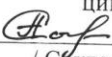
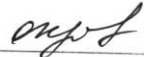


Муниципальное образование «Закаменский район»
Муниципальное казенное учреждение
«Закаменское районное управление образования»
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Ехэ - Цакирская средняя общеобразовательная школа»

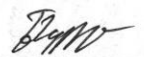
«Рассмотрено»
на заседании МО учителей
естественно – математического
цикла


/Сыктоев Д.Ц./
Протокол № 1
от «29» августа 2017 г.

«Согласовано»
Зам. директора по УВР


/Цырендоржиева О.М./
от «30» августа 2017 г.

«Утверждено»
Директор школы


/Тубшинова Б.Ц./
Приказ № 57
от «31» августа 2017 г.

Индивидуальная рабочая программа обучения на дому
Дансарунова Алдара
по физической культуре

Автор учебника: В.И. Лях
Класс: 6
Количество часов: 18
Учитель: Будаев Г.В.

Ехэ-Цакир
2017

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа индивидуального обучения на дому по предмету «**Физическая культура**» 6 класс разработана на основе нормативных документов:

- Закона «Об образовании в Российской Федерации» ст.2, п.9;
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 года № 1897, на основании приказа №1577 от 31.12.2015 г. «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897
- Основной образовательной программы основного общего образования МАОУ «Ехэ - Цакирская СОШ»;

Для разработки индивидуального обучения на дому мною разработана примерная программа для основного общего образования по физической культуре на основе рабочей программы по физической культуре для общеобразовательных учреждений, Примерные программы по учебным предметам Физическая культура 5-9 классы «Стандарты второго поколения», - М.: Просвещение, 2012.

Адресность программы: Индивидуальная образовательная программа создана для обучающегося 6 класса Дансарунова Алдара Жаргаловича, 06.05.2005 г.р., проживающего по адресу: улус Ехэ-Цакир, улица Лесная, дом 3. Основание: ИПРА №133 от 03.05.2012 (диагноз ДЦП).

Учебный план МАОУ «Ехэ-Цакирской СОШ» предусматривает обязательное изучение физической культуры на этапе основного образования в 6 классе. Материал скорректирован в соответствии с количеством отведенных часов (0,5 часа в неделю/17,5 часа в год).

Срок реализации 2017-2018 учебный год.

Целью образования в области физической культуры является формирование у школьника устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Настоящая программа составлена для обучающегося 6 класса индивидуально на дому, поэтому несколько отличается от основной программы и рассчитана всего на 0,5 часа в неделю, 17,5 часов - в год

В рамках реализации этой цели настоящая программа ориентируется на решение следующих **задач**:

- укрепление здоровья,
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- воспитание положительных качеств личности (силы воли, характера), соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;
- изучение правил безопасности занятий по физической культуре.

Планируемые предметные результаты

Результаты освоения программного материала оцениваются как личностные, метапредметные и предметные.

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры, соревновательно-игровые задания и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Содержание программного материала

1. История физической культуры (2 часов)

- Возрождение Олимпийских игр. Роль Пьера де Кубертена в становлении и развитии Олимпийских игр современности.
- Правила безопасного поведения на уроках физической культуры;

2. Базовые понятия (8 часов)

- История легкой атлетики. Выдающиеся отечественные спортсмены - олимпийские чемпионы. Значение легкоатлетических упражнений для укрепления здоровья и основных систем организма.

- История и значение кроссовой подготовки для человека

- Футбол. История футбола. Выдающиеся отечественные спортсмены чемпионы. Основные приемы игры в футбол. Подвижные игры для освоения передвижений и остановок.

- Баскетбол. История развития баскетбола. Баскетбол - вид спорта, включённый в программу летних Олимпийских игр. Выдающиеся отечественные спортсмены - олимпийские чемпионы.

Влияние баскетбола на развитие и укрепление опорно-двигательного аппарата. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек. Техника бросков мяча. Терминология баскетбола. Жесты судей.

- Волейбол. История развития волейбола. Волейбол - вид спорта, включённый в программу летних Олимпийских игр. Выдающиеся отечественные спортсмены - олимпийские чемпионы. Влияние волейбола на развитие координационных способностей (ориентирование в пространстве, быстрота реакции и т.д.). Основные правила и приемы игры в волейбол. Терминология волейбола. Жесты судей.

- Лыжная подготовка. История развития лыжного спорта. Лыжный спорт, в программе зимних Олимпийских игр. Выдающиеся отечественные спортсмены - олимпийские чемпионы. Передвижение на лыжах. Подъёмы, спуски, повороты, торможения.

- Коньковая подготовка. История развития конькового спорта. Коньковый спорт, в программе зимних Олимпийских игр. Выдающиеся отечественные спортсмены - олимпийские чемпионы. Передвижение на коньках.

- Гимнастика. История гимнастики. Краткая характеристика вида спорта. Выдающиеся отечественные спортсмены - олимпийские чемпионы. Упражнения общеразвивающей направленности (без предметов и с предметами)

Комплекс утренней гигиенической гимнастики.

3. Физическая культура человека (7 часа)

- Физическая культура человека.
- Физическая нагрузка человека. Основные режимы нагрузки.
- Росто-весовые показатели человека.
- Правильная осанка. Формирование правильной осанки.
- Режим дня и его основное содержание.
- Личная гигиена.
- Дыхательная гимнастика. Гимнастика для глаз.

Тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1.	История физической культуры. Правила безопасного поведения на уроках физической культуры.	1
2.	Возрождение Олимпийских игр. Роль Пьера де Кубертена в становлении и развитии Олимпийских игр современности.	1
3.	Физическая культура человека.	1
4.	Физическая нагрузка человека. Основные режимы нагрузки.	1
5.	Росто-весовые показатели человека.	1
6.	Правильная осанка. Формирование правильной осанки.	1
7.	Режим дня и его основное содержание.	1
8.	Личная гигиена.	1
9.	Дыхательная гимнастика. Гимнастика для глаз.	1
10.	Лыжная подготовка. История развития лыжного спорта.	1
11.	Коньковая подготовка. История развития конькового спорта.	1
12.	Баскетбол. История развития баскетбола.	1
13.	Волейбол. История развития волейбола.	1
14.	История легкой атлетики.	1
15.	История и значение кроссовой подготовки.	1
16.	Футбол. История футбола.	1
17.	Гимнастика. История гимнастики.	1
18.	Повторение изученного материала	1