

Государственное казенное общеобразовательное учреждение
«Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат
№23 для детей с ограниченными возможностями здоровья»

СОГЛАСОВАНО:
Заместитель директора
по учебно-воспитательной работе

« 30 » августа 2024г. С.П. Попова

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ГКОУ
«Специальная (коррекционная)
общеобразовательная школа-интернат №23»

приказ № 92 –ОД от « 02» сентября 2024г. А.А. Устинов

**Адаптированная рабочая программа
по учебному предмету
«Адаптивная физкультура»
для обучающихся 5 б класса (2 вариант)
на 2024/25 учебный год**

Учитель: Щенникова Марина Владимировна
Квалификационная категория: высшая

Рассмотрено на заседании
школьного методического совета
Протокол № 1 от « 30 » августа 2024г.

Невинномысск, 2024г.

| | |
|--|--|
| 1. Целевой раздел. | |
| 1.1. Пояснительная записка..... | |
| 1.1.1. Цели реализации программы..... | |
| 1.1.2. Принципы формирования и механизмы реализации программы..... | |
| 1.1.3. Общая характеристика программы..... | |
| 2. Содержательный раздел..... | |
| 2.1. Планируемые результаты | |
| 2.2. Система оценки знаний обучающихся (промежуточная аттестация)..... | |
| 2.3. Содержание учебного предмета..... | |
| 2.4. Программа формирования БУД средствами учебного предмета «Адаптивная физкультура» | |
| 2.5. Метапредметные связи учебного предмета..... | |
| 3. Организационный раздел..... | |
| 3.1. Система реализации условий программы..... | |
| 3.2. Тематическое планирование по «Адаптивная физкультура» с использованием ЦОР и ЭОР..... | |

1. Целевой раздел.

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Адаптивная физкультура» составлена согласно Федеральному государственному образовательному стандарту образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и разработана в соответствии с требованиями следующих нормативно-правовых документов:

| | |
|----------------------|---|
| Федеральный уровень: | Требования Закона Российской Федерации от 29 декабря 2012г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации». |
| | Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014г. № 1599 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). |
| | Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021г. №115 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - начального общего, основного общего и среднего общего образования». |
| | Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». |
| | Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2022г. №16 "«Об утверждении санитарно–эпидемиологических правил СП 3.1/2.4. 3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)». |
| | Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания». |
| | Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 21 сентября 2022г. №858 «О федеральном перечне учебников, допущенных к использованию при реализации |

| | |
|-------------|--|
| | <p>имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников». Перечень учебников, учебных пособий, используемых в учебном процессе ГКОУ "Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №23" в 2024/25 учебном году.</p> <p>Федеральный закон от 31 июля 2020г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся. Программа воспитания ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №23» (срок обучения – 9 лет) с изменениями от 30.08.2024г.</p> <p>Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 24.11.2022г. №1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).</p> |
| Уровень ОУ: | <p>Устав государственного казенного общеобразовательного учреждения «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №23 для детей с ограниченными возможностями здоровья».</p> <p>Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), (вариант 2).</p> <p>Учебный план ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №23» на 2024/25 учебный год</p> |
| - | |

1.1.1. Цели реализации программы

Специфические нарушения развития обучающегося значительно препятствуют и ограничивают его полноценное общение с окружающими. У обучающихся, имеющих нарушение интеллекта в сочетании с аутистическими расстройствами, отсутствует потребность в коммуникативных связях, имеются трудности выбора и использования форм общения, включая коммуникативную речь и целенаправленность речевой деятельности. У обучающихся с выраженными нарушениями интеллекта отмечается грубое недоразвитие речи и ее функций: коммуникативной,

познавательной, регулирующей. У многих обучающихся с тяжёлыми множественными нарушениями развития (далее – ТМНР) устная (звучащая) речь отсутствует или нарушена настолько, что понимание ее окружающими значительно затруднено либо невозможно.

В связи с этим, обучение обучающихся речи и коммуникации должно включать целенаправленную педагогическую работу по формированию у них потребности в общении, на развитие сохранных речевых механизмов, а также на обучение использованию альтернативных средств коммуникации и социального общения.

