

«Утверждаю»
Директор школы
Закурова Г.К.

« 02 » 09 2024г

«Согласовано»
Зам.директора по УР
Ильenkova A.H.

« 02 » 09 2024ж

Рассмотрено:
на заседании МО
Протокол №1

« 2 » 09 2024ж
Тулегенова Р.К.

Календарно – тематическое планирование
«Адаптивная физическая культура»
3 «Б» класс

Учитель: Нургалиев Б.Б.

2024-2025 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по адаптивной физкультуре составлена в соответствии с нормативно-правовыми и инструктивно-методическими документами:

Цель уроков адаптивной физкультуры в 3 классе повышение двигательной активности детей с УУО и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни.

Задачи:

- 1) всестороннее гармоническое развитие и социализация учащихся;
- 2) формирование необходимых в разнообразной двигательной деятельности знаний, умений, навыков и воспитание сознательного отношения к их использованию;
- 3) совершенствование двигательных, интеллектуальных, волевых и эмоциональных навыков;
- 4) воспитание нравственных качеств, приучение к дисциплинированности, организованности, ответственности, элементарной самостоятельности.

Адаптивная физкультура является составной частью всей системы работы с инклюзивными учащимися.

Адаптивная физкультура рассматривается и реализуется комплексно и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением.

Разнородность состава учащихся начального звена по психическим двигательным и физическим данным выдвигает ряд конкретных задач физического воспитания:

- коррекция и компенсация нарушения физического развития;
- развитие двигательных возможностей в процессе обучения;
- формирование, развитие и совершенствование двигательных умений и навыков;
- развитие у учащихся основных физических качеств, привить устойчивого отношения к занятиям по физкультуре;
- укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию.

Система физического воспитания, объединяющая все формы занятий физическими упражнениями, должна способствовать социализации ученика в обществе, формированию духовных способностей ребенка. В связи с этим в основе обучения физическим упражнениям должны просматриваться следующие принципы:

- индивидуализация и дифференциация процесса обучения;
- коррекционная направленность обучения;
- оптимистическая перспектива;
- комплексность обучения на основе прогрессивных психолого-педагогических и психолого-физиологических теорий.

Учителю необходимо разбираться в структурах дефекта аномального ребенка; знать причины вызвавшие умственную отсталость; уровень развития двигательных возможностей; характер двигательных нарушений.

Одним из ведущих требований к проведению уроков адаптивной физкультуры в начальных классах является широкое использование дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся.

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

№	Тема урока	Кол-во часов	Виды деятельности	Дата
1 четверть				
1	Техника безопасности на уроке. Знакомство с физкультурным залом	1	Ориентировка в зале по конкретным ориентирам.	8.09
2	Знакомство с оборудованием и материалами для уроков физкультуры	2	Различать оборудование для уроков физкультуры. Правила поведения во время занятий физическими упражнениями.	5.09
				6.09
3	Совместные с каждым учащимся игры с мячом.	1	Понятие об играх с мячом.	10.09
4	Упражнение в построении парами.	2	Понятие о построении парами.	12.09
				13.09
5	Упражнение в построении по одному в ряд.	1	Понятие о построении по одному в ряд.	14.09
6	Упражнение в построении в колонну друг за другом.	2	Построение в колонну друг за другом.	19.09
				20.09
7	Ходьба стайкой за учителем.	1	Понятие о ходьбе стайкой.	24.09
8	Ходьба в заданном направлении (к игрушке).	2	Понятие о ходьбе в заданном направлении.	26.09
				24.09
9	Ходьба между предметами.	1	Понятие о ходьбе между предметами.	1.10
10	Бег вслед за учителем.	2	Бег вслед за учителем.	3.10
				4.10
11	Бег по сигналу вслед за направляющим.	1	Понятие о беге по сигналу вслед за направляющим.	8.10
12	Бег в направлении к учителю.	2	Понятие о беге в направлении к учителю.	10.10
				11.10
13	Выполнение подскоков на месте совместно с учителем, держась за руки.	1	Выполнение подскоков.	15.10
				1
14	Подскоки на мячах – фитболах.	2	Выполнение подскоков на мячах– фитболах.	17.10
				18.10
15	Прокатывание мяча двумя руками учителю.	1	Прокатывание мяча	22.10
16	Прокатывание мяча под дугу.	2	Прокатывание мяча под дугой.	24.10
				25.10/24.10)
2 четверть				
17	Ловля мяча, брошенного учителем.	1	Ловля брошенного мяча.	5.11
18	Ползание на животе по прямой.	2	Ползание на животе.	7.11
				8.11
19	Ползание на четвереньках в заданном направлении.	1	Ползание на четвереньках.	12.11
20	Совершенствование построения в ряд.	2	Построение. Выполнение команды: «Становись!»	14.11
				15.11

