МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования, науки и молодежи Республики Крым
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Изобильненская средняя общеобразовательная школа - детский сад имени Г.А.Романенко» Нижнегорского района Республики Крым

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
на педагогическом совете МБОУ «Изобильненская СОШДС» Протокол №01 от 31.08.2026	Заместитель директора МБОУ «Изобильненская СОШДС» _____ А.В.Иванчук	Директор МБОУ «Изобильненская СОШДС» _____ М.И.Волова Приказ № от

.

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «АДАПТИВНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА»
для обучающегося 1 класса
с РАС(вариант 8.4)
(обучение «на дому»)

село Изобильное, 2026г.

Адаптированная рабочая программа по предмету «Адаптивная физкультура» для обучающегося с ОВЗ (расстройства аутистического спектра) вариант 8.4 составлена на основе требований к результатам освоения АООП НОО, установленными ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания

Содержание учебного предмета

Программа по адаптивной физической культуре включает разделы:

«Коррекционные подвижные игры», «Физическая подготовка». Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением. Физическое воспитание отличается от других видов воспитания тем, что в его основе лежит обучение упорядоченным двигательным действиям, развитие физических способностей и формирование связанных с ними знаний. Специфичность понятия "адаптивная физическая культура" выражается в дополняющем определении "адаптивная", что подчеркивает ее предназначение для людей с отклонениями в состоянии здоровья, включая школьников с выраженным недоразвитием интеллекта.

В основу обучения положена система простейших физических упражнений, направленных на коррекцию дефектов физического развития и моторики, укрепление здоровья, выработку жизненно необходимых двигательных умений и навыков у учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. Необходимо отметить, что учащиеся этой категории имеют значительные отклонения в физическом и двигательном развитии. Это сказывается на содержании и методике уроков адаптивной физической культуры. Замедленность психических процессов, конкретность мышления, нарушения памяти и внимания обуславливает чрезвычайную медлительность образования у них двигательных навыков.

На изучение данного предмета в 1 классе отведено 33 часа, 1час в неделю, 33 учебные недели.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

- готовится к уроку физкультуры;
- знает простейшие исходные положения при выполнении общеукрепляющих упражнений и движений в различных пространственных направлениях (вперед, назад, в сторону, вверх, вниз);
- знает приемы правильного дыхания (по показу учителя);
- выполняет простейшие задания по словесной инструкции учителя;
- выполняет ходьбу и бег в строю, в колонне по одному;
- умеет прыгать (толчок одной ногой и приземление на две ноги);
- правильно захватывает различных предметов, передача и переноски их;
- метает, бросает и ловит мяч;
- ходит в заданном ритме под хлопки, счет, музыку;
- преодолевает различные препятствия;
- выполняет целенаправленные действия под руководством учителя в подвижных играх;
- формируется восприятие собственного тела;
- освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей;

- совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости;
- формирование умения радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал…;
- освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: подвижные игры, др.;
- формирование интереса к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности.

Тематическое планирование

№	Наименование тем программы	Кол-во часов
1	**Ознакомительно-ориентировочные действия в предметно-развивающей среде**	**1**
2	**Построение и перестроения**	**6**
3	**Ходьба и упражнения в равновесии**	**5**
4	**Бег**	**4**
5	**Прыжки**	**4**
6	**Катание, бросание, ловля округлых предметов**	**7**
7	**Ползание и лазанье**	**6**
		33