Цель обучения формирование коммуникативных и речевых навыков с использованием средств вербальной и невербальной коммуникации, умения пользоваться ими в процессе социального взаимодействия.

Смыслом обучения социальному взаимодействию с окружающими является индивидуальное поэтапное планомерное расширение жизненного опыта и повседневных социальных контактов в доступных для обучающегося пределах. Для этого организуется специальная работа по введению ребёнка в более сложную предметную и социальную среду, что предполагает планомерную, дозированную, заранее программируемую интеграцию в среду сверстников в доступных ребёнку пределах, организованное включение в общение.

1.1.2. Принципы формирования и механизмы реализации программы

В основу программы положены следующие **принципы**:

— принципы государственной политики РФ в области образования (гуманистический характер образования, единство образовательного пространства на территории Российской Федерации, светский характер образования, общедоступность образования, адаптивность системы образования к уровням и особенностям развития и подготовки обучающихся и воспитанников и др.);

— принцип коррекционно-развивающей направленности образовательного процесса, обуславливающий развитие личности обучающегося и расширение его «зоны ближайшего развития» с учетом особых образовательных потребностей;

— принцип практической направленности, предполагающий установление тесных связей между изучаемым материалом и практической деятельностью обучающихся; формирование знаний и умений, имеющих первостепенное значение для решения практико-ориентированных задач;

— принцип воспитывающего обучения, направленный на формирование у обучающихся нравственных представлений (правильно/неправильно; хорошо/плохо и т. д.) и понятий, адекватных способов поведения в разных социальных средах;

— онтогенетический принцип;

— принцип преемственности, предполагающий взаимосвязь и непрерывность образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на всех этапах обучения: от младшего до старшего школьного возраста;

— принцип целостности содержания образования, обеспечивающий наличие внутренних взаимосвязей и взаимозависимостей между отдельными предметными областями и учебными предметами, входящими в их состав;

— принцип учета возрастных особенностей обучающихся, определяющий содержание предметных областей и результаты личностных достижений;

— принцип учета особенностей психического развития разных групп обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

— принцип направленности на формирование деятельности, обеспечивающий возможность овладения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) всеми видами доступной им предметно-практической деятельности, способами и приемами познавательной и учебной деятельности, коммуникативной деятельности и нормативным поведением;

— принцип переноса усвоенных знаний и умений и навыков, отношений, сформированных в условиях учебной ситуации, в различные жизненные ситуации, что позволяет обеспечить готовность обучающегося к самостоятельной ориентировке и активной деятельности в реальном мире;

— принцип сотрудничества с семьей.

Механизмы реализации Программы учитывают особенности и образовательные потребности обучающихся, традиции ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №23», имеющееся ресурсное обеспечение программы.

К основным механизмам реализации программ относятся урочная и внеурочная деятельность школьников, построенная на принципах дифференциации и индивидуализации образовательного процесса, в т.ч. обучение по индивидуальным учебным планам.

1.1.3. Общая характеристика учебного предмета

Учебный предмет «Адаптивная физкультура» является основной частью предметной области «Физическая культура».

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 могли овладеть основой двигательных навыков и умений. Программа учебного курса строится на следующих принципах:

- индивидуализация и дифференциация процесса обучения; учет индивидуальных особенностей каждого ученика (морфофункциональное развитие, состояние сохранных функций, медицинские противопоказания,

состояние двигательных функций и координационных способностей, уровень физической подготовленности, способность к обучению движениям, отношение к занятиям физическими упражнениями: интересы, мотивы);

- коррекционная направленность обучения;
- оптимистическая перспектива,
- комплексность обучения на основе прогрессивных психолого - педагогических и психолого-физиологических теорий,
- адекватность средств, методов и методических приемов обучения двигательным действиям, развитие физических качеств, коррекция психомоторных нарушений и физической подготовки, оптимизация нагрузки, сообщение новых знаний;
- эмоциональность занятий (музыка, игровые методы, нетрадиционное оборудование и пр.);
- создание условий для реального выполнения заданий, оказание помощи, обеспечение безопасности;
- поощрение, одобрение, похвала за малейшие успехи;
- контроль за динамикой результатов учебно-познавательного процесса и функциональным состоянием занимающихся.

