

ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДОНЕЦКАЯ СПЕЦИАЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 28»

РАССМОТРЕНО  
на заседании МО учителей  
начальных классов  
Протокол № \_\_\_\_\_  
от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2024 г.  
Руководитель МО учителей  
начальных классов  
\_\_\_\_\_ Ю.Н.Юрьева

СОГЛАСОВАНО  
зам. директора по УР  
\_\_\_\_\_ А.Ю.Хелемендык  
«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГКОУ «Донецкая  
СШИ № 28»  
\_\_\_\_\_ С.В.Дермен  
«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2024г

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по учебному предмету**  
**«Адаптивная физическая культура»**  
**3 класс (2 вариант)**

Рабочую программу составил(а):  
учитель начальных классов  
\_\_\_\_\_ О.В.Баштанникова

## **Общие положения**

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1599;
- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программой обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 года № 1026;
- Приказом Министерства просвещения РФ от 17.07.2024 г. № 495 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных адаптированных образовательных программ» (зарег. в Минюсте России 15.08.2024 г. № 79163);
- Адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (вариант II) Государственного казённого общеобразовательного учреждения «Донецкая специальная школа-интернат № 28», утверждённой приказом № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Календарным годовым графиком работы образовательного учреждения на 2024-2025 учебный год.

## **Пояснительная записка**

Одним из важнейших направлений работы с ребенком, имеющим умственную отсталость, ТМНР, является физическое развитие, которое происходит на занятиях по адаптивной физической культуре.

**Целью занятий** по адаптивной физической культуре является повышение двигательной активности детей и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни.

**Основные задачи:** формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков; формирование туристических навыков, умения кататься на велосипеде, ходить на лыжах, плавать, играть в

спортивные игры; укрепление и сохранение здоровья детей, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний.

### **Общая характеристика учебного предмета**

Программа по адаптивной физической культуре включает 6 разделов: «Плавание», «Коррекционные подвижные игры», «Велосипедная подготовка», «Лыжная подготовка», «Физическая подготовка», «Туризм».

Содержание раздела «Плавание» включает задачи на формирование умений двигаться в воде и навыка плавания. Раздел «Коррекционные подвижные игры» включает элементы спортивных игр и спортивных упражнений, подвижные игры. Основными задачами являются формирование умения взаимодействовать в процессе игры, соблюдать правила игры. На занятиях по велосипедной подготовке обучающиеся осваивают езду на трехколесном и двухколесном велосипеде. Раздел «Лыжная подготовка» предусматривает формирование навыка ходьбы на лыжах и дальнейшее его совершенствование. Раздел «Физическая подготовка» включает построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения. Программный материал раздела «Туризм» предусматривает овладение различными туристическими навыками.

### **Описание места учебного предмета в учебном плане**

Учебный план по предмету «Адаптивная физическая культура» входит в обязательную часть учебного плана организации, в одну из шести образовательных областей - «Физическая культура».

Рабочая программа составлена в соответствии с количеством часов, указанных в учебном плане. Уроки по данной рабочей программе проводятся: 3 часа в неделю – 102 часа.

<i><b>Класс</b></i>	<i><b>Предмет</b></i>	<i><b>Кол-во часов в год</b></i>	<i><b>Кол-во часов в неделю</b></i>
<b>3</b>	Адаптивная физическая культура	98	3

### **Содержание предмета**

#### ***Плавание***

Соблюдение правил поведения и безопасности в бассейне: во время движения по бортику нельзя толкаться, нельзя сталкивать друг друга с бортика бассейна в воду, нельзя топить друг друга, находясь в воде, нельзя заплывать за границы обозначенной для плавания территории, нельзя спрыгивать с бортика бассейна.

