

Аннотация к рабочей программе

Название предмета	«Адаптивная физическая культура»
Класс	1в
Год обучения	1
Количество часов	66 часов за год (2 часа в неделю)
Составитель	Шахматов Д.Г.
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> - формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков - укрепление и сохранение здоровья детей - Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности
Содержание предмета	<p>Физическая подготовка. Формирование умения принятия исходного положения. Принимает исходные положения: основная стойка, стойка «ноги на ширине плеч». Формирование умения Построения и перестроения. Выполняет построение в одну шеренгу, перестроение из шеренги в круг. Размыкание на вытянутые руки в стороны. Формирование умения выполнения поворотов на месте. Выполняет повороты: налево, направо. Формирование умения выполнения ходьбы с заданием. Выполняет ходьбу с удержанием рук за спиной (на поясе, на голове, в стороны). Ходьбу ровным шагом, на носках, пятках. Ходьбу с изменением темпа, направления движения. Формирование умения выполнения прыжков. Выполняет прыжки на двух ногах на месте (с поворотами), с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Перепрыгивание с одной ноги на другую на месте, с продвижением вперед. Формирование умения лазания. Выполняет. Лазание по гимнастической стенке вверх (вниз, в стороны). Общеразвивающие и корригирующие упражнения Выполняет: произвольный вдох (выдох) через рот (нос). Одновременное сгибание, разгибание пальцев рук. Движения головой: наклоны вперед (назад), повороты. Поднимает голову лежа на животе (спине). Выполняет наклоны туловища вперед (в стороны), повороты вправо (влево). Выполняет стойку на коленях. Коррекционные подвижные игры. Формирование умения выполнения отдельных элементов коррекционных подвижных игр и спортивных упражнений. Узнает баскетбольный мяч. Выполняет передачу баскетбольного мяча без отскока от пола. Ловит баскетбольный мяч без отскока от пола. Узнает волейбольный мяч. Выполняет подачу (бросок) волейбольного мяча сверху, снизу. Узнает футбольный мяч. Выполняет удар ногой по мячу с места, с 2-х шагов. Выполняет остановку катящегося мяча ногой, руками, отбивает мяч ногой (руками). Формирование умения соблюдения правил в подвижных играх. Выполняет задания в играх: «Стоп, хоп, раз», «Болото», «Пятнашки».</p>
Требования к уровню подготовки обучающихся	<p>Учащиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - знать место построения в спортивном зале - знать понятия «направляющий», «замыкающий» - правила поведения на уроках физкультуры - правила игр <p>- знать понятия «направляющий», « замыкающий»</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила поведения на уроках физкультуры - правила игр. <p>Учащиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -принимать исходные положения: основная стойка, стойка «ноги на ширине плеч» -выполнять построение в одну шеренгу, размыкание на вытянутые руки в стороны -выполнять повороты: налево, направо -выполнять ходьбу с удержанием рук за спиной (на поясе, на голове, в стороны).

	<p>Ходьбу ровным шагом, на носках, пятках. Ходьбу с изменением темпа, направления движения</p> <ul style="list-style-type: none"> -выполнять прыжки на двух ногах на месте (с поворотами), с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Перепрыгивать с одной ноги на другую на месте, с продвижением вперед -выполнять лазание по гимнастической стенке вверх (вниз) -выполнять: произвольный вдох (выдох) через рот (нос). Одновременное сгибание, разгибание пальцев рук. Движения головой: наклоны вперед (назад), повороты. Поднимает голову лежа на животе (спине). Выполняет наклоны туловища вперед (в стороны), повороты вправо (влево). -выполнять бросок и ловлю мяча -выполнять удар ногой по мячу с места. Выполняет остановку катящегося мяча ногой, руками -выполнять задания в играх: «Стоп, хоп, раз», «Болото», «Пятнашки». <p>Учащиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -принимать исходные положения: основная стойка, стойка «ноги на ширине плеч» -выполнять построение в одну шеренгу -выполнять повороты: налево, направо -выполнять ходьбу ровным шагом, на носках, пятках -выполнять прыжки на двух ногах на месте -выполнять лазание по гимнастической стенке вверх (вниз) -выполнять: произвольный вдох (выдох) через рот (нос). Одновременное сгибание, разгибание пальцев рук. Движения головой: наклоны вперед (назад), повороты. Поднимает голову лежа на животе (спине). Выполняет наклоны туловища вперед (в стороны), повороты вправо (влево).
--	---

