

Муниципальное казенное образовательное учреждение для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья Одинцовская общеобразовательная школа «Надежда»

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ К.С. Махнач

Приказ № _____ от _____ 2022

Календарно – тематическое планирование
по предмету: «Адаптивная физическая культура»
8 «В» класс

Составитель: Симакова Вероника Малхазовна
учитель физической культуры

2022-2023 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету: «адаптивная физическая культура» разработана для обучающихся 5-9 классов по адаптированной основной общеобразовательной программе образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2), по адаптированной основной общеобразовательной программе образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра (РАС) МКОУ для обучающихся с ОВЗ Одинцовской общеобразовательной школы «Надежда».

Данная программа составлена на основе:

Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ от 19 декабря 2014 г. №1599);

Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2).

Для реализации данной программы используется линия учебников В.В. Воронковой

Место предмета в учебном плане

Рабочая программа составлена на 68 часов (по 2 часа в неделю при 34 учебных неделях).

Описание методического и материально- технического обеспечения образовательного процесса

1. Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида, под редакцией В.В. Воронковой. - Москва, «Просвещение», 2013 год.
2. Сборник Программ по физической культуре для образовательных учреждений, реализующих адаптированные образовательные программы для детей с ограниченными возможностями здоровья (для учащихся с легкой умственной отсталостью), под редакцией М.М. Креминской.

Основное содержание учебного предмета

Тематическое планирование

№	Наименование раздела	Количество часов
1	Легкая атлетика	20
2	Гимнастика	15
3	Лыжная подготовка	8
4	Спортивные игры	25
	Итого	68

Календарно-тематическое планирование

№	Тема урока	Дата по плану	Дата по факту	Примечание
1.	Техника безопасности на уроках физкультуры	01.09.2022		
2.	Бег на короткие дистанции	06.09.2022		
3.	Бег на короткие дистанции	08.09.2022		
4.	Бег на короткие дистанции	13.09.2022		
5.	Бег на средние дистанции	15.09.2022		
6.	Бег на средние дистанции	20.09.2022		
7.	Бег на 60 м высокий старт	22.09.2022		
8.	Бег на 60 м высокий старт	27.09.2022		
9.	Бег на время 100 м низкий старт	29.09.2022		
10.	Метание теннисного мяча с места	04.10.2022		
11.	Метание теннисного мяча с разбега	06.10.2022		
12.	Метание теннисного мяча с разбега в цель	18.10.2022		
13.	Метание теннисного мяча с разбега в цель	20.10.2022		
14.	Прыжок в длину с места	25.10.2022		
15.	Прыжок в длину с места	27.10.2022		
16.	Прыжок в длину с разбега	01.11.2022		
17.	Прыжок в длину с разбега	03.11.2022		
18.	Прыжок в высоту	08.11.2022		
19.	Челночный бег	10.11.2022		
20.	Эстафеты с передачей эстафетной палочки 4x100м	15.11.2022		
Гимнастика				
21.	Техника безопасности во время занятий гимнастикой. Строевые упражнения.	17.11.2022		
22.	Кувырки вперед и назад.	29.11.2022		
23.	Кувырки вперед и назад.	01.12.2022		
24.	Кувырки вперед и назад.	06.12.2022		
25.	Акробатические упражнения	08.12.2022		
26.	Акробатические упражнения	13.12.2022		
27.	Опорный прыжок: согнув ноги (м); прыжок боком с поворотом на 90о (Д)	15.12.2022		
28.	Опорный прыжок: согнув ноги (м); прыжок боком с поворотом на 90о (Д)	20.12.2022		
29.	Закрепление изученных элементов на снарядах. Лазание по канату, упражнения в равновесии.	22.12.2022		

30.	Закрепление изученных элементов на снарядах. Лазание по канату, упражнения в равновесии.	27.12.2022		
31.	Упражнения в равновесии (д); Стойки и передвижение в стойке (м)	29.12.2022		
32.	Ходьба по рейке гимнастической скамейки приставными шагами	10.01.2023		
33.	Общеразвивающие и корригирующие упражнения без предметов. Развитие координационных способностей.	12.01.2023		
34.	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем.	17.01.2023		
35.	Подтягивание на перекладине хватом сверху	19.01.2023		
Лыжная подготовка				
36.	Техника безопасности на уроках лыжной подготовки	24.01.2023		
37.	Скользкий шаг без палок и с палками	26.01.2023		
38.	Одновременный одношажный ход	31.01.2023		
39.	Одновременный одношажный ход	02.02.2023		
40.	Попеременный двухшажный ход	07.02.2023		
41.	Попеременный двухшажный ход	09.02.2023		
42.	Торможение и поворот упором	14.02.2023		
43.	Эстафеты на учебном кругу лыжни	16.02.2023		
Спортивные игры				
44.	Баскетбол. Передвижения, ведение мяча с изменением направления.	28.02.2023		
45.	Баскетбол. Передвижения, ведение мяча с изменением направления.	02.03.2023		
46.	Баскетбол. Ведение мяча шагом.	07.03.2023		
47.	Баскетбол. Бросок мяча в кольцо.	07.03.2023		
48.	Игра с элементами баскетбола.	09.03.2023		
49.	Игра в баскетбол.	14.03.2023		

50.	Футбол. Ведение мяча внутренней стороной стопы, передачи в парах.	16.03.2023		
51.	Футбол. Ведение мяча внешней стороной стопы, передачи в парах.	21.03.2023		
52.	Футбол. Удары внутренней стороной стопы.	23.03.2023		
53.	Футбол. Удары внутренней стороной стопы.	28.03.2023		
54.	Подвижные игры с элементами футбола.	30.03.2023		
55.	Подвижные игры с элементами футбола.	11.04.2023		
56.	Игра в футбол.	13.04.2023		
57.	Волейбол	18.04.2023		
58.	Волейбол	20.04.2023		
59.	Волейбол	25.04.2023		
60.	Волейбол	27.04.2023		
61.	Волейбол	02.05.2023		
62.	Волейбол	04.05.2023		
63.	Подвижные игры с элементами волейбола	09.05.2023		
64.	Подвижные игры с элементами волейбола	16.05.2023		
65.	Подвижные игры с элементами волейбола	18.05.2023		
66.	Подвижные игры с элементами волейбола	23.05.2023		
67.	Подвижные игры с элементами волейбола	25.05.2023		
68.	Игра в волейбол	30.05.2023		