячи.	-правила бросания мяча по корзине двумя руками от груди или от плеча.	-выполнять передачу от груди; -бросать мяч в корзину двумя руками от груди или от плеча.	Коррекция двигательных функций рук. Коррекция внимания. Коррекция координации движений.	
51 - 52.	27. Двухсторонняя		Большие баскетбольные	-правила введения мяча и остановка	-вести мяч и останавливаться по	Коррекция координации движений.	

игра по упрощенным правилам.		мячи.	по сигналу учителя; -правила бросания мяча в корзину.	сигналу учителя; -бросать мяч в корзину;	Коррекция речевого общения на уроках физической культуры.
------------------------------	--	-------	--	---	---

					-правила передачи мяча снизу двумя руками в парах; -правила введения мяча правой, левой рукой и передача мяча.	-ловить и передавать мяч двумя руками в парах; -вести мяч правой, левой рукой и передавать его.	Коррекция двигательных функций.
--	--	--	--	--	---	--	---------------------------------

IV ЧЕТВЕРТЬ (16 часов)

53 - 54.	<u>IV. Легкая атлетика.</u> <u>Прыжки.</u> 28. Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги» (зона отталкивания - 40 см).	2		Гимнастические маты.	-фазы прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»; -правила выполнения прыжков в длину способом «согнув ноги».	-правильно отталкиваться в прыжке в длину с разбега способом «согнув ноги»; -прыгать в длину с разбега способом «согнув ноги».	Коррекция речевого общения на уроках физической культуры. Коррекция двигательных функций ног. Коррекция внимания.
55 - 56.	29. Прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание».	2		Гимнастические маты.	-фазы прыжка в высоту с разбега способом «перешагивания»; -правила выполнения прыжков в высоту способом «перешагивание».	-правильно отталкиваться в прыжке с разбега в высоту способом «перешагивания»; -прыгать в высоту способом «перешагивания» с шагового разбега.	Коррекция двигательных функций ног. Коррекция внимания.

Беговая дорожка.

57 - 58.	Метание. 30. Метание малого мяча на дальность с разбега по коридору 10 м.	2		Гимнастические малые мячи.	-понятие «дальность»; -правила метания малого мяча на дальность с разбега по коридору 10 м.	-выполнять метание малого мяча на дальность с разбега по коридору 10 м.	Коррекция двигательных функций рук. Коррекция внимания.
59 - 60.	31. Кроссовый бег 500 - 1000 м.	2		Беговая дорожка. Секундомер.	-основы кроссового бега.	-правильно дышать носом; -финишировать на 500 - 1000 м.	Коррекция двигательных функций рук и ног.
61 - 62.	32. Эстафетный бег (встречная эстафета).	2		Беговая дорожка. Секундомер. Эстафетная палочка.	-основы эстафетного бега; -правила участия в эстафете, -правила ведения эстафеты.	-выполнять стартовый разгон; -финишировать во встречной эстафете.	Коррекция внимания. Коррекция двигательных функций рук и ног.
63 - 64.	33. Метание малого мяча на результат (толкание мяча).	2		Малые мячи. Набивные мячи.	-правила метания малого мяча на результат; -правила толкания малого мяча на результат.	-выполнять метание малого мяча на дальность с разбега; -выполнять толкание набивного мяча.	Коррекция внимания. Коррекция двигательных функций ног и рук.
65 - 66.	34. Бег с преодолением препятствий.	2		Спортивная площадка. Беговая дорожка.	-правила соблюдения дистанции; -правила выполнения бега с	-бегать с препятствиями.	Коррекция внимания. Коррекция двигательных функций.

67 - 68	35. Эстафета.	2		Беговая дорожка. Секундомер.	<ul style="list-style-type: none"> - правила участия в эстафете; - правила ведения эстафеты; - правила приема и передачи эстафетной палочки. 	<ul style="list-style-type: none"> - правильно дышать носом; - передавать эстафетную палочку в эстафетах; - финишировать во встречной эстафете. 	<p>Коррекция двигательных функций рук и ног. Коррекция внимания.</p>
---------	------------------	---	--	---------------------------------	---	--	--