21	Совершенствование построения в колонну друг за другом.	1	Построение в колонну друг за другом.	19.11
22	Ходьба по дорожке в заданном направлении.	2		21.11 22.11
23	Ходьба с предметом в руке.	1		26.11
24	Упражнение в перешагивании через незначительные препятствия.	2	Перешагивание через кубики	28.11 29.11
25	Упражнение в беге в заданном направлении с игрушкой в руках.	1		03.12
26	Бег за учителем с ленточкой в руках.	2		5.12 6.12
27	Бег по сигналу врассыпную.	1		10.12
28	Выполнение подскоков на месте совместно с учителем, держась за одну руку.	2	Подскоки.	12.12 13.12
29	Подскоки на мячах-прыгунах	1		17.12
30	Учить прокатывать мяч двумя руками друг другу.	2	Прокатывание мяча.	19.12 20.12
31	Прокатывание цилиндров из полуфункциональных наборов «Собери пирамидку».	1	Прокатывание цилиндров.	24.12
32	Упражнение в пролезании на четвереньках под дугой.	2	Пролезание под дугой на четвереньках.	26.12 27.12
3 четверть				
33	Пролезание в воротца, составленные из мягких модулей.	1	Пролезание в воротца.	9.01
34	Упражнение в построения в ряд по сигналу.	1	Построения в ряд	10.01
35	Ходьба по сенсорной тропе	2	Ходьба.	14.01. 16.01
36	Ходьба по коврику «ГОФР».	1		17.01
37	Закрепление умения бегать вслед за учителем по сигналу.	2	Бег.	21.01 23.01
38	Обучение бегу в медленном и быстром темпе.	1		24.01
39	Самостоятельное выполнение подскоков на ногах попеременно.	1		28.01
40	Прыжки, слегка продвигаясь вперед.	1	Прыжки с продвижением.	30.01
41	Закрепление умения ползать на животе по прямой.	1	Ползание.	31.01
42	Обучение пролезанию на четвереньках под дугой, рейкой.	2	Пролезание под дугой, рейкой.	4.02 6.02
43	Игры с элементами общеразвивающих упражнений: «Мы солдаты».	1	Выполнение правил игры.	7.02
44	Игры с бегом: «Веселая эстафета».	2	Выполнение правил игры.	11.02 13.02
45	Игры с прыжками: «Мячик кверху».	1		14.02
46	Игры с метанием, ловлей: «Метко в цель».	2		18.02 20.02
47	Правила поведения при проведении	1		21.02

	физкультурных занятий на улице.			
48	Построение с санками в шеренгу.	2	Построение.	23.02 27.02
49	Катание на санках друг за другом.	1	Катание.	28.02
50	Катание друг друга на санках.	2		4.03 6.03
51	Катание на санках- ледянках с небольшой горки.	1		7.03
52	Обучение простейшим перестроениям из колонны в шеренгу.	2	Перестроение из колонны в шеренгу.	11.03 13.03
53	Обучение простейшим перестроениям из шеренги в колонну.	2	Перестроение из шеренги в колонну.	14.03 18.03
4 четверть				
54	Ходьба по кругу, взявшись за руки.	1	Ходьба по кругу	20.03 1.04
55	Формирование умения двигаться под музыку с прихлопыванием.	1	Перестроение.	3.04
56	Ходьба с высоким подниманием бедра	2		4.04 8.04
57	Ходьба на носках и пятках	1		10.04
58	Бег в медленном темпе по сигналу в заданном направлении.	2		11.04 15.04
59	Бег в быстром темпе по сигналу в заданном направлении.	1		17.04
60	Выполнение подскоков на двух ногах с продвижением вперед.	2	Подскоки на двух ногах с продвижением вперед	18.04 22.04
61	Подпрыгивание на надувном мяче - фитболе.	1		24.04
62	Обучение ползать на животе и на четвереньках по прямой по словесной инструкции.	2	Ползание на животе и на четвереньках.	25.04 29.04
63	Коррекционные подвижные игры: «По канату».	1	Выполнение правил игры.	1.05 (2.05)
64	Игры с элементами общеразвивающих упражнений: «Слушай сигнал».	2		2.05 6.05
65	Подвижная игра «Метко в цель».	2		8.05 9.05 (13.05)
66	Подвижная игра «Кого называли, тот и ловит».	2	Выполнение правил игры.	13.05 15.05
67	Подвижная игра «Мыши и кот».	2		16.05 20.05
68	Подвижная игра «Догони мяч».	2		22.05 23.05
	Итого	102		

Лр 462
1.03.24

Лр 637
2.03.24