Аннотация к рабочей программе

Название предмета	«Адаптивная физическая культура»
Класс	2а
Год обучения	2
Количество часов	68 часов за год (2 часа в неделю)
Составитель	Шахматов Д.Г.
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> - формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков - укрепление и сохранение здоровья детей - Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности
Содержание предмета	<p>Физическая подготовка.</p> <p>Формирование умения принятия исходного положения.</p> <p>Принимает исходные положения: узкая стойка, основная стойка, стойка «ноги на ширине плеч».</p> <p>Формирование умения Построения и перестроения.</p> <p>Выполняет построение в колонну по одному, перестроение из 1 шеренги в 2.</p> <p>Размыкание на вытянутые руки в колонне.</p> <p>Формирование умения выполнения поворотов на месте.</p> <p>Выполняет повороты: на лево, на право, кругом.</p> <p>Формирование умения выполнения строевой ходьбы и бега.</p> <p>Выполняет строевую ходьбу и бег в медленном темпе, в колонне по одному.</p> <p>Формирование умения выполнения ходьбы и бега с заданием.</p> <p>Выполняет ходьбу с удержанием рук за спиной (на поясе, на голове, в стороны).</p> <p>Ходьбу, на носках, пятках, приставным шагом, в полуприседе. Преодолеват простейшие препятствия при ходьбе (беге).</p> <p>Формирование умения выполнения прыжков.</p> <p>Выполняет прыжки на двух ногах на месте (с поворотами), с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Перепрыгивает с одной ноги на другую с продвижением вперед.</p> <p>Формирование умения Ползания, подлезания, лазания, перелезания</p> <p>Подлезает под препятствие на четвереньках. Лазает по наклонной гимнастической скамейке вверх (вниз). Перелезает через препятствия высотой 30-50 см.</p> <p>Коррекционные подвижные игры.</p> <p>Формирование умения выполнения отдельных элементов спортивных игр и</p>

	<p>спортивных упражнений.</p> <p>Выполняет передачу баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Ловит баскетбольный мяч без отскока от пола (с отскоком от пола).</p> <p>Выполняет Подачу (подбивание) волейбольного мяча снизу.</p> <p>Выполняет удар по стоящему мячу с места, с 2-х шагов. Отбивает катящийся мяч ногой, стоя на месте. Выполняет остановку катящегося мяча ногой.</p> <p>Формирование умения выполнения игровых заданий в играх.</p> <p>Выполняет игровые задания в играх: «Рыбаки и рыбки», «Бросай-ка». С направляющей помощью.</p>
<p>Требования к уровню подготовки обучающихся</p>	<p>Учащиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - знать место построения в спортивном зале - знать свое место в строю - знать понятия «направляющий», «замыкающий» - правила поведения на уроках физкультуры - правила игр <p>Учащиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - знать понятия «направляющий», « замыкающий» - правила поведения на уроках физкультуры - правила игр. - знать место построения в спортивном зале <p>Учащиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -принимать исходные положения: узкая стойка, основная стойка, стойка «ноги на ширине плеч» -выполнять построение в колонну по одному, перестроение из 1 шеренги в 2. Размыкание на вытянутые руки в колонне -выполнять повороты: на лево, на право, кругом -выполнять строевую ходьбу и бег в медленном темпе, в колонне по одному -выполнять ходьбу с удержанием рук за спиной (на поясе, на голове, в стороны). Ходьбу, на носках, пятках, приставным шагом, в полуприседе. -преодолевать простейшие препятствия при ходьбе (беге) -выполнять прыжки на двух ногах на месте (с поворотами), с продвижением вперед (назад, вправо, влево) -перепрыгивать с одной ноги на другую с продвижением вперед -подлезать под препятствие на четвереньках. Лазать по наклонной гимнастической скамейке вверх (вниз) -перелезть через препятствия высотой 30-50 см. -выполнять передачу баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола) -ловить баскетбольный мяч без отскока от пола (с отскоком от пола) -выполнять подачу (подбивание) волейбольного мяча снизу -выполнять удар по стоящему мячу с места, с 2-х шагов -отбивать катящийся мяч ногой, стоя на месте -выполнять остановку катящегося мяча ногой -выполнять игровые задания в играх: «Рыбаки и рыбки», «Бросай-ка» с направляющей помощью <p>Учащиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -принимать исходные положения: узкая стойка, основная стойка, стойка «ноги на ширине плеч». -выполнять построение в колонну по одному, размыкание на вытянутые руки в колонне -выполнять повороты: на лево, на право, кругом -выполнять строевую ходьбу и бег в медленном темпе, в колонне по одному -выполнять ходьбу на носках, пятках, приставным шагом -преодолевать простейшие препятствия при ходьбе (беге) -выполнять прыжки на двух ногах на месте -перепрыгивать с одной ноги на другую с продвижением вперед

