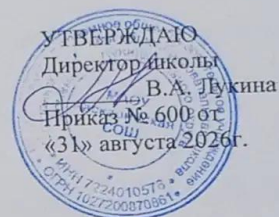


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Департамент образования и науки Тюменской области
Тюменский муниципальный округ
МАОУ Каскаринская СОШ

РАССМОТРЕНО:
на заседании ШМО
учителей начальных классов
М.Ю. Пашкова
А. Ю. Пашкова
№ протокола 1
«29» августа 2026г.

СОГЛАСОВАНО:
Заместитель директора
В.Х.Альмукова
«29» августа 2026г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по адаптированной основной общеобразовательной программе
обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2)

Предмет	Адаптивная физическая культура
Учебный год	2026-2027
Класс	4б
Количество часов в год	17
Количество часов в неделю	0,5

Учитель: Кадочникова Н.А.

с. Каскара, 2026 год

Настоящая рабочая программа по _адаптивная физкультура_____ для ___4___ класса средней общеобразовательной школы составлена на основе:

1. Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (с изменениями и дополнениями, вступивший в силу с 13.07 2021);
2. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 года №1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (зарегистрирован Минюстом России 3 февраля 2015 г., регистрационный № 35847);
3. Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1023 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22.01.2024 № 31 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации, касающиеся федеральных государственных образовательных стандартов начального общего образования и основного общего образования», зарегистрированного в Минюсте России 22.02.2024 г. № 77330;

5. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2016 №159 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» (зарегистрирован Минюстом России 3 февраля 2015 г, регистрационный № 35850), вступил в силу с 1 сентября 2016 г.;
6. Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 17 июля 2024 г. № 495 "О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных адаптированных образовательных программ" (Зарегистрирован в Минюсте России 15 августа 2024 г., регистрационный № 79163);
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.10.2024 № 704 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения РФ, касающиеся федеральных образовательных программ НОО, ООО и СОО» (зарегистрирован от 11.02.2025 года);
9. Учебного плана МАОУ Каскаринской СОШ, утвержденного на педсовете, протокол №12 от 27.06.2026 г., приказом № 432 от 29.06.2026 г. и согласованного Управляющим Советом школы 29.06.2026 г. (протокол № 10);
10. Положения о рабочих программах учителей по образовательным программам, утвержденного на педсовете, протокол №1 от 29.08.2025г., приказом №637 от 29.08.2025г. и согласованного Управляющим Советом МАОУ Каскаринской СОШ 29.08.2025 г. (протокол №10)

КАЛЕНДАРНО- ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№.№п/ п	Тема урока
	Восприятие собственного тела
1	Восприятие тактильных раздражителей: плотные прикосновения рук взрослого к различным частям тела ребенка; прикосновения к частям тела ребенка материалами разной фактуры; поглаживание тела ребенка руками взрослого, руками ребенка, губой, полотенцем и другими материалами.

2	Перевероты, кручение, лазание, качание на качелях
3	Развитие зрительно-моторной координации (координация глаз-рука посмотри/ возьми/дотянись/сбрось
	Развитие физических способностей
4	Удержание различных поз продолжительное время (например: удержание положения лежа на животе с опорой на предплечья в течение 10 минут, удержание позы сидя в процессе игры)
5	Развитие представлений о пространственном расположении частей тела; ориентирование в направлении движений частей тела (выполнение просьб/инструкций)
	Общеразвивающие и корригирующие упражнения
6	<i>Дыхательные упражнения:</i> произвольный вдох (выдох) через рот (нос), произвольный вдох через нос (рот), выдох через рот (нос). <i>Основные движения:</i> одновременное (поочередное) сгибание (разгибание) пальцев. Противопоставление первого пальца остальным на одной руке (одновременно двумя руками), пальцы одной руки пальцам другой руки поочередно (одновременно).
7	Сгибание пальцев в кулак на одной руке с одновременным разгибанием на другой руке. Круговые движения кистью.

№.№п/п	Тема урока
8	Движения головой: наклоны вперед (назад, в стороны), повороты, круговые движения. Поднимание головы в положении «лежа на животе».
9	Наклоны туловища вперед (в стороны, назад). Повороты туловища вправо (влево). Круговые движения прямыми руками вперед (назад).
10	Повороты туловища вправо (влево). Круговые движения прямыми руками вперед (назад). Наклоны туловища в сочетании с поворотами. Хлопки в ладони под поднятой прямой ногой.
11	Ходьба с высоким подниманием колен. Ходьба по доске, лежащей на полу. Ходьба по гимнастической скамейке: широкой (узкой) поверхности гимнастической скамейки.
	Элементы гимнастических и легкоатлетических упражнений
12	Ходьба с удержанием рук за спиной (на поясе, на голове, в стороны).
13	Движения руками при ходьбе: взмахи, вращения, отведение рук назад, в стороны, поднимать вверх.

14	Ходьба ровным шагом, на носках, пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, приседе. Ходьба в умеренном (медленном, быстром) темпе.
15	Прыжки на двух ногах на месте (с поворотами, с движениями рук), с продвижением вперед (назад, вправо, влево).
16	Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Перепрыгивание с одной ноги на другую на месте, с продвижением вперед.
17	Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку). Ловля среднего (маленького) мяча одной (двумя) руками.
№№п/п	Тема урока
	ИТОГО ЧАСОВ ЗА ГОД: - 17 ч