

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

РАССМОТРЕНО:
на заседании ШМО
учителей естественно-научного цикла
 Денский А.П.
№ протокола 1
«29» августа 2026г.

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

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы
 Лукина В.А.
Приказа № 600
«31» августа 2026г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по адаптированной основной общеобразовательной программе
основного общего образования для обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7)

Предмет	физика
Учебный год	2026-2027
Класс	7
Количество часов в год	34
Количество часов в неделю	1

Учитель: Зульбухарова М.М.

с. Каскара, 2026 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая рабочая программа по физике для 7 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 основного 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)

СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ

Раздел 1. Физика и её роль в познании окружающего мира (3 часа)

Физика — наука о природе. Физические явления: механические, тепловые, электрические, магнитные, световые, звуковые. Физические величины. Измерение физических величин: длины, времени, температуры. Физические приборы. Международная система единиц. Точность и

погрешность измерений. Естественнонаучный метод познания: наблюдение, постановка вопроса, выдвижение гипотез, эксперимент. Физика и техника.

Лабораторная работа №1. Определение цены деления шкалы измерительного прибора.

Демонстрации: свободное падение тел; колебания маятника; свечение нити лампы; физические приборы и процедура прямых измерений.

Раздел 2. Первоначальные сведения о строении вещества (3 часа)

Строение вещества. Молекулы и атомы. Диффузия в газах, жидкостях и твёрдых телах. Броуновское движение. Взаимное притяжение и отталкивание молекул. Три состояния вещества и их объяснение на основе молекулярно-кинетических представлений. Смачивание и несмачивание.

Лабораторная работа №2. Измерение размеров малых тел способом рядов.

Раздел 3. Взаимодействие тел (15 часов)

Механическое движение. Траектория. Путь. Равномерное и неравномерное движение. Скорость. Средняя скорость. Расчёт пути и времени движения. Инерция. Взаимодействие тел. Масса тела как мера инертности. Измерение массы. Плотность вещества. Сила. Сила тяжести. Сила упругости. Закон Гука. Вес тела. Динамометр. Сложение сил, направленных по одной прямой. Равнодействующая. Сила трения. Трение в природе и технике.

Лабораторные работы:

- №3. Измерение массы тела на рычажных весах.
- №4. Измерение объёма тела.

- №5. Определение плотности твёрдого тела.
- №6. Градуирование пружины и измерение сил динамометром.
- №7. Измерение силы трения с помощью динамометра.

Контрольная работа №1 по теме «Взаимодействие тел».

Раздел 4. Давление твёрдых тел, жидкостей и газов (5 часов)

Давление. Давление твёрдых тел. Передача давления жидкостями и газами. Закон Паскаля. Сообщающиеся сосуды. Атмосферное давление. Барометр-анероид. Закон Архимеда. Условия плавания тел. Воздухоплавание.

Лабораторные работы:

- №8. Определение выталкивающей силы, действующей на погружённое в жидкость тело.
- №9. Выяснение условий плавания тела в жидкости.

Контрольная работа №2 по теме «Давление твёрдых тел, жидкостей и газов».

Раздел 5. Работа и мощность. Энергия (7 часов)

Механическая работа. Мощность. Простые механизмы. Рычаг. Момент силы. Условие равновесия рычага. «Золотое правило» механики. КПД. Энергия. Кинетическая и потенциальная энергия. Превращение энергии. Закон сохранения энергии в механике.

Лабораторные работы:

- №10. Выяснение условия равновесия рычага.

- №11. Определение КПД при подъёме тела по наклонной плоскости.

Контрольная работа №3 по теме «Работа и мощность. Энергия».

Раздел 6. Повторение (1 час)

Обобщение и систематизация изученного материала. Итоговая контрольная работа.

Тематическое планирование

№	Раздел	Часы	Лаб. работы	Контр. работы
1	Физика и её роль в познании окружающего мира	3	1	—
2	Первоначальные сведения о строении вещества	3	1	—
3	Взаимодействие тел	15	5	1
4	Давление твёрдых тел, жидкостей и газов	5	2	1
5	Работа и мощность. Энергия	7	2	1

№	Раздел	Часы	Лаб. работы	Контр. работы
6	Повторение	1	—	
	Итого	34	11	3

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

С учётом особенностей обучающегося с ЗПР (вариант 7):

- **Патриотическое воспитание:** проявление интереса к истории и современному состоянию российской физической науки; ценностное отношение к достижениям российских учёных-физиков.
- **Гражданское и духовно-нравственное воспитание:** готовность к участию в обсуждении проблем, связанных с практическим применением достижений физики; осознание важности морально-этических принципов в деятельности учёного.
- **Эстетическое воспитание:** восприятие эстетических качеств физической науки — гармоничности построения, строгости, точности, лаконичности.
- **Ценности научного познания:** осознание ценности физики как инструмента познания мира; развитие научной любознательности, интереса к исследовательской деятельности.

