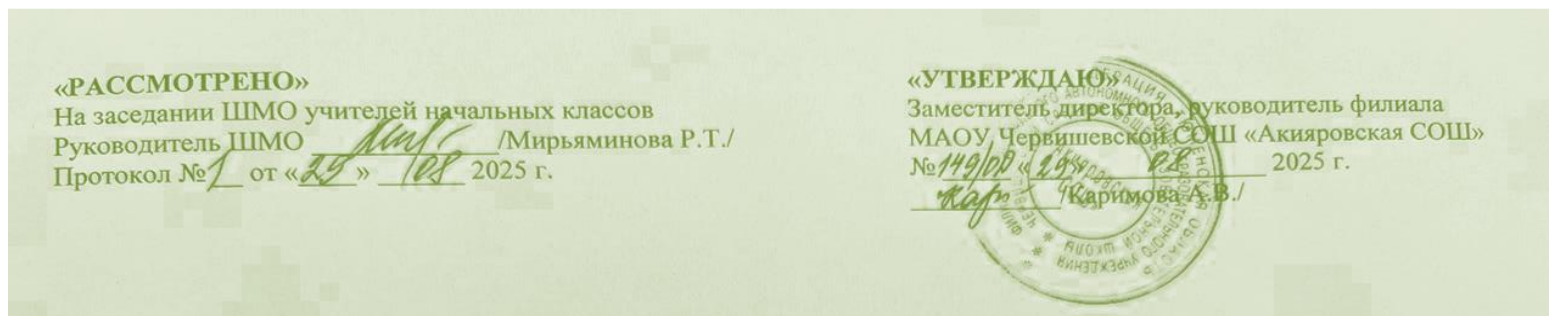


**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Червишевская средняя общеобразовательная школа
Филиал МАОУ Червишевской СОШ «Акирская СОШ»**



АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА (вида 4.2)

Предмет	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
Учебный год	2025-2026
Класс	4
Количество часов в год	68
Количество часов в неделю	2

д. Большие Акиры
2025-2026 учебный год

Пояснительная записка

Программа составлена на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 мая 2021 №286

- Федеральной образовательной программы начального общего образования от 18.05.2023 №372

- Приказ Минпросвещения России от 09.10.2024 N 704

"О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования" (Зарегистрировано в Минюсте России 11.02.2025 N 81220)

- Основной образовательной программы начального общего образования МАОУ Червишевской СОШ

- Учебного плана филиала МАОУ Червишевской СОШ «Акияровская СОШ», утвержденного приказом директора Жиликовой Н.А. от 29.08.2025 года № 142-ОД и согласованного 29.08.2025 года на заседании Управляющего совета МАОУ Червишевской СОШ протокол №12

- Программы воспитания МАОУ Червишевской СОШ.

Адаптированная программа по физической культуре НОО разработана на основе ПрАООП НОО для слабовидящих обучающихся, «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений 4 вида (Б.В. Сермеев, Л.И. Плаксина, 1997г.), «Программы по физической культуре для специальных школ слабовидящих детей» (НИИ дефектологии АПН СССР, 1978 г.), Примерной программы по физической культуре для учащихся 1 – 11 классов, Ляха В.И., Зданевича А.А. – М.: Просвещение, 2008 год.

Целью реализации адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для слабовидящих обучающихся является создание условий выполнения требований Стандарта через обеспечение личностного развития данной группы обучающихся,

достижения ими планируемых результатов освоения адаптированной основной общеобразовательной программы, обеспечение социальной адаптации и интеграции.

В соответствии с ФГОС НОО слабовидящих обучающихся начальное общее образование данной группы школьников, будучи по итоговым достижениям к моменту завершения обучения сопоставимым с образованием обучающихся, не имеющих ограничений по возможностям здоровья,

осуществляется в пролонгированные календарные сроки.