### ***Коррекционные подвижные игры***

*Элементы спортивных игр и спортивных упражнений.* Баскетбол. Узнавание баскетбольного мяча. Передача баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Отбивание баскетбольного мяча от пола одной рукой. Ведение баскетбольного мяча по прямой (с обходом препятствия). Броски мяча в кольцо двумя руками. Волейбол. Узнавание волейбольного мяча. Поддача волейбольного мяча сверху (снизу). Прием волейбольного мяча сверху (снизу). Игра в паре без сетки (через сетку). Футбол. Узнавание футбольного мяча. Выполнение удара в ворота с места (пустые ворота, с вратарем), с 2-х шагов (пустые ворота, с вратарем), с разбега (пустые ворота, с вратарем). Прием мяча, стоя в воротах: ловля мяча руками, отбивание мяча ногой (руками). Ведение мяча. Выполнение передачи мяча партнеру. Остановка катящегося мяча ногой. Бадминтон. Узнавание (различение) инвентаря для бадминтона. Удар по волану: нижняя (верхняя) подача. Отбивание волана снизу (сверху). Игра в паре. *Подвижные игры.* Соблюдение правил игры «Стоп, хоп, раз». Соблюдение правил игры «Болото». Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете «Полоса препятствий»: бег по скамейке, прыжки через кирпичики, пролазание по туннелю, бег, передача эстафеты. Соблюдение правил игры «Пятнашки». Соблюдение правил игры «Рыбаки и рыбки». Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете «Собери пирамидку»: бег к пирамидке, надевание кольца, бег в обратную сторону, передача эстафеты. Соблюдение правил игры «Бросай-ка». Соблюдение правил игры «Быстрые санки». Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете «Строим дом».

### ***Велосипедная подготовка***

Узнавание (различение) составных частей трехколесного велосипеда: руль, колесо, педали, седло, рама, цепь. Уход за велосипедом (содержание в чистоте, сообщение о неисправности велосипеда, накачивание колеса).

### ***Лыжная подготовка***

Узнавание (различение) лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки). Транспортировка лыжного инвентаря.

### ***Туризм***

Узнавание (различение) предметов туристического инвентаря (рюкзак, спальник, туристический коврик, палатка, котелок, тренога).

### ***Физическая подготовка***

*Построения и перестроения.* Принятие исходного положения для построения и перестроения: основная стойка, стойка «ноги на ширине плеч» («ноги на ширине ступни»). Построение в колонну по одному, в одну шеренгу, перестроение из шеренги в круг. Размыкание на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед. Повороты на месте в разные стороны. Ходьба в колонне по одному, по двое. Бег в колонне.

*Общеразвивающие и корригирующие упражнения.* Дыхательные упражнения: произвольный вдох (выдох) через рот (нос), произвольный вдох

через нос (рот), выдох через рот (нос). Одновременное (поочередное) сгибание (разгибание) пальцев. Противопоставление первого пальца остальным на одной руке (одновременно двумя руками), пальцы одной руки пальцам другой руки поочередно (одновременно). Сгибание пальцев в кулак на одной руке с одновременным разгибанием на другой руке. Круговые движения кистью. Одновременные(поочередные) движения руками в исходных положениях «стоя», «сидя», «лежа» (на боку, на спине, на животе): вперед, назад, в стороны, вверх, вниз, круговые движения. Круговые движения руками в исходном положении «руки к плечам». Движения плечами вперед (назад, вверх, вниз). Движения головой: наклоны вперед (назад, в стороны), повороты, круговые движения. Поднимание головы в положении «лежа на животе». Наклоны туловища вперед (в стороны, назад). Повороты туловища вправо (влево). Круговые движения прямыми руками вперед (назад). Наклоны туловища в сочетании с поворотами. Стояние на коленях.

Ходьба с высоким подниманием колен. Приседание. Ползание на четвереньках. Поочередные (одновременные) движения ногами: поднимание (отведение) прямых (согнутых) ног, круговые движения. Ходьба по доске, лежащей на полу. Ходьба по гимнастической скамейке: широкой (узкой) поверхности гимнастической скамейки, ровной (наклонной) поверхности гимнастической скамейки, движущейся поверхности, с предметами (препятствиями).

Прыжки на двух ногах (с одной ноги на другую). Стойка у вертикальной плоскости в правильной осанке. Движение руками и ногами, стоя у вертикальной плоскости: отведение рук в стороны, поднимание вверх и возвращение в исходное положение, поочередное поднимание ног вперед, отведение в стороны. Отход от стены с сохранением правильной осанки.

*Ходьба и бег.* Ходьба с удержанием рук за спиной (на поясе, на голове, в стороны). Движения руками при ходьбе: взмахи, вращения, отведение рук назад, в стороны, подъем вверх. Ходьба ровным шагом, на носках, пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, приседе. Ходьба в умеренном (медленном, быстром) темпе. Ходьба с изменением темпа, направления движения. Бег в умеренном (медленном, быстром) темпе. Бег с изменением темпа и направления движения. Преодоление препятствий при ходьбе (беге). Бег с высоким подниманием бедра (захлестыванием голени, приставным шагом).