	<ul style="list-style-type: none"> -подлезать под препятствие на четвереньках -перелезть через препятствия высотой 50-60 см. -выполнять бросок и ловлю баскетбольного мяча -выполнять подачу (подбивание) волейбольного мяча снизу -выполнять удар по стоящему мячу с места -отбивать катящийся мяч ногой, стоя на месте -выполнять остановку катящегося мяча ногой -выполнять игровые задания в играх: «Рыбаки и рыбки», «Бросай-ка» с направляющей помощью.
--	---

Аннотация к рабочей программе

Название предмета	«Адаптивная физическая культура»
Класс	3-4 класс - комплект
Год обучения	3
Количество часов	68 часов за год (2 часа в неделю)
Составитель	Шахматов Д.Г.
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> -формирование основных и прикладных двигательных навыков - укрепление и сохранение здоровья детей - Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности - Воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями.
Содержание предмета	<p>Физическая подготовка.</p> <p>Формирование умения принятия исходного положения.</p> <p>Принимает исходные положения: узкая стойка, основная стойка, стойка «ноги на ширине плеч».</p> <p>Формирование умения построения и перестроения.</p> <p>Выполняет построение в колонну по одному, перестроение из 1 шеренги в 2; в круг.</p> <p>Размыкание на вытянутые руки в колонне.</p> <p>Формирование умения выполнения поворотов на месте.</p> <p>Выполняет повороты: на лево, на право, кругом.</p> <p>Формирование умения выполнения строевой ходьбы и бега.</p> <p>Выполняет строевую ходьбу и бег в медленном темпе, в колонне по одному. Повороты: на лево, на право (в движении).</p> <p>Формирование умения выполнения ходьбы и бега с заданием.</p> <p>Выполняет ходьбу с удержанием рук за спиной(на поясе,на голове,встороны). Ходьбу, на носках, пятках, приставным шагом, в полуприседе. Преодолеват простейшие препятствия при ходьбе (беге).</p> <p>Формирование умения выполнения прыжков.</p> <p>Выполняет прыжки на двух ногах на месте(с поворотами),с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Перепрыгивает с одной ноги на другую с продвижением вперед.</p> <p>Формирование умения ползания, подлезания, лазания, перелезания.</p> <p>Подлезает под препятствие на четвереньках. Лазает по наклонной гимнастической скамейке и лестнице вверх (вниз), Перелезает через препятствия высотой 30-60 см.</p> <p>Коррекционные подвижные игры.</p> <p>Формирование умения выполнения отдельных элементов спортивных игр и спортивных упражнений.</p> <p>Выполняет передачу баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола).</p> <p>Ловит баскетбольный мяч без отскока от пола (с отскоком от пола).</p> <p>Выполняет Подачу (подбивание) волейбольного мяча снизу (сверху).</p> <p>Выполняет удар по стоящему мячу с места, с 2-х шагов. Отбивает катящийся мяч ногой, стоя на месте. Выполняет остановку катящегося мяча ногой.</p> <p>Формирование умения выполнения игровых заданий в играх.</p> <p>Выполняет игровые задания в играх: «Пятнашки», «Бросай-ка». С направляющей помощью.</p>
Требования к уровню подготовки обучающихся	<p>Учащиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технику безопасности на уроках физкультуры - знать свое место в строю - как выполняются строевые команды - знать понятия «колонна», «шеренга» - знать понятия «направляющий», «замыкающий» - правила поведения на уроках физкультуры - правила игр

