


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Фроловская основная общеобразовательная школа»

«Согласовано»


зам. директора по УВР
/А.В. Лагунова/
27.06.2018

«Утверждаю»


директор школы
/И.Г. Старкова/
Приказ № 125 от 02.07.2018

Рассмотрено
на заседании педсовета
протокол №7 от 27.06. 2018

Тематическое планирование

Предмет _____ *Физическая культура по*
адаптированной программе _____
класс _____ 8 _____
учитель Уточкин В. А. _____

2018-2019

Пояснительная записка

Тематическое планирование по предмету физическая культура в 8 (коррекционном VIII вида) классе на 2018-2019 учебный год составлено в объеме 3 часа в неделю, 102 часа в год в соответствии с учебным планом школы и учебной программой по предмету.

Программа: *В.В. Воронкова* «Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида». Москва, ВЛАДОС – 2012 год.

Настоящее тематическое планирование предмета «Физическая культура» для обучающихся 8 класса специального коррекционного учреждения VIII вида составлено на основе:

1. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 10.04.2002 № 29/2065 – п «Об утверждении учебных планов специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии»;
2. Программ специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5-9 кл. В 2 сб./Под.ред В.В.Воронковой. -М.: Гуманитар.изд.центр ВЛАДОС, 2012.-Сб.1.- 224с;
3. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2012 № 1067 « Об утверждении федеральных перечней учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию на 2013-2014 учебный год» (зарегистрировано в Минюсте России 30.01.2013 № 26755);
4. Учебного плана МКОУ Зырянской специальной (коррекционной) школы–интерната для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей утверждённого Приказом №131 о/д от 23.05.2014 г. директора МКОУ Зырянской специальной (коррекционной) школы–интерната для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей Мирошкиной В.А. и рассмотренного на педагогическом совете. (Протокол №6 от 21.05.2014г);
5. Гигиенических требований к устройству, содержанию, организации режима работы в детских домах и школах-интернатах для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, СП 2.4.990-00.

Основные задачи физического воспитания:

- укрепление здоровья, физического развития и повышение работоспособности учащихся;
- развитие и совершенствование двигательных умений и навыков;
- приобретение знаний в области гигиены, теоретических сведений по физкультуре;
- развитие чувства темпа и ритма, координации движений;
- формирование навыков правильной осанки в статических положениях и в движении;
- усвоение учащимися речевого материала, используемого учителем на уроках по физической культуре.

Процесс овладения знаниями, умениями и навыками неразрывно связан с развитием умственных способностей ребенка. Поэтому задача развития этих возможностей считается одной из важных и носит коррекционную направленность.

Основные требования к знаниям и умениям обучающегося 8 класса:

№	Вид программного материала, направленность.	Учащиеся должны знать	Учащиеся должны уметь
1	Гимнастика. Акробатика.	-что такое фигурная маршировка; - требования к строевом шагу; - как перенести одного ученика двумя различными способами; - фазы опорного прыжка;	-соблюдать интервал и дистанцию при выполнении упражнений в ходьбе; -выполнять движения и воспроизводить их с заданной амплитудой без контроля зрения; -изменять направление движения по команде; - выполнять опорный прыжок способом « согнув ноги» и « ноги врозь» с усложнениями (выше снаряд, дальше мостик от снаряда); -выполнять простейшие комбинации на бревне; - проводить анализ выполненного движения учащихся.
2	Лёгкая атлетика.	-простейшие правила судейства по бег, прыжкам, метанию; - правила передачи эстафетной палочки в эстафетах; - как измерять давление и пульс.	-бежать с переменной скоростью в течение 6 минут, в различном темпе; - выполнять прыжки в длину, высоту; - метать, толкать набивной мяч.
3	Подвижные и спортивные игры.	- каким наказаниям подвергаются игроки при нарушении правил; - правила игры в волейбол; -как правильно выполнять штрафные броски в баскетболе.	-принимать и передавать мяч сверху, снизу в парах после перемещения; - выполнять ловлю и передачу мяча в парах в движении шагом ; - ведение мяча в беге; - выполнять броски в движении и на месте с различных положений и расстояния.
4	Лыжная подготовка.	-как правильно проложить учебную лыжню; -температурные нормы для занятий на лыжах.	-выполнять поворот «упором»; сочетать попеременные ходы с одновременными; -пройти в быстром темпе 200 300 метров; - преодолеть на лыжах до 2, 5 км

