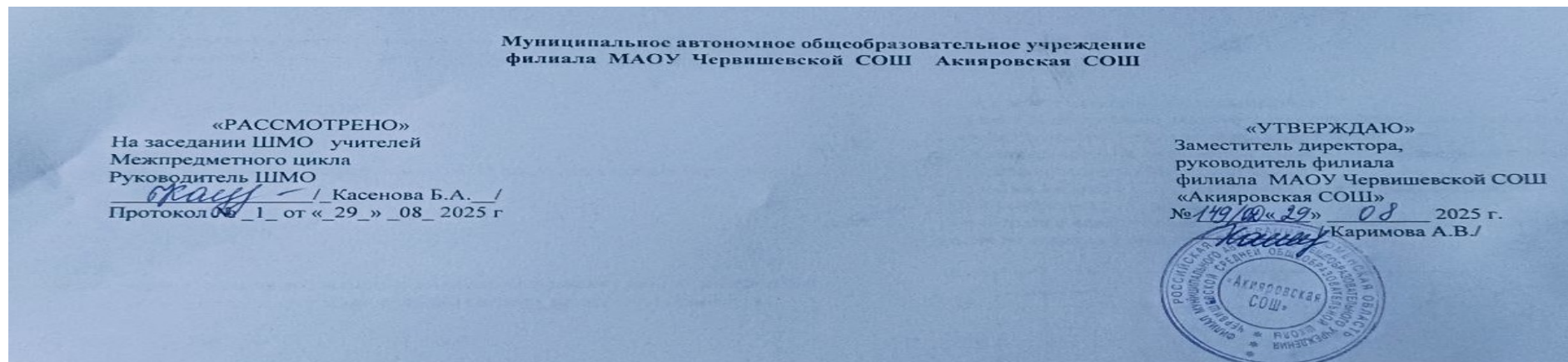


ФИЛИАЛ МУНИЦИПАЛЬНОГО АВТОНОМНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
ЧЕРВИШЕВСКОЙ СРЕДНЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ
«АКИЯРОВСКАЯ СОШ»
(филиал МАОУ Червишевской СОШ «Акияровская СОШ»)



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по адаптированной основной общеобразовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2) в условиях обучения на дому

Предмет	<u>Адаптивная физкультура</u>
Учебный год	<u>2025-2026</u>
Класс	<u>9а</u>
Количество часов в год	<u>68</u>
Количество часов в неделю	<u>2</u>

Учитель:

Пермякова Наталья Владимировна

Пояснительная записка.

- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 мая 2021 №287

- Федеральной образовательной программы основного общего образования от 18.05.2023 №370

-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 основного общего образования МАОУ Червишевской СОШ;

- Учебного плана 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

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся (вариант2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результату освоения образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

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 и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни.

Основные задачи: формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков; формирование умения играть в спортивные игры; укрепление и сохранение здоровья, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний.

Программа по адаптивной физической культуре включает 2 раздела, «Физическая подготовка», «Коррекционные подвижные игры».

Требования к уровню подготовки обучающегося.

Личностные результаты:

- Осознание себя (в ситуации «здесь и сейчас», в пространстве, своей принадлежности к определённому полу, как «Я»);
- Социально-эмоциональное участие доступным способом в процессе общения и совместной деятельности;
- Владение правилами поведения в учебной ситуации;

-Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.

Предметные результаты:

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

1. Проявление интереса и развитие мотивации к двигательной активности.
2. Соблюдение основных правил и норм поведения на уроках АФК.
3. Освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять.
4. Освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: передвижение разными способами: ходьба, прыжки.
5. Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.
6. Освоение приёмов мелкой моторики.
7. Улучшение качества имеющихся движений, предупреждение их нарушений.
8. Выполнение элементарных поручений учителя.
9. Выполнение упражнений с помощью учителя.
10. Развитие и закрепление функционально важных навыков, необходимых для использования в повседневной жизни.

Предмет «Адаптивная физическая культура» интегрируется с предметами «Окружающий социальный мир», «Музыка и движение», коррекционными курсами «Альтернативная коммуникация», «Двигательное развитие».