	<p>Учащиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -принимать исходные положения: узкая стойка, основная стойка, широкая стойка, стойка «ноги на ширине плеч» - выполнять построение в шеренгу, колонну по одному, перестроение из 1 шеренги в 2; в круг. Размыкание на вытянутые руки в колонне, шеренге - выполнять повороты: на лево, на право, кругом - выполнять строевую ходьбу и бег в медленном темпе, в колонне по одному. <p>Повороты: на лево, на право (в движении)</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять ходьбу с удержанием рук за спиной(на поясе,на голове,встороны). Ходьбу, на носках, пятках, приставным шагом, в полуприседе. Преодолевать простейшие препятствия при ходьбе (беге) - выполнять прыжки на двух ногах на месте(с поворотами),с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Перепрыгивать с одной ноги на другую с продвижением вперед - подлезать под препятствие на четвереньках и лежа на животе. Лазать по наклонной гимнастической скамейке и лестнице вверх (вниз), Перелезть через препятствия высотой 30-60 см -выполнять передачу баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Ловить баскетбольный мяч без отскока от пола (с отскоком от пола). Выполнять бросок двумя руками в кольцо (малое). -выполнять подачу (подбивание) волейбольного мяча снизу (сверху), через низкую сетку. -выполнять удар по стоящему мячу с места, с 2-х шагов. Отбивать катящийся мяч ногой, стоя на месте. Выполнять остановку катящегося мяча ногой, удар мяча ногой в ворота. -выполнять игровые задания в играх: «Пятнашки», «Бросай-ка».
--	---

Аннотация к рабочей программе

Название предмета	«Адаптивная физическая культура»
Класс	3-4 класс - комплект
Год обучения	4
Количество часов	68 часов за год (2 часа в неделю)
Составитель	Шахматов Д.Г.
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> - формирование основных и прикладных двигательных навыков - укрепление и сохранение здоровья детей - Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности
Содержание предмета	<p>Физическая подготовка.</p> <p>Формирование умения принятия исходного положения: Принимает исходные положения: узкая стойка, основная стойка, широкая стойка, стойка «ноги на ширине плеч».</p> <p>Формирование умения Построения и перестроения. Выполняет построение в шеренгу, колонну по одному, перестроение из 1 шеренги в 2; в круг. Размыкание на вытянутые руки в колонне, шеренге.</p> <p>Формирование умения выполнения поворотов на месте. Выполняет повороты: на лево, на право, кругом.</p> <p>Формирование умения выполнения строевой ходьбы и бега. Выполняет строевую ходьбу и бег в медленном темпе, в колонне по одному.</p> <p>Повороты: на лево, на право (в движении).</p> <p>Формирование умения выполнения ходьбы и бега с заданием. Выполняет ходьбу с удержанием рук за спиной (на поясе, на голове, в стороны). Ходьбу, на носках, пятках, приставным шагом, в полуприседе. Преодолеват простейшие препятствия при ходьбе (беге).</p> <p>Формирование умения выполнения прыжков. Выполняет прыжки на двух ногах на месте (с поворотами), с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Перепрыгивает с одной ноги на другую с продвижением вперед.</p> <p>Формирование умения Ползания, подлезания, лазания, перелезания. Подлезает под препятствие на четвереньках и лежа на животе. Лазает по</p>

