

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Стерлибашевская коррекционная школа-интернат для обучающихся
с ограниченными возможностями здоровья



Рассмотрено на заседании
ШМО старшего звена

Согласовано

Утверждаю

Протокол № 5 от
«29» мая 2018 г.
Руководитель [Signature]
/Каримова А.А./

Заместитель директора по
УР
[Signature] /Гайнуллина Д.Р./
«01» 09 2018 г.

Директор
[Signature] /Афанасьев А.А./
«3» 09 2018 г.

**Рабочая программа факультативного курса
по физической культуре
для 8 класса
«Баскетбол»**

Срок реализации программы: 1 год

**Учитель физической культуры
Каримов И.Р.**

2018-2019 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Нормативно-правовая база.

Настоящая рабочая программа факультативного курса по физической культуре для 8 класса «Баскетбол» разработана в соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании» и по учебному плану ГБОУ Стерлибашевская КШИ на 2018-2019 учебный год.

Данная рабочая программа рассчитана на 34 часа (занятия) из расчета 1ч в неделю.

Программа реализуется на занятии, которое проводится один раз в неделю.

Программа факультативного курса по физической культуре «Баскетбол» для 8 класса составлена на основе примерной «Программы для 5-9 классов специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида»: Сборник 2, Москва, Гуманитарный издательский центр «Владос», 2012г.

Целью рабочей программы по спортивно-оздоровительному направлению является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности, что соответствует цели физического воспитания учащихся по базовому компоненту. Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактику плоскостопия; содействие гармоническому физическому развитию, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;
- овладение «школой движений»;
- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей;
- выработку представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

В данной программе использованы следующие методы и формы обучения:

- **Физические упражнения.** Групповые и игровые формы работы, фронтальная форма работы. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основ-

ных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

- Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.
- Физкультурно-оздоровительная деятельность.
- Игровые формы работы. Самостоятельные занятия. Составление режима дня.
- **Групповые и индивидуальные формы работы.** Выполнение простейших комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (физкультминутки).
- **Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.** Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Каждое занятие является звеном системы уроков, связанных в логическую последовательность, построенных друг за другом и направленных на освоение учебного материала конкретной темы. Логически выстроенная система уроков позволяет интегрировать материал с такими предметами, как «Биология», «Литература», «Технология», «Изобразительное искусство», математика.

2.Содержание тематического плана для 8 класса

№	Название раздела, темы	Количество часов
1	Ведение мяча	6
2	Передача мяча	6
3	Броски мяча	16
4	Комбинированные упражнения	6
Итого		34

Программа включает в себя:

-подвижные игры. Подвижные игры в начальной школе являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений.

-лёгкоатлетические упражнения. Бег, прыжки и метания, будучи естественными видами движений, занимают одно из главных мест в физическом воспитании младших школьников, отличаются большой вариативностью выполнения и применения в различных условиях, поэтому они оказывают существенное воздействие на развитие прежде всего координационных способностей.

3. Предполагаемые результаты:

- -укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- -развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
- -приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;

- -воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- -воспитание нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.
- - воспитание ценностных ориентации на физическое и духовное совершенствование личности,
- формирование у учащихся потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств,
- формирование гуманистических отношений, приобретение опыта общения.

4. Критерии оценивания

Факультативные занятия по физической культуре «Баскетбол» не оцениваются.

5. Перечень учебно-методической литературы, материально-техническое обеспечение

- 1.«Программы для 5-9 классов специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида»: Сборник 2, Москва, Гуманитарный издательский центр «Владос», 2012г.
- 2.«Справочник учителя физической культуры», П.А.Киселев, С.Б.Киселева; - Волгоград: «Учитель»,2008.
- 3.«Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья 1-5 классы», Н.И.Дереклеева; Москва: «ВАКО»,2007.
- 4.«Подвижные игры 1-4 классы», А.Ю.Патрикеев; Москва: «ВАКО»,2007.
- 5.«Зимние подвижные игры 1-4 классы», А.Ю.Патрикеев; Москва: «ВАКО»,2009.
- 6.«Дружить со спортом и игрой», Г.П.Попова; Волгоград: «Учитель»,2008.

6. Тематическое планирование для 8 класса

-по программе – 34 часа;

- по плану – 34 часа.

№	Темы занятий	Количество часов	Дата	
			План.	Факт.
6 Ведение мяча				
1	Беседа «меры безопасности», «правило игры». Учебная игра.	1	07.09	
2	Освоение навыков ведения. Ведение мяча со сменой рук . Учебная игра.	2	14.09	
3			21.09	
4	Ведение мяча на месте. Учебная игра.	1	28.09	
5	Ведение мяча с обводкой стоек. Учебная игра.	1	05.10	
6	Ведение мяча с обводкой стоек и соперником. Учебная игра.	1	12.10	
6 Передача мяча				
7	Ловля и передача мяча. Учебная игра.	1	19.10	
8	Передача одной рукой. Учебная игра.	1	26.10	
9	Передача от пола. Учебная игра.	1	09.11	
10	Игры в передачах. Учебная игра.	1	16.11	

11	Игра «семь передач». Учебная игра.	1	23.11	
12	Игра «собачка». Учебная игра.	1	30.11	
16	Броски мяча			
13	Броски с места. Учебная игра.	2	07.12	
14			14.12	
15	Броски в прыжке. Учебная игра.	2	21.12	
16			28.12	
17	Броски после ведения в двух шагах. Учебная игра.	2	18.01	
18			25.01	
19	Игры в бросках. Учебная игра.	1	01.02	
20	Эстафеты с элементами баскетбола.	1	08.02	
21	Тактика игры в защите. Учебная игра.	1	15.02	
22	Упражнения для игры в защите. Учебная игра.	1	22.02	
23	Тактика игры в нападении. Учебная игра.	1	01.03	
24	Упражнения для игры в нападении. Учебная игра.	2	15.03	
25			22.03	
26	Учебная игра.	1	05.04	
27	Зонная защита. Учебная игра.	2	12.04	
28			19.04	
6	Комбинированные упражнения			
29	Ведение, передача, бросок. Учебная игра.	1	26.04	
30	Совершенствование в ведение, передачах, бросках. Учебная игра.	1	03.05	
31	Броски в колонне, в двух колоннах. Учебная игра.	1	10.05	
32	Эстафеты с элементами баскетбола.	1	17.05	
33	Соревнование. Итоговая игра	2	24.05	
34			31.05	
34	Всего	34		

Проинформировано и пронумеровано

« 07 » (сентябрь) 2011 г.

Директор А. А. Афанасьев