- **Формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:** осознание ценности безопасного образа жизни; понимание правил безопасного поведения с электрическим и тепловым оборудованием в домашних условиях; признание своего права на ошибку и такого же права у другого человека.
- **Трудовое воспитание:** интерес к практическому изучению профессий, связанных с физикой; активное участие в решении практических задач, требующих физических знаний.
- **Экологическое воспитание:** ориентация на применение физических знаний для решения задач в области окружающей среды.
- **Адаптация к изменяющимся условиям:** потребность во взаимодействии при выполнении исследований; повышение уровня компетентности через практическую деятельность; осознание дефицитов собственных знаний и планирование своего развития.

Дополнительно с учётом ЗПР:

- способность соблюдать в повседневной жизни правила личной безопасности на основе понимания физических явлений;
- умение различать ситуации, в которых обучающийся может действовать самостоятельно, и ситуации, где нужна помощь;
- способность передавать свои соображения так, чтобы быть понятым другим человеком;
- уважение к труду и результатам трудовой деятельности. multiurok.ru +1

Метапредметные результаты

Познавательные универсальные учебные действия:

- выявлять причины и следствия простых физических явлений под руководством педагога;

- определять физические понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать с опорой на алгоритм;
- устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение и делать выводы с помощью педагога;
- искать и отбирать информацию из источников с учётом предложенной учебной задачи;
- создавать, применять и преобразовывать знаки, символы, модели и схемы для решения учебных задач;
- проводить несложный эксперимент по установлению особенностей физического объекта или явления с помощью педагога;
- преобразовывать информацию из одного вида в другой (таблицу в текст и наоборот).

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- осознанно использовать речевые средства для выражения мыслей и потребностей;
- организовывать учебное взаимодействие с учителем;
- использовать информационно-коммуникативные технологии для решения учебных задач.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- понимать цели обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи;
- обнаруживать и формулировать учебную проблему, определять цель учебной деятельности;
- планировать пути достижения целей совместно с учителем;
- соотносить практические действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль, корректировать действия;
- давать адекватную оценку ситуации и предлагать план её изменения;
- предвидеть трудности при решении учебной задачи. multiurok.ru +1

Предметные результаты (7 класс)

Обучающийся научится:

- использовать понятия: физические и химические явления, наблюдение, эксперимент, модель, гипотеза, единицы физических величин, атом, молекула, агрегатные состояния вещества (твёрдое, жидкое, газообразное), механическое движение (равномерное, неравномерное, прямолинейное), траектория, равнодействующая сила, деформация (упругая, пластическая), невесомость, сообщающиеся сосуды — с опорой на дидактический материал;
- различать явления (диффузия, тепловое движение частиц, равномерное и неравномерное движение, инерция, взаимодействие тел, передача давления, атмосферное давление, плавание тел, превращения механической энергии) по описанию их свойств и на основе опытов — после предварительного обсуждения с педагогом;
- распознавать проявление изученных физических явлений в окружающем мире (движение с различными скоростями, действие силы трения в природе и технике, влияние атмосферного давления, плавание рыб, рычаги в теле человека);
- описывать свойства тел и физические явления, используя физические величины: масса, объём, плотность, время, путь, скорость, сила упругости, сила тяжести, вес тела, сила трения, давление, выталкивающая сила, механическая работа, мощность, кинетическая и потенциальная энергия;
- объяснять физические явления и процессы с помощью педагога: выявлять причинно-следственные связи, строить объяснение из 1–2 логических шагов с опорой на 1–2 изученных закона или закономерности;

- решать типовые расчётные задачи в 1 действие с опорой на алгоритм, разобранный совместно с педагогом: записывать краткое условие, подставлять величины в формулы, проводить расчёты, находить справочные данные, оценивать реалистичность результата;
- выполнять прямые измерения расстояния, времени, массы тела, объёма, силы и температуры с использованием аналоговых и цифровых приборов с опорой на алгоритм;
- проводить совместно с педагогом исследование зависимости одной физической величины от другой (зависимости пути от времени, силы трения от веса тела, силы упругости от удлинения пружины, выталкивающей силы от объёма погружённой части тела, условий плавания тел, условий равновесия рычага);
- соблюдать правила техники безопасности при работе с лабораторным оборудованием после предварительного обсуждения с педагогом;
- сопоставлять принципы действия приборов и технических устройств (весы, термометр, динамометр, барометр, рычаг, блоки) с опорой на дидактический материал;
- приводить примеры практического использования физических знаний в повседневной жизни;
- использовать при выполнении заданий научно-популярную литературу, справочные материалы, ресурсы сети Интернет. infourok.ru