В программе принцип коррекционной направленности обучения является ведущим.

Ведущей особенностью адаптивной физкультуры является использование в качестве корригирующего средства физических упражнений, которые оказывают разнообразное действие на коррекцию, компенсацию и нормализацию функций у обучающихся. Физические упражнения являются ведущим средством устранения нарушений физического и психического развития. Они вызывают улучшение кровообращения и дыхания, улучшают трофические процессы. Физические упражнения выполняются из различных исходных состояний, с тренировкой всех групп мышц.

2. Содержательный раздел

2.1. Планируемые результаты

Личностные результаты освоения программы включают:

- 1) основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как
- 2) социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- 3) формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
- 4) формирование уважительного отношения к окружающим;
- 5) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 6) освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

- 7) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- 8) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 9) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 10) развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 11) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Предметные результаты:

1. Освоение доступных средств изобразительной деятельности: лепка, аппликация, рисование; использование различных изобразительных технологий.
2. Способность к самостоятельной изобразительной деятельности.
3. Готовность к участию в совместных мероприятиях

2.2. Система оценки знаний обучающихся (промежуточная аттестация)

Система оценки результатов отражает степень выполнения обучающимся с ТМНР, взаимодействие следующих компонентов:

- что обучающийся знает и умеет на конец учебного периода;
- что из полученных знаний и умений он применяет на практике.

При оценке результативности обучения должны учитываться особенности психического, неврологического и соматического состояния каждого обучающегося. Выявление результативности обучения должно происходить вариативно с учетом психофизического развития обучающегося в процессе выполнения перцептивных, речевых, предметных действий, графических работ. При предъявлении и выполнении всех видов заданий обучающимся должна оказываться помощь: разъяснение, показ, дополнительные словесные, графические и жестовые инструкции; задания по подражанию, совместно распределенным действиям. При оценке результативности достижений необходимо учитывать степень самостоятельности обучающегося.

Оценка выявленных результатов обучения осуществляется в оценочных показателях, основанных на качественных критериях по итогам выполняемых практических действий: «выполняет действие самостоятельно», «выполняет действие по инструкции» (вербальной или невербальной), «выполняет действие по образцу», «выполняет действие с частичной физической помощью», («выполняет действие со значительной физической помощью», («действие не выполняет»; «узнает объект», «не всегда узнает объект», «не узнает объект»).

2.3. Содержание учебного предмета

Содержание учебного предмета «Адаптивная физкультура» представлено следующими разделами: «Физическая подготовка» и «Подвижные игры».

1. Знания о физической культуре – 14ч.

- правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности);
- чистота зала, снарядов;
- значение физических упражнений для здоровья человека;
- формирование понятий: опрятность, аккуратность.;
- физическая нагрузка и отдых;
- физическое развитие;
- осанка;
- физические качества;
- понятия о предварительной и исполнительной командах;
- предупреждение травм во время занятий;
- значение и основные правила закаливания;
- понятия: физическая культура, физическое воспитание.

2. Гимнастика – 14ч.

Теоретические сведения – 4ч.

- элементарные сведения о правильной осанке, равновесии;
- элементарные сведения о скорости, ритме, темпе, степени мышечных усилий;
- развитие двигательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики.

Практический материал – 10ч.

- упражнения для расслабления мышц; мышц шеи;
- укрепления мышц спины и живота;
- развития мышц рук и плечевого пояса, мышц ног;
- развития мышц кистей рук и пальцев;
- формирования правильной осанки;
- укрепления мышц туловища.

Упражнения с предметами:

- с гимнастическими палками;
- -флажками; малыми обручами;
- малыми мячами;
- большим мячом;
- набивными мячами (вес 2 кг);
- упражнения на равновесие;
- лазанье и перелезание;
- упражнения для развития пространственно-временной

- дифференцировки и точности движений;
- переноска грузов и передача предметов;
- прыжки.

3. Лёгкая атлетика – 13ч.

