

Приложение к действующей АООП НОО

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ**

Абатская средняя общеобразовательная школа № 1

«Рассмотрено»
на заседании ППк
« 26 » августа 2026г.
протокол № 1

«Согласовано»
зам. директора
по УР Т.В. Сухарева
« 26 » августа 2026 г.



«Утверждаю»
Директор МАОУ Абатская СОШ №1
Е.В. Бажина
Приказ от
« 26 » августа 2026г.
№ 186-од

Адаптированная рабочая программа
обучающихся с умеренной умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями) и множественными нарушениями
развития (вариант 2)
по учебному предмету
Адаптивная физкультура
9А класс
на 2026-2027 учебный год

Составитель: Обыскалова С.С
учитель МАОУ Абатская СОШ №1, первая
квалификационная категория

с.Абатское
2026 г.

1. Пояснительная записка.

Рабочая учебная программа разработана в соответствии:

с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273 – ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ от 23.07.2013 № 203-ФЗ)

Федерального государственного образовательного стандарта для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

на основе примерной адаптированной основной общеобразовательной программы «Адаптивная физическая культура» образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)(вариант 2).

-Учебного плана МАОУ Абатская СОШ № 1 на 2026 -2027 уч год

-Заключения ПМПК

-Согласия родителей (законных представителей)

Рабочая учебная программа предназначена для учащихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2) 8 класса и является одним из основных учебных предметов федеральной части учебного плана школы на учебный год. Программа направлена на развитие и коррекцию познавательной деятельности учащихся с тяжелой степенью умственной отсталости.

2. Содержание предмета

Содержание программного материала уроков состоит из базовых основ физической культуры и большого количества подготовительных, подводящих и коррекционных упражнений. Объем каждого раздела программы рассчитан на то, чтобы за отведенное количество часов обучающиеся могла овладеть основой двигательных навыков и умений.

В программу включены следующие разделы:

1. Теория. Основы знаний.
2. Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Оздоровительная и корригирующая гимнастика.
3. Коррекционные подвижные игры.

В раздел программы «Теория. Основы знаний.» вошли общие сведения теоретического характера, которые излагаются во время урока при изучении того или иного раздела программы.

В раздел программы «Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Оздоровительная и корригирующая гимнастика» вошли специально подобранные упражнения, направленные на коррекцию тех или иных отклонений в физическом развитии и психомоторики.

В раздел программы «Коррекционные подвижные игры» включены подвижные игры, направленные на коррекцию нарушенных функций, игры, направленные на развитие координационных способностей, пространственной ориентировки, на формирование зрительно – моторной координации на совершенствование функции дыхания.

Основной формой занятий по физической культуре является урок, состоящий из четырех основных частей; вводной, подготовительной, основной и заключительной. На уроке применяются специальные педагогические приёмы, направленные на коррекцию умственной отсталости учащихся: анализ выполнения своих движений, выполнение упражнений по показу, усвоение названий движений и исходных положений, расширение словаря.

Практическое содержание программы включает в себя комплексы упражнений, направленные на укрепление мышц спины, брюшного пресса, укрепление мышц плечевого пояса, мышц опорно-двигательного аппарата, на развитие правильного дыхания, на развитие внимания, упражнения на координацию движений.

3. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Должен научиться: выполнять упражнения по подражанию, не нарушать правильную последовательность при выполнении упражнений и при помощи учителя (по наводящим вопросам) восстанавливают последовательность выполнения упражнений.

Главными требованиями при оценивании умений и навыков является создание благоприятных условий для выполнения изучаемых упражнений и их качественное выполнение:

- как ученик овладел основами двигательных навыков;
- как проявил себя при выполнении, старался ли достичь желаемого результата;
- как понимает и объясняет разучиваемое упражнение;
- как пользуется предлагаемой помощью и улучшается ли при этом качество выполнения;
- как понимает объяснение учителя, спортивную терминологию;
- как относится к урокам;
- каков его внешний вид;
- соблюдает ли дисциплину.

4. Тематическое планирование

№п/п	Тема урока	Дата проведения по плану	Дата проведения по факту
Теория. Основы знаний 1 ч			
1	Правила поведения, форма одежды, правила личной гигиены. ТБ		
Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Оздоровительная корригирующая гимнастика. 9 ч			
2	Комплекс упражнений для мышц туловища с предметами		
3	Упражнения для развития правильного дыхания.		

4	Упражнения для развития правильного дыхания.			
5	.Движения стопами: поднятие, опускание, наклоны, круговые движения.			
6	Упражнения на укрепление голеностопного сустава ног			
7	Комплекс упражнений для укрепления мышц.			
8	Комплекс упражнений для укрепления мышц.			
9	Коррекционная игра «Повтори, не ошибись»			
10	Коррекционная игра «Что пропало»			
Коррекционные подвижные игры. 7ч				
11	Игры на развитие памяти, внимания.			
12	Игры на развитие памяти, внимания.			
13	Игры, направленные на совершенствование функции дыхания			
14	Игры, направленные на совершенствование функции дыхания			
15	Игры, направленные на на формированиеи коррекцию осанки			
16	Игры, направленные на на формированиеи коррекцию осанки			
17	Игры, направленные на на формированиеи коррекцию осанки			