	<p>наклонной гимнастической скамейке и лестнице вверх (вниз), Перелезает через препятствия высотой 50-60 см.</p> <p>Коррекционные подвижные игры. Формирование умения выполнения отдельных элементов спортивных игр и спортивных упражнений. Выполняет передачу баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Ловит баскетбольный мяч без отскока от пола (с отскоком от пола). Выполняет бросок двумя руками в кольцо (малое). Выполняет Подачу (подбивание) волейбольного мяча снизу (сверху), через низкую сетку. Выполняет удар по стоящему мячу с места, с 2-х шагов. Отбивает катящийся мяч ногой, стоя на месте. Выполняет остановку катящегося мяча ногой. Выполняет удар мяча ногой в ворота. Формирование умения выполнения игровых заданий в играх. Выполняет игровые задания в играх: «Строим дом», «У медведя во бору», «Пятнашки».</p>
<p>Требования к уровню подготовки обучающихся</p>	<p>Учащиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технику безопасности на уроках физкультуры - знать свое место в строю - как выполняются строевые команды - знать понятия «колонна», «шеренга» - знать понятия «направляющий», «замыкающий» - правила поведения на уроках физкультуры - правила выполнения игровых заданий в играх <p>Учащиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - знать свое место в строю - как выполняются строевые команды - знать понятия «направляющий», « замыкающий» - правила поведения на уроках физкультуры - правила выполнения игровых заданий в играх <p>Учащиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принимать исходные положения: узкая стойка, основная стойка, широкая стойка, стойка «ноги на ширине плеч» - выполнять построение в шеренгу, колонну по одному, перестроение из 1 шеренги в 2; в круг. Размыкание на вытянутые руки в колонне, шеренге - выполнять повороты: на лево, на право, кругом - выполнять строевую ходьбу и бег в медленном темпе, в колонне по одному. Повороты: на лево, на право (в движении) - выполнять ходьбу с удержанием рук за спиной (на поясе, на голове, в стороны). Ходьбу, на носках, пятках, приставным шагом, в полуприседе. Преодолевать простейшие препятствия при ходьбе (беге) - выполнять прыжки на двух ногах на месте (с поворотами), с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Перепрыгивать с одной ноги на другую с продвижением вперед - подлезать под препятствие на четвереньках и лежа на животе. Лазать по наклонной гимнастической скамейке и лестнице вверх (вниз), Перелезть через препятствия высотой 50-60 см. - выполнять передачу баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Ловить баскетбольный мяч без отскока от пола (с отскоком от пола). Выполнять бросок двумя руками в кольцо (малое). - выполнять подачу (подбивание) волейбольного мяча снизу (сверху), через низкую сетку. - выполнять удар по стоящему мячу с места, с 2-х шагов. Отбивать катящийся мяч ногой, стоя на месте. Выполнять остановку катящегося мяча ногой, удар мяча ногой в ворота. - выполнять игровые задания в играх: «Строим дом», «У медведя во бору», «Пятнашки».

	<ul style="list-style-type: none"> - принимать исходные положения: узкая стойка, основная стойка, широкая стойка, стойка «ноги на ширине плеч» - выполнять построение в шеренгу, колонну по одному - выполнять повороты: на лево, на право - выполнять строевую ходьбу и бег в медленном темпе, в колонне по одному - выполнять ходьбу, на носках, пятках, приставным шагом -преодолевать простейшие препятствия при ходьбе - выполнять прыжки на двух ногах на месте - подлезать под препятствие на четвереньках -перелезть через простейшие препятствия -выполнять передачу баскетбольного мяча -ловить баскетбольный мяч -выполнять бросок двумя руками в кольцо (малое) -выполнять подачу (подбивание) волейбольного мяча снизу (сверху) -выполнять удар по стоящему мячу с места в ворота -выполнять игровые задания в играх: «Строим дом», «У медведя во бору» с направляющей помощью.
--	---