*Прыжки.* Прыжки на двух ногах на месте (с поворотами, с движениями рук), с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед (назад, вправо, влево)). Перепрыгивание с одной ноги на другую на месте, с продвижением вперед. Прыжки в длину с места, с разбега. Прыжки в высоту, глубину.

*Ползание, подлезание, лазание, перелезание.* Ползание на животе, на четвереньках. Подлезание под препятствия на животе, на четвереньках. Лазание по гимнастической стенке вверх (вниз, в стороны), по наклонной гимнастической скамейке вверх (вниз), через препятствия, по гимнастической сетке вправо (влево), по канату. Вис на канате, рейке. Перелезание через

препятствия.

*Броски, ловля, метание, передача предметов и перенос груза.* Передача предметов в шеренге (по кругу, в колонне). Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку). Ловля среднего (маленького) мяча одной (двумя) руками. Бросание мяча на дальность. Сбивание предметов большим (малым) мячом. Броски (ловля) мяча в ходьбе (беге). Метание в цель (на дальность). Перенос груза.

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета**

- 1) *Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений.*
  - Освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять.
  - Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.
  - Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.
  - Умение радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал и др.
- 2) *Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью.*
  - Умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения, др.
- 3) *Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: спортивные игры.*
  - Интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: спортивные и подвижные игры, физическая подготовка.
  - Умение играть в подвижные игры.

#### **Учебно-тематический план**

<b>№ п/п</b>	<b>Учебная тема</b>	<b>Кол-во часов по плану</b>	<b>Кол-во часов по факту</b>
1	Плавание	2	
2	Коррекционные подвижные игры	41	
3	Велосипедная подготовка	2	
4	Лыжная подготовка	2	
5	Физическая подготовка	47	
6	Туризм	4	
<b>Итого</b>		<b>98</b>	

№ урока	№ Темы (подте- мы)	Содержание учебного материала	Кол-во часов		Дата		Примечание
			План	Факт	План	Факт	
		<b>1 четверть</b> <b>I Физическая подготовка ( 23 ч. )</b>					
1	1	Ходьба в умеренном темпе. Бег в умеренном темпе. Дыхательные упражнения. Сгибание (разгибание) пальцев. Игра «Болото»	1		02.09.2024		
2	2	Ходьба с изменением темпа. Бег с изменением темпа. Дыхательные упражнения. Сгибание пальцев в кулак на одной руке с одновременным разгибанием на другой руке. Игра «Болото»	1		04.09.2024		
3	3	Ходьба с различным положением рук. Бег с изменением темпа. Принятие исходного положения для построения и перестроения. Игра «Стоп, хоп, раз»	1		06.09.2024		
4	4	Ходьба с различным положением рук. Бег с изменением темпа. Построение в колонну по одному, в одну шеренгу. Игра «Стоп, хоп, раз»	1		09.09.2024		
5	5	Ходьба с высоким подниманием колен. Бег по сигналу. Перестроение из шеренги в круг. Игра «Пятнашки»	1		11.09.2024		

6	6	Ходьба с высоким подниманием колен. Бег по сигналу. Размыкание на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед. Игра «Пятнашки»	1		13.09.2024		
7	7	Ходьба с различным положением рук. Бег с изменением темпа. Повороты на месте в разные стороны. Игра «Пятнашки»	1		16.09.2024		
8	8	Ходьба с различным положением рук. Бег с изменением темпа. Повороты на месте в разные стороны. Игра «Бросай-ка»	1		18.09.2024		
9	9	Ходьба с различным положением рук. Бег с изменением темпа. Повороты на месте в разные стороны. Игра «Бросай-ка»	1		20.09.2024		
10	10	Ходьба по гимнастической скамейке. Бег по сигналу. Круговые движения кистью. Игра «Бросай-ка»	1		23.09.2024		
11	11	Ходьба по гимнастической скамейке. Бег по сигналу. Круговые движения кистью. Игра «Рыбаки и рыбки»	1		25.09.2024		
12	12	Преодоление препятствий при ходьбе. Бег по сигналу. Движения плечами вперед (назад, вверх, вниз). Игра «Рыбаки и рыбки»	1		27.09.2024		