Достижение поставленной цели при разработке и реализации образовательной организацией адаптированной основной общеобразовательной программы предусматривает решение следующих

основных задач:

формирование общей культуры, духовно-нравственного развития,

воспитания слабовидящих обучающихся, сохранение и укрепление их здоровья;

личностное и интеллектуальное развитие слабовидящих обучающихся удовлетворение особых образовательных потребностей, имеющих место у слабовидящих обучающихся;

создание условий, обеспечивающих слабовидящему обучающемуся достижение планируемых результатов по освоению учебных предметов, курсов коррекционно-развивающей области;

2.1.1. Планируемые результаты освоения слабовидящими обучающимися адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования

Требования к результатам освоения слабовидящими обучающимися АООП НОО (личностным, метапредметным, предметным) полностью соответствуют требованиям к результатам, представленным в ФГОС НОО.

В требования к планируемым результатам освоения АООП НОО включаются требования к результатам освоения слабовидящими обучающимися программы коррекционной работы.

Предметные результаты

В результате изучения учебного предмета «Физическая культура» слабовидящие обучающиеся начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления своего здоровья, содействия гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению, физической подготовленности и трудовой деятельности. У них будут формироваться первоначальные умения саморегуляции средствами

физической культуры. Они овладеют основными двигательными умениями и навыками (бег, ходьба и др.). У них будут формироваться основные физические качества (сила, быстрота, выносливость, координация, гибкость, равновесие). Занятия физической культурой будут способствовать

профилактике вторичных нарушений физического развития. У слабовидящих обучающихся будут формироваться потребность в занятиях физической культурой. Универсальные учебные действия направлены на формирование у слепых и слабовидящих обучающихся личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных учебных действий:

- личностное самоопределение, восприятие «образа Я» как субъекта физкультурной деятельности;
- чувство гордости за достижения в мировом и отечественном спорте российских спортсменов;
- понимание значения занятий физической культурой для сохранения и укрепления здоровья;
- понимание значения соблюдения режима дня для развития самостоятельности и социально-бытовой независимости;

- овладение опытом выполнения основных видов движений; ориентация на двигательную активность, самореализацию;
- умение принимать и сохранять учебную задачу в процессе выполнения физических упражнений;
- накопление, расширение опыта выполнения доступных физических упражнений;
- овладение умением придерживаться заданной последовательности действий при выполнении физических упражнений;
- развитие мотивации к преодолению трудностей при выполнении физических упражнений;
- понимание своих достижений, умение оценивать правильность выполнения физических упражнений;
- умение предвидеть ближайший результат выполнения физических упражнений;
- умение принимать и запрашивать необходимую практическую помощь при выполнении физических упражнений;
- умение привносить необходимые коррективы в движение для достижения его результативности;
- использование зрительного анализатора при выполнении произвольных движений;
- умение различать способ и результат деятельности;
- установка на здоровый и безопасный образ жизни, здоровьесберегающее поведение; освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- использование речи для организации и регуляции движения;
- умение взаимодействовать со взрослыми и сверстниками в системе координат: «слабовидящий – нормально видящий», «слабовидящий- слабовидящий» в процессе овладения физическими упражнениями;
- умение адекватно воспринимать, понимать и воспроизводить вербальные и невербальные средства общения на занятиях физической культурой.

Основные разделы программы:

Теоретические сведения

Гимнастика с основами акробатики

Лёгкая атлетика

Скандинавская ходьба

Подвижные и спортивные игры

4 класс

Тема урока	№ урока	Дата проведения урока
Т.Б. по лёгкой атлетике и подвижным играм.	1-2	
Ходьба, бег, ОРУ, построение, перестроение развитие CCC.	3-4	
Тестирование-БЕГ, МЕТАНИЕ	5-6	
Тестирование-БЕГ, МЕТАНИЕ , развитие CCC	7-8	
Бег: быстрый, медленный, с ускорением, развитие CCC	9-10	
Бег: быстрый, медленный ,с ускорением.	11-12	
Бег: быстрый, медленный, с ускорением, развитие CCC	13-14	
Прыжки: с/м, На одной, двух, на точность приземления	15-16	
Прыжки: с/м, На одной, двух, на точность приземления развитие CCC	17-18	
Метание: ч/препятств.2,5м,в щит 4-6м,в движ. цель	19-20	
Метание: ч/препятств.2,5м,в щит 4-6м,в движ. цель развитие CCC	21-22	
Специальные беговые упражнения	23-24	
Беговые упражнения развитие CCC	25-26	
Баскетбол: стойки ,перед. на месте, ведение на месте и в движении.	27-28	
Баскетбол: стойки ,перед. на месте, ведение на месте и в движении.	29-30	
Баскетбол: стойки ,перед. на месте, ведение на месте и в движении.	31-32	
Баскетбол: стойки ,перед. на месте, ведение на месте и в движении.	33-34	
Т.Б. по гимнастике. Игры.	35	
ОРУ, упражнения на осанку, построение ,перестроение развитие CCC	36	
Акробатика: упор присев на одной2кув.вперёд в упор присев, стойка на лопатках.	37	
Акробатика: упор присев на одной... развитие CCC.	38	
Лазание, перелезание: канат-захват скрестно учить- 12м,ч/гимн. снаряды.	39	
Лазание, перелезание: канат-захват скрестно учить- 2м,ч/гимн .снаряды. Развитие CCC	40	

Перекладина: Различные висы	41	
Перекладина: Различные висы, развитие CCC	42	
Равновесие: Бр.50-60см-лицом, спиной, боком, на нос., перем. шагом Равновесие: Бр.50-60см-лицом, спиной, боком развитие CCC.	43	
Кольца: различные висы развитие CCC.	44	
Опорный прыжок-оттак. ,наскок на колени развитие CCC.	45	
Опорный прыжок-оттак.,наскок на колени развитие CCC.	46	
Полоса препятствий развитие CCC.	47	
Теория: Основные знания скандинавской ходьбы	48	
Комплекс ОРУ № 1,2	49	
Обучение техники движения рук и ног	50	
Подвижные игры: «Быстрые детки» Дыхательная гимнастика	51	
Закрепление техники передвижения: по прямой, «змейкой», по кругу, по диагонали.	52	
Дальнейшее обучение техники спуска и подъема Комплекс ОРУ № 4,5.	53	
Подвижные игры Дыхательная гимнастика.	54	
Дальнейшее обучение ранее изученного материала. Развитие общей выносливости.	55	
Дальнейшее обучение ранее изученного материала. Развитие общей выносливости.	56	
Комплекс ОРУ № 6,7 Подвижные игры.	57	
Теория: Олимпийское движение.	58	
Комплекс ОРУ № 8,9 Подвижные игры.	59	
Дальнейшее обучение техники ходьбы на асфальте. Комплекс ОРУ № 10,11.	60	
Подвижные игры. Дыхательная гимнастика. Мониторинг.	61	
Формирование здорового образа жизни.	62	
Т.Б. по лёгкой атлетике и подвижным играм ОРУ, разл.ходьба, бег, постр., перестр., развитие CCC	63	
Баскетбол: ведение на месте и в движении.	64	
Баскетбол: ведение на месте и в движении развитие CCC.	65	
Броски в корзину 2-мя от груди, снизу, Из-за головы, одной от плеча. Броски в корзину 2-мя от груди, снизу. Из-за головы, одной от плеча развитие CCC.	66	
Медленный бег-до 2мин. ,на месте, с ускорен., Равном.30-40" Медленный бег-до 2мин. ,на месте, с ускорением. Равном.30-40" развитие CCC.	67	
Прыжки: с/м, На одной, двух, на точность приземления ч/скакалку, с продвижением вперёд до 30м.	68	
Тестирование.	69	