Аннотация к рабочей программе

Название предмета	«Адаптивная физическая культура»
Класс	5 Б
Год обучения	5
Количество часов	102 часа за год (3 часа в неделю)
Составитель	Шахматов Д.Г.
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> - формирование основных и прикладных двигательных навыков - укрепление и сохранение здоровья детей - Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности
Содержание предмета	<p>Физическая подготовка.</p> <p>Формирование умения принятия исходного положения: Принимает исходные положения: узкая стойка, основная стойка, широкая стойка, стойка «ноги на ширине плеч».</p> <p>Формирование умения Построения и перестроения. Выполняет построение в шеренгу, колонну по одному, перестроение из 1 шеренги в 2; в круг. Размыкание на вытянутые руки в колонне, шеренге.</p> <p>Формирование умения выполнения поворотов на месте. Выполняет повороты: на лево, на право, кругом.</p> <p>Формирование умения выполнения строевой ходьбы и бега. Выполняет строевую ходьбу и бег в медленном темпе, в колонне по одному. Повороты: на лево, на право (в движении).</p> <p>Формирование умения выполнения ходьбы и бега с заданием. Выполняет ходьбу с удержанием рук за спиной (на поясе, на голове, в стороны). Ходьбу, на носках, пятках, приставным шагом, в полуприседе. Преодолевать простейшие препятствия при ходьбе (беге).</p> <p>Формирование умения выполнения прыжков. Выполняет прыжки на двух ногах на месте (с поворотами), с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Перепрыгивает с одной ноги на другую с продвижением вперед.</p> <p>Формирование умения Ползания, подлезания, лазания, перелезания. Подлезает под препятствие на четвереньках и лежа на животе. Лазает по наклонной гимнастической скамейке и лестнице вверх (вниз), Перелезает через препятствия высотой 50-60 см.</p> <p>Коррекционные подвижные игры. Формирование умения выполнения отдельных элементов спортивных игр и спортивных упражнений. Выполняет передачу баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Ловит баскетбольный мяч без отскока от пола (с отскоком от пола). Выполняет бросок двумя руками в кольцо (малое). Выполняет Подачу (подбивание) волейбольного мяча снизу (сверху), через низкую сетку. Выполняет удар по стоящему мячу с места, с 2-х шагов. Отбивает катящийся мяч</p>

	<p>ногой, стоя на месте. Выполняет остановку катящегося мяча ногой. Выполняет удар мяча ногой в ворота. Формирование умения выполнения игровых заданий в играх. Выполняет игровые задания в играх: «Строим дом», «У медведя во бору», «Пятнашки».</p>
<p>Требования к уровню подготовки обучающихся</p>	<p>Учащиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технику безопасности на уроках физкультуры - знать свое место в строю - как выполняются строевые команды - знать понятия «колонна», «шеренга» - знать понятия «направляющий», «замыкающий» - правила поведения на уроках физкультуры - правила выполнения игровых заданий в играх <p>Учащиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принимать исходные положения: узкая стойка, основная стойка, широкая стойка, стойка «ноги на ширине плеч» - выполнять построение в шеренгу, колонну по одному, перестроение из 1 шеренги в 2; в круг. Размыкание на вытянутые руки в колонне, шеренге - выполнять повороты: на лево, на право, кругом - выполнять строевую ходьбу и бег в медленном темпе, в колонне по одному. Повороты: на лево, на право (в движении) - выполнять ходьбу с удержанием рук за спиной (на поясе, на голове, в стороны). Ходьбу, на носках, пятках, приставным шагом, в полуприседе. Преодолевать простейшие препятствия при ходьбе (беге) - выполнять прыжки на двух ногах на месте (с поворотами), с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Перепрыгивать с одной ноги на другую с продвижением вперед - подлезать под препятствие на четвереньках и лежа на животе. Лазать по наклонной гимнастической скамейке и лестнице вверх (вниз), Перелезать через препятствия высотой 50-60 см. - выполнять передачу баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Ловить баскетбольный мяч без отскока от пола (с отскоком от пола). Выполнять бросок двумя руками в кольцо (малое). - выполнять подачу (подбивание) волейбольного мяча снизу (сверху), через низкую сетку. - выполнять удар по стоящему мячу с места, с 2-х шагов. Отбивать катящийся мяч ногой, стоя на месте. Выполнять остановку катящегося мяча ногой, удар мяча ногой в ворота. - выполнять игровые задания в играх: «Строим дом», «У медведя во бору», «Пятнашки». <p>Учащиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принимать исходные положения: узкая стойка, основная стойка, широкая стойка, стойка «ноги на ширине плеч» - выполнять построение в шеренгу, колонну по одному - выполнять повороты: на лево, на право - выполнять строевую ходьбу и бег в медленном темпе, в колонне по одному - выполнять ходьбу, на носках, пятках, приставным шагом - преодолевать простейшие препятствия при ходьбе - выполнять прыжки на двух ногах на месте - подлезать под препятствие на четвереньках - перелезать через простейшие препятствия - выполнять передачу баскетбольного мяча - ловить баскетбольный мяч

