


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ  
ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ПЕТРОВСКОГО РАЙОНА  
ГОРОДА ДОНЕЦКА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ШКОЛА № 108 ГОРОДА ДОНЕЦКА»

РАССМОТРЕНО  
на заседании школьного  
методического  
объединения учителей  
начальных классов  
Протокол № 4  
от «04» сентября 2023 г.

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора  
 И.А. Иванина  
«04» сентября 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор МБОУ «ШКОЛА № 108  
Г. ДОНЕЦКА»  
 Н.Е. Домидова  
Приказ № 89  
от «04» сентября 2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**общего образования**  
**обучающихся с умственной отсталостью**  
**(интеллектуальными нарушениями, вариант 1)**  
**«Адаптированная физическая культура»**  
**4 класс**

ДОНЕЦК, 2023

Аннотация  
к рабочей программе учебного предмета  
«Адаптивная физическая культура»  
по адаптированной основной общеобразовательной программе образования обучающихся  
с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)  
(вариант 1) 4 класс

Нормативная основа	<p>Примерные рабочие программы по предмету «Адаптивная физическая культура» для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) разработаны с учётом актуальных нормативных документов: – Закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; – Федеральный закон Российской Федерации от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»; – Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28.)</p>
Срок реализации	4 года
Цели и задачи	<p>примерной рабочей программы по адаптивной физической культуре: создание условий для всестороннего развития личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекции недостатков психофизического развития, расширения индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.</p> <p>Задачи реализации содержания учебного предмета «физическая культура» в течение всего срока освоения адаптированной основной образовательной программы определяет следующие: - формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни, включая соблюдение режима дня, сбалансированного питания и сна; - воспитание интереса к физической культуре и спорту, формирование потребности в систематических занятиях физическими упражнениями, доступными видами спорта, пользоваться санитарно-гигиеническими средствами и оздоровительными силами природы; - развитие физических способностей: скоростных, силовых, скоростных, выносливости, гибкости; - формирование у обучающихся умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, адекватно их дозировать; - овладение основами доступных видов спорта (лёгкой атлетикой, гимнастикой, лыжной подготовкой и другими) в соответствии с возрастными и психофизическими особенностями обучающихся; - коррекция недостатков познавательной сферы и психомоторного развития; развитие и совершенствование эмоционально-волевой сферы; - воспитание моральных и нравственных качеств и свойств личности</p>
Место в учебном плане	<p>Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» входит в предметную область «Физическая культура» и составляет следующее количество часов в 4 классе по 1 часу в неделю, в год 35 часов. Срок реализации настоящей программы 1 учебный год. Занятия по данной рабочей программе проводятся в форме урока (40 мин).</p>

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ  
4 КЛАСС**

№ п/п	Тема	Класс	Количество часов
1	Знания о физической культуре.	4	В процессе обучения
2	Гимнастика .		10
3	Легкая атлетика.		12
4	Игры.		12