Поурочное планирование по физической культуре в 8 классе

№ п/п Тема урока

Лёгкая атлетика (15 часов)

- 1- Ходьба.
- 2- Ходьба на скорость.
- 3-4- Бег 100 м.
- 5-6- Медленный бег.
- 7- Кросс 300 м (д), 500 м (ю).
- 8- Эстафета 4х100м
- 9-10- Прыжок в длину способом «согнув ноги».
- 11- Прыжок в длину с разбега.
- 12-13- Метание малого мяча на дальность.
- 14-15- Контрольные упражнения

Спортивные игры. Баскетбол (15 часов)

- 16- Правила игры в баскетбол.
- 17-18- Стойка и передвижения игрока. Остановка прыжком.
- 19- Ведения мяча с изменением направления и высоты отскока.
- 20-21- Ловля и передача мяча двумя руками от груди.
- 22- Ведения мяча с обводкой препятствий.
- 23-24 Бросок в кольцо двумя руками снизу в движении.
- 25- Подбор мяча от щита.
- 26-27 Учебная игра.
- 28 Передача мяча двумя руками от груди в парах с продвижением вперед.
- 29-30 Бросок мяча в кольцо в движении снизу от груди.

Гимнастика (18 часов)

- 31- Строевые упражнения.
- 32- Упражнения с гимнастическими палками.
- 33-34 Упражнения со скакалкой.
- 35-36- Опорный прыжок «ноги врозь».
- 37-38 Опорный прыжок «согнув ноги».
- 39-40 Подтягивание в висе.
- 41-42 Упражнения в равновесии.
- 43-44 Упражнения на гимнастической стенке.
- 45- Переноска груза.
- 46- Переноска предметов.
- 47- Переноска двумя учениками третьего ученика (1 способ).
- 48- Переноска двумя учениками третьего ученика (2 способ).

Лыжная подготовка (24 часа)

- 49- Санитарно-гигиенические требования к занятиям на лыжах.
- 50-51- Скользящий шаг.
- 52-53- Попеременный двухшажный ход.
- 54-55- Одновременный бесшажный ход.
- 56-57- Одновременный одношажный ход.
- 58-59- Одновременный двухшажный ход.
- 60-61- Сочетание лыжных ходов.
- 62- Повторное прохождение отрезков.
- 63- Передвижение на лыжах 2 км (д), 3 км (ю).
- 64- Эстафета по кругу.
- 65- Эстафета по кругу с преследованием.

- 66- Поворот «упором».
- 67- Игры «Карусель», «Накаты».
- 68- Передвижение на лыжах 2,5 км (д), 3,5 км (ю).
- 69-70- Игры на лыжах «Азбука», «Штурм».
- 71-72- Сочетание попеременных ходов с одновременными ходами.

Спортивные игры. Волейбол (18 часов)

- 73- Стойки и передвижение игрока.
- 74-75- Передача мяча сверху двумя руками в парах.
- 76- Верхняя прямая передача в прыжке.
- 77-78- Прием мяча снизу двумя руками в парах.
- 79-80- Верхняя прямая подача мяча.
- 81- Прием и передача мяча сверху и снизу двумя руками в парах после перемещений.
- 82-83- Прямой нападающий удар через сетку.
- 84- Прыжки вверх с места и шага, прыжки у сетки.
- 85- Многоскоки.
- 86- Упражнения с набивными мячами.
- 87- Наказания при нарушении правил игры (теория).
- 88-90- Учебная игра.

Легкая атлетика (12 часов)

- 91- Ходьба и бег.
- 92- Бег 100 м.
- 93- Медленный бег 12 мин.
- 94- Бег с преодолением препятствий.
- 95- Специальные беговые упражнения.

- 96-98- Прыжок в длину способом «согнув ноги».
- 99-100- Тройной прыжок.
- 101-102- Метание мяча на дальность с 5-6 шагов в коридор 10 м.