	<ul style="list-style-type: none"> -выполнять бросок двумя руками в кольцо (малое) -выполнять подачу (подбивание) волейбольного мяча снизу (сверху) -выполнять удар по стоящему мячу с места в ворота -выполнять игровые задания в играх: «Строим дом», «У медведя во бору» с направляющей помощью.
--	---

Аннотация к рабочей программе

Название предмета	«Адаптивная физическая культура»
Класс	6 Б
Год обучения	6
Количество часов	68 часов за год (2 часа в неделю)
Составитель	Шахматов Дмитрий Геннадьевич
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> -формирование основных и прикладных двигательных навыков - укрепление и сохранение здоровья детей - освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности - воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями
Содержание предмета	<p>Физическая подготовка.</p> <p>Формирование умения принятия исходного положения: Принимает исходные положения: узкая стойка, основная стойка, широкая стойка, стойка «ноги на ширине плеч».</p> <p>Формирование умения построения и перестроения. Выполняет построение в шеренгу, колонну по одному, перестроение из 1 шеренги в 2; в круг. Размыкание на вытянутые руки в колонне, шеренге.</p> <p>Формирование умения выполнения поворотов на месте. Выполняет повороты: на лево, на право, кругом.</p> <p>Формирование умения выполнения строевой ходьбы и бега. Выполняет строевую ходьбу и бег в медленном темпе, в колонне по одному. Повороты: на лево, на право (в движении).</p> <p>Формирование умения выполнения ходьбы и бега с заданием. Выполняет ходьбу с удержанием рук за спиной(на поясе,на голове,встороны). Ходьбу, на носках, пятках, приставным шагом, в полуприседе. Преодолеват простейшие препятствия при ходьбе (беге).</p> <p>Формирование умения выполнения прыжков. Выполняет прыжки на двух ногах на месте(с поворотами),с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Перепрыгивает с одной ноги на другую с продвижением вперед.</p> <p>Формирование умения Ползания, подлезания, лазания, перелезания. Подлезает под препятствие на четвереньках и лежа на животе. Лазает по наклонной гимнастической скамейке и лестнице вверх (вниз), Перелезает через препятствия высотой 50-60 см.</p> <p>Коррекционные подвижные игры.</p> <p>Формирование умения выполнения отдельных элементов спортивных игр и спортивных упражнений. Выполняет передачу баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Ловит баскетбольный мяч без отскока от пола (с отскоком от пола). Выполняет бросок двумя руками в кольцо (малое). Выполняет Подачу (подбивание) волейбольного мяча снизу (сверху), через низкую сетку. Выполняет подбивание волана ракеткой для бадминтона, подачу волана через сетку, передачи в парах через сетку. Выполняет удар по стоящему мячу с места, с 2-х шагов. Отбивает катящийся мяч ногой, стоя на месте. Выполняет остановку катящегося мяча ногой. Выполняет удар мяча ногой в ворота.</p> <p>Формирование умения выполнения игровых заданий в играх. Выполняет игровые задания в играх: «Строим дом», «Охотники и утки», «Пятнашки».</p> <p>Льжная подготовка. Выполняет последовательность действий при креплении льжных ботинок к лыжам. Выполняет транспортировку льжного инвентаря. Выполняет чистку льж от снега. Выполняет передвижение на льжах ступающим шагом.</p>