13	13	Ходьба с различным положением рук. Бег с изменением темпа. Движения головой: наклоны, повороты, круговые движения. Игра «Рыбаки и рыбки»	1		02.10.2024		
14	14	Ходьба с различным положением рук. Бег с изменением темпа. Движения головой: наклоны, повороты, круговые движения. Игра-эстафета «Собери пирамидку»	1		04.10.2024		
15	15	Ходьба с высоким подниманием колен. Бег по сигналу. Круговые движения руками в исходном положении «руки к плечам». Игра-эстафета «Собери пирамидку»	1		07.10.2024		
16	16	Ходьба с различным положением рук. Бег с изменением темпа. Наклоны (повороты) туловища. Игра-эстафета «Собери пирамидку»	1		09.10.2024		
17	17	Ходьба с различным положением рук. Бег с изменением темпа. Наклоны (повороты) туловища. Игра-эстафета «Строим дом»	1		11.10.2024		
18	18	Ходьба по гимнастической скамейке. Бег по сигналу. Круговые движения прямыми руками. Игра-эстафета «Строим дом»	1		14.10.2024		

19	19	Ходьба с различным положением рук. Бег с изменением темпа. Хлопки в ладони под поднятой прямой ногой. Игра-эстафета «Строим дом»	1		16.10.2024		
20	20	Ходьба с различным положением рук. Бег с изменением темпа. Хлопки в ладони под поднятой прямой ногой. Игра-эстафета «Полоса препятствий»	1		18.10.2024		
21	21	Ходьба с различным положением рук. Бег с изменением темпа. Движения стопами. Игра-эстафета «Полоса препятствий»	1		21.10.2024		
22	22	Ходьба с высоким подниманием колен. Бег по сигналу. Приседание. Игра-эстафета «Полоса препятствий»	1		23.10.2024		
23	23	Ходьба с высоким подниманием колен. Бег по сигналу. Приседание. Игра «Стоп, хоп, раз»	1		25.10.2024		
<b>II четверть</b>							
<b>II Физическая подготовка ( 24 ч.)</b>							
24	1	Преодоление препятствий при ходьбе. Бег по сигналу. Прыжки на одной ноге на месте. Игра «Стоп, хоп, раз»	1		06.11.2024		

25	2	Преодоление препятствий при ходьбе. Бег по сигналу. Прыжки на одной ноге на месте. Игра «Стоп, хоп, раз»	1		08.11.2024		
26	3	Ходьба с различным положением рук. Бег с изменением темпа. Прыжки с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Игра «Болото»	1		11.11.2024		
27	4	Ходьба с различным положением рук. Бег с изменением темпа. Прыжки с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Игра «Болото»	1		13.11.2024		
28	5	Ходьба с высоким подниманием колен. Бег по сигналу. Ползание на животе, на четвереньках. Игра «Болото»	1		15.11.2024		
29	6	Ходьба с различным положением рук. Бег с изменением темпа. Подлезание под препятствия на животе, на четвереньках. Игра «Пятнашки»	1		18.11.2024		
30	7	Ходьба с различным положением рук. Бег с изменением темпа. Подлезание под препятствия на животе, на четвереньках. Игра «Пятнашки»	1		20.11.2024		
31	8	Ходьба с различным положением рук. Бег с изменением темпа. Лазание по гимнастической стенке вверх (вниз). Игра «Пятнашки»	1		22.11.2024		

32	9	Ходьба с различным положением рук. Бег с изменением темпа. Передача предметов в шеренге (по кругу, в колонне). Игра «Бросай-ка»	1		25.11.2024		
33	10	Ходьба с различным положением рук. Бег с изменением темпа. Передача предметов в шеренге (по кругу, в колонне). Игра «Бросай-ка»	1		27.11.2024		
34	11	Ходьба с различным положением рук. Бег с изменением темпа. Броски среднего мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку). Игра «Бросай-ка»	1		29.11.2024		
35	12	Ходьба с различным положением рук. Бег с изменением темпа. Броски маленького мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку). Игра «Рыбаки и рыбки»	1		02.12.2024		
36	13	Ходьба с различным положением рук. Бег с изменением темпа. Броски маленького мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку). Игра «Рыбаки и рыбки»	1		04.12.2024		
37	14	Ходьба с различным положением рук. Бег с изменением темпа. Ловля маленького мяча одной (двумя) руками. Игра «Рыбаки и рыбки»	1		06.12.2024		

