

*государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа «Образовательный центр» с. Богатое
муниципального района Богатовский Самарской области
имени Героя Советского Союза Павлова Валентина Васильевича*

ПРОВЕРЕНО

Зам. директора по УВР

_____ Гурбанова В.А.

(подпись)

29.08.2024

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ГБОУ СОШ «Оц» с. Богатое

_____ Холоденина Ю.А.

(подпись)

Приказ 102/09-уп от 30.08.2024

**АДАптированная рабочая программа
учебного предмета «Физическая культура»**

основное общее образование

(уровень образования)

5 класс

Рассмотрена на заседании ШМО учителей труд (технология), музыки,
изобразительного искусства, физической культуры и ОБЗР

(название методического объединения)

Протокол № 1 от 28.08.2024

Руководитель ШМО _____

(подпись)

Семаева Н.В.

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

В соответствии с ФГОС образования обучающихся с задержкой психического развития учебный предмет «Физическая культура» входит в образовательную область «Физическая культура» и является обязательной частью учебного плана. Рабочая программа по предмету «Физическая культура» в 5 классе в соответствии с учебным планом рассчитана на 68 часов в год, т.е. 2 часа в неделю.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Программа по предмету «Физическая культура» в 5 классе включает в себя следующие разделы:

1. «Знания о физической культуре»;
2. «Способы самостоятельной деятельности»;
3. «Физкультурно-оздоровительная деятельность»;
4. «Спортивно-оздоровительная деятельность»;
5. «Спорт».

Предмет «Физическая культура» направлен на физическое развитие человека.

Из раздела «Знания о физической культуре» ученики получают знания об организации спортивной работы.

В разделе «Способы самостоятельной деятельности» знакомятся с понятием «работоспособность» и изменениями показателей работоспособности в течение дня.

Из раздела «Физкультурно-оздоровительная деятельность» узнают о роли и значении физкультурно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека.

В разделе «Спортивно-оздоровительная деятельность» ученики изучат основы гимнастики, лёгкой атлетики, зимних видах спорта, баскетбола, волейбола, футбола.

Из раздела «Спорт» узнают о видах спорта и оздоровительных системах физической культуры, национальных видов спорта, культурно-этических игр.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Изучение физической культуры в 5 классе направлено на достижение обучающимися личностных и предметных результатов освоения учебного предмета.

Личностные результаты

На уроках физической культуры формируются следующие личностные результаты:

- стремление к физическому совершенствованию;
- готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом;
- готовность ориентироваться на моральные ценности.

Предметные результаты включают освоенные обучающимися знания и умения, специфичные для каждой предметной области, готовность их применения. Предметные результаты связаны с овладением содержания предмета «Физическая культура» и характеризуют достижения обучающихся в усвоении знаний и умений, способности их применять в практической деятельности и должны отражать:

- формирование интереса к изучению предмета «Физическая культура»;
- коммуникативно-речевые умения, необходимые для обеспечения коммуникации в различных ситуациях общения;
- формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки.

В программе 5 класс по предмету «Физическая культура» предусмотрено два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный. Достаточный уровень освоения предметных результатов не является обязательным для всех обучающихся. Минимальный уровень освоения предметных результатов является обязательным для большинства обучающихся с задержкой психического развития. Отсутствие достижения этого уровня не является препятствием к продолжению образования по данному варианту программы.

Минимальный уровень:

- выполнять требования безопасности на уроках физической культуры;
- выполнять комплексы упражнений оздоровительной физической культуры на развитие гибкости, координации;
- выполнять бег с равномерной скоростью;

Достаточный уровень:

- выполнять требования безопасности на уроках физической культуры, на самостоятельных занятиях физическими упражнениями в условиях активного отдыха и досуга;
- выполнять комплексы упражнений оздоровительной физической культуры на развитие гибкости, координации и формирование телосложения;
- передвигаться по гимнастической стенке приставным шагом, лазать разноимённым способом вверх и по диагонали;
- выполнять бег с равномерной скоростью с высокого старта по учебной дистанции;
- демонстрировать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»;
- выполнять задания без текущего контроля учителя (при наличии предваряющего и итогового контроля), осмысливать оценку своей работы и работы одноклассников, проявление к ней ценностного отношения, понимание замечаний, адекватное восприятие похвалы.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1.	Знания о физической культуре	3
2.	Способы самостоятельной деятельности	2
3.	Физкультурно-оздоровительная деятельность	6
4.	Спортивно-оздоровительная деятельность	48
5.	Спорт	9
Итого		68