Обучающийся получит возможность научиться:

- осознавать ценность научных исследований, роль физики в расширении представлений об окружающем мире;
- сравнивать точность измерения физических величин по величине их относительной погрешности;
- самостоятельно проводить косвенные измерения и исследования физических величин;
- воспринимать информацию физического содержания в научно-популярной литературе и СМИ, критически оценивать её;

- создавать собственные краткие сообщения о физических явлениях на основе нескольких источников информации.

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (34 часа, 1 час в неделю)

№	Тема урока	Кол-во часов	Виды деятельности
1	Раздел 1. Физика и её роль в познании окружающего мира (3 ч)		
1	Что изучает физика. Физические явления. Физические тела.	1	Наблюдать и описывать физические явления. Различать тело и вещество.
2	Физические величины. Измерения. Международная система единиц.	1	Определять цену деления шкалы прибора. Переводить единицы измерения.
3	Лабораторная работа №1. Определение цены деления шкалы прибора.	1	Выполнять измерения с опорой на алгоритм. Записывать результаты.

№	Тема урока	Кол-во часов	Виды деятельности
2	Раздел 2. Первоначальные сведения о строении вещества (3 ч)		
4	Строение вещества. Молекулы и атомы. Диффузия.	1	Наблюдать диффузию. Объяснять явление на основе МКТ.
5	Три состояния вещества. Взаимное притяжение и отталкивание молекул.	1	Различать состояния вещества. Сравнивать их свойства.
6	Лабораторная работа №2. Измерение размеров малых тел способом рядов.	1	Измерять размеры малых тел. Записывать результаты.
3	Раздел 3. Взаимодействие тел (15 ч)		
7	Механическое движение. Траектория. Путь.	1	Наблюдать механическое движение. Описывать его.
8	Равномерное и неравномерное движение. Скорость.	1	Рассчитывать скорость при равномерном движении.

№	Тема урока	Кол-во часов	Виды деятельности
9	Расчёт пути и времени движения. Средняя скорость.	1	Решать задачи на расчёт пути и времени по алгоритму.
10	Инерция. Взаимодействие тел. Масса тела.	1	Наблюдать явление инерции. Понимать массу как меру инертности.
11	Лабораторная работа №3. Измерение массы тела на рычажных весах.	1	Измерять массу с опорой на алгоритм.
12	Плотность вещества.	1	Понимать физический смысл плотности.
13	Лабораторные работы №4, №5. Объём тела. Плотность твёрдого тела.	1	Измерять объём. Определять плотность.
14	Сила. Сила тяжести. Сила упругости. Закон Гука.	1	Различать виды сил. Понимать закон Гука.
15	Вес тела. Динамометр.	1	Понимать отличие веса от силы

№	Тема урока	Кол-во часов	Виды деятельности
			тяжести.
16	Лабораторная работа №6. Градуирование пружины и измерение сил динамометром.	1	Измерять силу динамометром.
17	Сложение сил. Равнодействующая.	1	Вычислять равнодействующую двух сил.
18	Сила трения. Трение в природе и технике.	1	Различать виды трения. Приводить примеры.
19	Лабораторная работа №7. Измерение силы трения.	1	Измерять силу трения динамометром.
20	Решение задач по теме «Взаимодействие тел».	1	Решать типовые задачи по алгоритму.
21	Контрольная работа №1. Взаимодействие тел.	1	Применять знания при решении задач.

№	Тема урока	Кол-во часов	Виды деятельности
4	Раздел 4. Давление твёрдых тел, жидкостей и газов (5 ч)		
22	Давление. Давление твёрдых тел. Способы изменения давления.	1	Рассчитывать давление по формуле. Приводить примеры.
23	Давление газа. Закон Паскаля. Сообщающиеся сосуды.	1	Объяснять передачу давления. Понимать закон Паскаля.
24	Атмосферное давление. Барометр.	1	Понимать существование атмосферного давления.
25	Закон Архимеда. Условия плавания тел.	1	Понимать закон Архимеда. Объяснять плавание тел.
26	Лабораторные работы №8, №9. Выталкивающая сила. Условия плавания.	1	Определять выталкивающую силу. Выяснять условия плавания.
5	Раздел 5. Работа и мощность. Энергия		

№	Тема урока	Кол-во часов	Виды деятельности
	(7 ч)		
27	Механическая работа.	1	Вычислять работу по формуле.
28	Мощность.	1	Вычислять мощность. Решать задачи.
29	Простые механизмы. Рычаг.	1	Понимать принцип действия рычага.
30	Лабораторная работа №10. Условие равновесия рычага.	1	Исследовать условия равновесия рычага.
31	КПД механизмов. Лабораторная работа №11. КПД наклонной плоскости.	1	Определять КПД. Понимать физический смысл КПД.
32	Энергия. Кинетическая и потенциальная энергия. Превращение энергии.	1	Различать виды энергии. Понимать закон сохранения энергии.
33	Контрольная работа №2 (по разделам	1	Применять знания при решении задач.