38	15	Ходьба с различным положением рук. Бег с изменением темпа. Ловля среднего мяча одной (двумя) руками. Игра-эстафета «Собери пирамидку»	1		09.12.2024		
39	16	Ходьба с различным положением рук. Бег с изменением темпа. Ловля среднего мяча одной (двумя) руками. Игра-эстафета «Собери пирамидку»	1		11.12.2024		
40	17	Ходьба с различным положением рук. Бег с изменением темпа. Бросание мяча на дальность. Игра-эстафета «Собери пирамидку»	1		13.12.2024		
41	18	Преодоление препятствий при ходьбе. Бег по сигналу. Сбивание предметов большим мячом. Игра-эстафета «Строим дом»	1		16.12.2024		
42	19	Преодоление препятствий при ходьбе. Бег по сигналу. Сбивание предметов большим мячом. Игра-эстафета «Строим дом»	1		18.12.2024		
43	20	Преодоление препятствий при ходьбе. Бег по сигналу. Сбивание предметов малым мячом. Игра-эстафета «Строим дом»	1		20.12.2024		
44	21	Ходьба с высоким подниманием колен. Бег по сигналу. Приседание. Игра-эстафета «Полоса препятствий»	1		23.12.2024		

45	22	Ходьба с высоким подниманием колен. Бег по сигналу. Приседание. Игра-эстафета «Полоса препятствий»	1	25.12.2024		
46	23	Повторение строевых команд. Закрепление изученных игр и упражнений	1	27.12.2024		
47	24	Повторение строевых команд. Закрепление изученных игр и упражнений	1	28.12.2024		
<b>III четверть</b>						
<b>III Велосипедная подготовка ( 2 ч. )</b>						
48	1	Узнавание составных частей трехколесного велосипеда. Уход за велосипедом.	1	08.01.2025		
49	2	Узнавание составных частей трехколесного велосипеда. Уход за велосипедом.	1	10.01.2025		
<b>IV Лыжная подготовка ( 2 ч )</b>						
50	1	Узнавание лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки). Транспортировка лыжного инвентаря.	1	13.01.2025		
51	2	Узнавание лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки). Транспортировка лыжного инвентаря.	1	15.01.2025		
<b>V Плавание ( 2 ч. )</b>						

52	1	Соблюдение правил поведения и безопасности в бассейне.	1	17.01.2025		
53	2	Соблюдение правил поведения и безопасности в бассейне.	1	20.01.2025		
54	1	<b>VI Туризм ( 4 ч. )</b> Узнавание (различение) предметов туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога).	1	22.01.2025		
55	2	Узнавание (различение) предметов туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога).	1	24.01.2025		
56	3	Соблюдение правил поведения в походе.	1	27.01.2025		
57	4	Соблюдение правил поведения в походе.	1	29.01.2025		
58	1	<b>VII Коррекционные подвижные игры.</b> <b>Баскетбол. ( 20 ч. )</b> Узнавание баскетбольного мяча. Передача баскетбольного мяча без отскока от пола.	1	31.01.2025		
59	2	Узнавание баскетбольного мяча. Передача баскетбольного мяча без отскока от пола.	1	03.02.2025		

60	3	Узнавание баскетбольного мяча. Передача баскетбольного мяча без отскока от пола.	1		05.02.2025		
61	4	Передача баскетбольного мяча с отскоком от пола.	1		07.02.2025		
62	5	Передача баскетбольного мяча с отскоком от пола.	1		10.02.2025		
63	6	Передача баскетбольного мяча с отскоком от пола.	1		12.02.2025		
64	7	Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола	1		14.02.2025		
65	8	Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола	1		17.02.2025		
66	9	Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола	1		19.02.2025		
67	10	Ловля баскетбольного мяча с отскоком от пола.	1		21.02.2025		
68	11	Ловля баскетбольного мяча с отскоком от пола.	1		26.02.2025		
69	12	Ловля баскетбольного мяча с отскоком от пола.	1		28.02.2025		
70	13	Отбивание баскетбольного мяча от пола одной рукой.	1		03.03.2025		
71	14	Отбивание баскетбольного мяча от пола одной рукой.	1		05.03.2025		



72	15	Отбивание баскетбольного мяча от пола одной рукой.	1		07.03.2025		
73	16	Ведение баскетбольного мяча по прямой.	1		12.03.2025		
74	17	Ведение баскетбольного мяча по прямой.	1		14.03.2025		
75	18	Ведение баскетбольного мяча по прямой.	1		17.03.2025		
76	19	Броски мяча в кольцо двумя руками	1		19.03.2025		
77	20	Броски мяча в кольцо двумя руками	1		21.03.2025		
<b>IV четверть</b>							
<b>VIII Коррекционные подвижные игры.</b>							
<b>Волейбол. ( 6 ч. )</b>							
78	1	Узнавание волейбольного мяча. Подача волейбольного мяча.	1		31.03.2025		
79	2	Узнавание волейбольного мяча. Подача волейбольного мяча.	1		02.04.2025		
80	3	Узнавание волейбольного мяча. Подача волейбольного мяча.	1		04.04.2025		
81	4	Приём волейбольного мяча.	1		07.04.2025		