Теоретические сведения – 4ч.

- элементарные понятия о ходьбе, беге, прыжках и метаниях;
- правила поведения на уроках легкой атлетики;
- понятие о начале ходьбы и бега;
- ознакомление учащихся с правильным положением тела во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, метаний;
- значение правильной осанки при ходьбе;
- развитие двигательных способностей и физических качеств средствами легкой атлетики.

Практический материал – 9ч.

- ходьба по прямой линии, ходьба на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы;
- ходьба с сохранением правильной осанки;
- ходьба в чередовании с бегом;
- ходьба с изменением скорости;
- ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову.
- ходьба с изменением направлений по ориентирам и командам учителя;
- ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра.
- ходьба в медленном, среднем и быстром темпе;
- ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями;
- со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.;
- ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами.

4. Бег – 12ч.

- бег на носках;
- бег на месте с высоким подниманием бедра;
- бег с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад;
- бег с преодолением простейших препятствий (канавки, подлезание под сетку, обегание стойки и т. д.);
- быстрый бег на скорость;
- медленный бег;
- чередование бега и ходьбы.;
- высокий старт;
- бег прямолинейный с параллельной постановкой стоп;

- повторный бег на скорость;
- низкий старт;
- специальные беговые упражнения: бег с подниманием бедра, с захлестыванием голени назад, семенящий бег;
- челночный бег.

5. Прыжки – 12ч.

- прыжки с ноги на ногу на отрезках ;
- -подпрыгивание вверх на месте с захватом или касанием висящего предмета (мяча);
- прыжки в длину с места;
- прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед, в стороны;
- прыжки с высоты с мягким приземлением;
- прыжки в длину и высоту с шага;
- прыжки с небольшого разбега в длину;
- прыжки с прямого разбега в длину;
- прыжки в длину с разбега без учета места отталкивания;
- прыжки в высоту с прямого разбега способом «согнув ноги»;
- прыжки в высоту способом «перешагивание».

6. Метание – 12ч.

- броски и ловля волейбольных мячей;
- метание колец на шесты;
- метание с места малого мяча в стенку правой и левой рукой;
- метание большого мяча двумя руками из-за головы и снизу с места в стену;
- броски набивного мяча (1 кг) сидя двумя руками из-за головы;
- метание теннисного мяча с места одной рукой в стену и на дальность;
- метание мяча с места в цель;
- метание мячей с места в цель левой и правой руками;
- метание теннисного мяча на дальность отскока от баскетбольного щита;
- метание теннисного мяча на дальность с места;
- броски набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками.

7. Игры – 25ч.

Теоретическая часть – 7ч.

- элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор

- места, взаимодействие с партнером, командой и соперником);
- элементарные сведения по овладению игровыми умениями (ловля мяча, передача, броски, удары по мячу).

Практическая часть – 18ч.

- подвижные игры;
- коррекционные игры;
- игры с бегом;
- прыжки;
- лазание.

2.4. Программа формирования БУД средствами учебного предмета «Адаптивная физкультура»

Личностные учебные действия:

Личностные учебные действия представлены следующими умениями: испытывать чувство гордости за свою страну; гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей; адекватно эмоционально откликаться на произведения литературы, музыки, живописи и др.; уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности; активно включаться в общепользную социальную деятельность; бережно относиться к культурно-историческому наследию родного края и страны.

Коммуникативные учебные действия:

Коммуникативные учебные действия включают: вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.); слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его, использовать разные виды делового письма для решения жизненно значимых задач; использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

Регулятивные учебные действия:

Регулятивные учебные действия представлены умениями: принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления; осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности; обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности; адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.

Познавательные учебные действия:

Дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-

пространственную организацию;

использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями;

использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

2.5. Метапредметные связи учебного предмета

Предметная область «Физическая культура», цель которой - овладение грамотой, основными речевыми формами и правилами их применения..

Метапредметные связи: *Математика*. Владеть пространственными понятиями вех – низ, понятиями величины: больше – меньше.

Письмо и развитие речи. Знание букв. Владение устной речью в меру особенностей развития.