№	Тема урока	Кол-во часов	Виды деятельности
	4–5).		
6	Раздел 6. Повторение (1 ч)		
34	Обобщение и систематизация. Итоговая контрольная работа №3.	1	Применять знания всего курса.

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБУЧЕНИЯ НА ДОМУ

При обучении на дому обучающегося с ЗПР (вариант 7) применяются следующие специальные условия:

1. **Индивидуальный темп:** материал подаётся малыми порциями, с многократным повторением и закреплением.
2. **Алгоритмизация:** каждый вид деятельности (измерение, решение задачи, формулировка вывода) сопровождается пошаговой инструкцией — опорной карточкой.
3. **Наглядность:** использование моделей, схем, рисунков, цифровых образовательных ресурсов (видеоопытов, интерактивных моделей).
4. **Опора на жизненный опыт:** физические явления объясняются через бытовые ситуации — кипение чайника, катание на санках, действие ножниц.

5. **Сокращение объёма заданий:** количество задач в контрольных и самостоятельных работах уменьшается; формулировки упрощаются.
6. **Речевая поддержка:** педагог помогает формулировать определения и выводы, обеспечивает коррекцию речевых затруднений.
7. **Положительная мотивация:** поощрение самостоятельности, создание ситуаций успеха, акцент на практическую значимость изучаемого.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

- Физика: 7-й класс: базовый уровень: учебник; 3-е издание, переработанное Перышкин И.М., Иванов А.И. Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Лабораторное оборудование (мобильный набор для домашнего обучения):

- измерительный цилиндр (мензурка), линейка, термометр;
- рычажные весы с разновесами;
- динамометр;
- набор тел разной массы и плотности;
- рычаг на штативе, набор грузов;
- доска (наклонная плоскость), брусок;
- штатив, пружина.

Цифровые ресурсы:

- видеодемонстрации физических опытов;
- интерактивные модели физических процессов;
- электронные справочники и таблицы;
- ФИЗИКОН ЛАБ <https://physicon.ru/eor-list/4-fizika>
- БИБЛИОТЕКА ЦОК <https://моиуроки.рф/>

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

- Информационно-методическое письмо об особенностях преподавания учебного предмета «Физика» в 2025/2026 учебном году <https://edsoo.ru/wp-content/uploads/2025/08/fizika.pdf>
- Методические рекомендации по созданию классов технологического и естественно-научного профилей и классов с углубленным изучением математики, физики, химии, биологии в общеобразовательных организациях с использованием инфраструктуры, созданной в рамках национального проекта «Образование» (Кванториумы, IT-кубы, Точки роста и др.) (2025 г.) https://edsoo.ru/wp-content/uploads/2025/09/mr_sozd_klassov_tehnol_i_en_profilej_2025.pdf
- Методические рекомендации. Организация взаимодействия «Школа – вуз – предприятие» (2025 г.) https://edsoo.ru/wp-content/uploads/2025/09/mr_sh_v_p_2025.pdf
- Методические рекомендации по изучению темы «Постоянный электрический ток» в школьном курсе физики (2024г.) https://edsoo.ru/wp-content/uploads/2025/02/mr_fizika_p_e_t.pdf
- Учебно-методическое обеспечение процессов преподавания химии, биологии, физики на уровнях основного общего и среднего общего образования с включением дополнительного инженерного компонента (2024г.) <https://edsoo.ru/wp->

[content/uploads/2025/02/umo_dop_inzhenernyj_komponent.pdf](https://edsoo.ru/wp-content/uploads/2025/02/umo_dop_inzhenernyj_komponent.pdf)

- Контекстные задачи. Задания к учебному курсу «Физика» (2024 г.) https://edsoo.ru/wp-content/uploads/2025/01/kz_fizika_2024.pdf
- Методический кейс. Электромагнитная индукция. Физика. 8 класс (2024 г.) https://edsoo.ru/wp-content/uploads/2025/01/fizika_mk_elektromagnitnaya_indukciya.pdf