82	5	Приём волейбольного мяча.	1	09.04.2025		
83	6	Приём волейбольного мяча.	1	11.04.2025		
<b>IX Коррекционные подвижные игры. Футбол ( 7 ч. )</b>						
84	1	Узнавание футбольного мяча. Выполнение удара в ворота с места	1	14.04.2025		
85	2	Узнавание футбольного мяча. Выполнение удара в ворота с места	1	16.04.2025		
86	3	Узнавание футбольного мяча. Выполнение удара в ворота с места	1	18.04.2025		
87	4	Ведение мяча.	1	23.04.2025		
88	5	Ведение мяча.	1	25.04.2025		
89	6	Выполнение передачи мяча партнёру.	1	28.04.2025		
90	7	Выполнение передачи мяча партнёру.	1	30.04.2025		
<b>X Коррекционные подвижные игры. Бадминтон. ( 8 ч. )</b>						

91	1	Узнавание(различия) инвентаря для бадминтона. Удар по волану	1		05.05.2025		
92	2	Узнавание(различия) инвентаря для бадминтона. Удар по волану	1		07.05.2025		
93	3	Отбивание волана.	1		14.05.2025		
94	4	Отбивание волана.	1		16.05.2025		
95	5	Отбивание волана.	1		19.05.2025		
96	6	Повторение строевых команд. Закрепление изученных игр и упражнений	1		21.05.2025		
97	7	Повторение строевых команд. Закрепление изученных игр и упражнений	1		23.05.2025		
98	8	Повторение строевых команд. Закрепление изученных игр и упражнений	1		26.05.2025		

### Учебно-методическая литература:

1. Программа специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида, 5-9 классы, допущенная Министерством образования РФ, Москва «ВЛАДОС» 2014, под редакцией В. В. Воронковой.
1. Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта: программно-методические материалы под редакцией И.М. Бгажноковой М: Гуманитарное изд. центр ВЛАДОС 2007 г.
2. Программа обучения и воспитания детей дошкольного возраста с выраженной умственной отсталостью/ Т.Н. Исаева, Г.Н. Багаева, Г.В. Цикото, А.А. Ерёмкина под ред. Дементьевой Н.Ф. М. ЦИЭТИН Мин.соц.защиты населения Р.Ф. 1993 г.
3. Дмитриев А.А. Коррекционно-педагогическая работа по развитию двигательной сферы обучающихся с нарушением интеллектуального развития: Учебное пособие. - второй изд. - М.: НПО «МОДЭК», 2004. - 224 с.Евсеев Ю.И. Физическая культура: учебное пособие. – Рн/Д: Феникс, 2012. – 444 с.
4. Дмитриев А.А. Физическая культура в специально образовании: Учебное пособие. - М.: Академия, 2002. - 176 с.Епифанов В.А. Лечебная физическая культура и массаж: учебник для медицинских училищ и колледжей. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2013. – 528 с.
5. Золотухина, Э.Н., Судакова Н.В., Золотарев Б. И. Физическая культура. 1 класс: рабочие программы по системе учебников "Школа России". – М.: Советский спорт, 2012. – 43 с.
6. Мозговой В. М. Развитие двигательных возможностей учащихся с нарушением интеллекта в процессе физического воспитания / В. М. Мозговой. — М.: Олма-Пресс, 2001.

**Материально-техническое оснащение** учебного предмета «Адаптивная физкультура» включает: дидактический материал: изображения (картинки, фото, пиктограммы) спортивного, туристического инвентаря; альбомы с демонстрационным материалом в соответствии с темами занятий; спортивный инвентарь: маты, батуты, гимнастические мячи разного диаметра, гимнастические скамейки, гимнастические лестницы, обручи, кегли, мягкие модули различных форм, гимнастические коврики, корзины, футбольные, волейбольные, баскетбольные мячи, бадминтон, лыжи, лыжные палки, лыжные костюмы, 2-х- и 3-х- колесные велосипеды, самокаты, рюкзаки, туристические коврики, палатки, спальные мешки, наборы походной посуды, кольца; мебель: шкафы для хранения спортивного инвентаря, для переодевания, стулья, стол, столы-кушетки.