Природоведение. Самостоятельное называть времена года, явлений природы.

Изобразительное искусство. Зарисовки предметов и движений людей

Место учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет «Адаптивная физкультура», как один из наиболее важных для развития и коррекции познавательной деятельности обучающихся с ТМНР, включен в обязательную часть учебного плана образовательной организации.

Согласно учебному плану на изучение учебного предмета «Русский язык» выделяется в 5-м классе – 102 часа (3 часа в неделю, 34 учебные недели).

Срок реализации данной рабочей программы – 1 год.

В случае сложной эпидемиологической ситуации в стране, в Ставропольском крае и невозможности получать образовательные услуги в традиционной форме будет осуществлён переход в формат дистанционного обучения. Федеральный закон от 29.12.2012 N273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020). (Статья 16. Реализация образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий).

Основной целью дистанционного обучения школьников является: предоставление учащимся школы доступа к качественному образованию, посредством почты, факса, телефонной связи, учебных телевизионных программ, учебных материалов на дисках, использования ресурсов Интернета, цифровых образовательных ресурсов.

В случае перехода на дистанционный формат обучения планируется выдать весь материал в соответствии с расписанием путем уплотнения тем, схожих по содержанию.

3. Организационный раздел

3.1. Система реализации условий программы

| Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2). | Учебники | Методический материал | Дидактический материал | Дополнительная литература |
|--|--|--|---|--|
| | 1. Русский язык, 5 класс. Якубовская Э. В., Галунчикова Н.Г. Москва «Просвещение», 2017. | 4. «Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений 8 вида. 5-9 классы. Сборник 1». Москва. Владос. 2013. 5. Аксенова А.К. «Методика обучения русскому языку в коррекционной школе». Москва. Владос, 2011. 6. Ефименкова Л.Н., Коррекция устной и | Коррекционные упражнения, физминутки, речевые разминки, игровые упражнения, | 1. Якубовская Э. В. Русский язык. Методические рекомендации. 5–9 классы: учеб. пособие для общеобразоват. организаций, реализующих адапт. основные общеобразоват. программы / Э. В. Якубовская. – М.: Просвещение, 2020. |

| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| | | <p>письменной речи обучающихся начальных классов: пособие для логопедов. - М.: Гуманитарное издание центр ВЛАДОС, 2006.</p> <p>7. Зикеев А.Г. «Практическая грамматика на уроках русского языка. 1-4 части». Москва. Владос, 2018.</p> <p>8. Прокопенко М.Е., Русский язык и Литература. 5-7 классы: речевые разминки, зрительные диктанты, игровые упражнения/авт.-сост. М.Е. Прокопенко. Волгоград: Учитель, 2019.</p> | <p>наглядные пособия, рисунки, игрушки, плакаты.</p> | <p>2. Баряева Л.Б., Зарин А. Обучение сюжетно-ролевой игре детей с проблемами интеллектуального развития. – С-Пб.: Союз, 2001.</p> <p>3. Белякова И.В. Запоминание стихотворных текстов умственно отсталыми школьниками // Роль обучения в развитии психики детей-олигофренов / Под ред. В.Г. Петровой. – М., 1981.</p> |
|--|--|--|--|---|

**3.2. Тематическое планирование по предмету «Адаптивная физкультура»
с использованием ЦОР и ЭОР**

| № п/п | Наименование разделов и тем | Количество часов, отводимых на освоение темы | Электронные образовательные ресурсы (виды) |
|-------|------------------------------|--|---|
| 1. | Знания о физической культуре | 9 | Электронный учебник, презентация, интерактивные уроки, звукозаписи_ www.school-collection.edu.ru |
| 2. | Гимнастика | 9 | звукозаписи, аудиокниги, различные символные объекты и деловая графика, текстовые бумаги, фото, видеофрагменты |
| 3. | Легкая атлетика | 9 | www.school-collection.edu.ru , www.fcior.edu.ru . |
| 4. | Бег | 9 | |
| 5. | Прыжки | 8 | |
| 6. | Метание | 8 | |
| 7. | Игры | 16 | |