Материально-техническое оснащение

- альбомы с демонстрационным материалом в соответствии с темами занятий;
- спортивный инвентарь: гимнастические мячи разного диаметра, обручи, кегли, мягкие модули различных форм, гимнастические коврики, корзины.

**Календарно-тематическое планирование
2 часа в неделю – 68 часов за год**

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата по плану	Дата по факту
1.	Дыхательные упражнения	1		
2.	Дыхательные упражнения	1		
3.	Дыхательные упражнения	1		
4.	Дыхательные упражнения	1		

5.	Упражнения для мышц шеи и головы	1		
6.	Упражнения для мышц шеи и головы	1		
7.	Упражнения для кистей рук	1		
8.	Упражнения для кистей рук	1		
9.	Упражнения для кистей рук	1		
10.	Упражнения для кистей рук	1		
11.	Упражнения для кистей рук	1		
12.	Упражнения для кистей рук	1		
13.	Упражнения для кистей рук	1		
14.	Упражнения для кистей рук	1		
15.	Упражнения для кистей рук	1		
16.	Упражнения для кистей рук	1		
17.	Упражнения для мышц туловища	1		
18.	Упражнения для мышц туловища	1		
19.	Упражнения для мышц туловища	1		
20.	Упражнения для мышц туловища	1		
21.	Упражнения для формирования правильной осанки.	1		
22.	Упражнения для формирования правильной осанки.	1		
23.	Ритмические упражнения.	1		
24.	Прикладные упражнения. Построения и перестроения	1		
25.	Прикладные упражнения. Построения и перестроения.	1		
26.	Прикладные упражнения. Построения и перестроения.	1		
27.	Прикладные упражнения. Построения и перестроения.	1		
28.	Ходьба и бег.	1		
29.	Ходьба и бег.	1		
30.	Ходьба и бег.	1		
31.	Ходьба и бег.	1		
32.	Ходьба и бег.	1		
33.	Ходьба и бег.	1		

34.	Прыжки.	1		
35.	Прыжки.	1		
36.	Прыжки.	1		
37.	Броски, ловля, метание, передача предметов и переноска грузов.	1		
38.	Броски, ловля, метание, передача предметов и переноска грузов.	1		
39.	Броски, ловля, метание, передача предметов и переноска грузов.	1		
40.	Броски, ловля, метание, передача предметов и переноска грузов.	1		
41.	Броски, ловля, метание, передача предметов и переноска грузов.	1		
42.	Броски, ловля, метание, передача предметов и переноска грузов.	1		
43.	Броски, ловля, метание, передача предметов и переноска грузов.	1		
44.	Броски, ловля, метание, передача предметов и переноска грузов.	1		
45.	Броски, ловля, метание, передача предметов и переноска грузов.	1		
46.	Броски, ловля, метание, передача предметов и переноска грузов.	1		
47.	Броски, ловля, метание, передача предметов и переноска грузов.	1		
48.	Броски, ловля, метание, передача предметов и переноска грузов.	1		
49.	Броски, ловля, метание, передача предметов и переноска грузов.	1		
50.	Броски, ловля, метание, передача предметов и переноска грузов.	1		
51.	Броски, ловля, метание, передача предметов и переноска грузов.	1		
52.	Броски, ловля, метание, передача предметов и переноска грузов.	1		

53.	Броски, ловля, метание, передача предметов и переноска грузов.	1		
54.	Броски, ловля, метание, передача предметов и переноска грузов.	1		
55.	Броски, ловля, метание, передача предметов и переноска грузов.	1		
56.	Лазание, перелазание, подлезание.	1		
57.	Лазание, перелазание, подлезание.	1		
58.	Лазание, перелазание, подлезание.	1		
59.	Лазание, перелазание, подлезание.	1		
60.	Лазание, перелазание, подлезание.	1		
61.	Лазание, перелазание, подлезание.	1		
62.	Лазание, перелазание, подлезание.	1		
63.	Равновесие.	1		
64.	Равновесие.	1		
65.	Равновесие.	1		
66.	Равновесие.	1		
67.	Равновесие.	1		
68.	Повторение	1		
69.	Повторение	1		