<p>Требования к уровню подготовки обучающихся</p>	<p>Учащиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технику безопасности на уроках физкультуры - знать свое место в строю - как выполняются строевые команды - знать понятия «колонна», «шеренга» - знать понятия «направляющий», «закрывающий» - правила поведения на уроках физкультуры - названия инвентаря используемого на уроках физической культуры - правила выполнения игровых заданий в играх <p>Учащиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принимать исходные положения: узкая стойка, основная стойка, широкая стойка, стойка «ноги на ширине плеч» - выполнять построение в шеренгу, колонну по одному, перестроение из 1 шеренги в 2; в круг. Размыкание на вытянутые руки в колонне, шеренге - выполнять повороты: на лево, на право, кругом - выполнять строевую ходьбу и бег в медленном темпе, в колонне по одному. Повороты: на лево, на право (в движении) - выполнять ходьбу с удержанием рук за спиной(на поясе, на голове, в стороны). Ходьбу, на носках, пятках, приставным шагом, в полуприседе. Преодолевать простейшие препятствия при ходьбе (беге) - выполнять прыжки на двух ногах на месте(с поворотами),с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Перепрыгивать с одной ноги на другую с продвижением вперед - подлезать под препятствие на четвереньках и лежа на животе. Лазать по наклонной гимнастической скамейке и лестнице вверх (вниз), Перелезать через препятствия высотой 50-60 см. - выполнять передачу баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Ловить баскетбольный мяч без отскока от пола (с отскоком от пола). Выполнять бросок двумя руками в кольцо (малое). - выполнять подачу (подбивание) волейбольного мяча снизу (сверху), через низкую сетку. - выполнять подбивание, подачу и передачи волана ракеткой сверху (снизу) через сетку для бадминтона. - выполнять удар по стоящему мячу с места, с 2-х шагов. Отбивать катящийся мяч ногой, стоя на месте. Выполнять остановку катящегося мяча ногой, удар мяча ногой в ворота. - выполнять игровые задания в играх: «Строим дом», «Охотники и утки», «Салки с мячом». - выполнять транспортировку лыжного инвентаря, ступающий шаг на лыжах и чистку лыжного инвентаря.
---	--

Аннотация к рабочей программе

Название предмета	«Адаптивная физическая культура»
Класс	6-7 класс-комплект
Год обучения	6
Количество часов	68 часов за год (2 часа в неделю)
Составитель	Шахматов Дмитрий Геннадьевич
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> - формирование основных и прикладных двигательных навыков - укрепление и сохранение здоровья детей - освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности - воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями
Содержание предмета	<p>Физическая подготовка.</p> <p>Формирование умения принятия исходного положения:</p> <p>Принимает исходные положения: узкая стойка, основная стойка, широкая стойка, стойка «ноги на ширине плеч».</p> <p>Формирование умения построения и перестроения.</p> <p>Выполняет построение в шеренгу, колонну по одному, перестроение из 1 шеренги в 2; в</p>

	<p>круг. Размыкание на вытянутые руки в колонне, шеренге. Формирование умения выполнения поворотов на месте. Выполняет повороты: на лево, на право, кругом. Формирование умения выполнения строевой ходьбы и бега. Выполняет строевую ходьбу и бег в медленном темпе, в колонне по одному. Повороты: на лево, на право (в движении). Формирование умения выполнения ходьбы и бега с заданием. Выполняет ходьбу с удержанием рук за спиной(на поясе,на голове,встороны). Ходьбу, на носках, пятках, приставным шагом, в полуприседе. Преодолеват простейшие препятствия при ходьбе (беге). Формирование умения выполнения прыжков. Выполняет прыжки на двух ногах на месте(с поворотами),с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Перепрыгивает с одной ноги на другую с продвижением вперед. Формирование умения Ползания, подлезания, лазания, перелезания. Подлезает под препятствие на четвереньках и лежа на животе. Лазает по наклонной гимнастической скамейке и лестнице вверх (вниз), Перелезает через препятствия высотой 50-60 см. Коррекционные подвижные игры. Формирование умения выполнения отдельных элементов спортивных игр и спортивных упражнений. Выполняет передачу баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Ловит баскетбольный мяч без отскока от пола (с отскоком от пола). Выполняет бросок двумя руками в кольцо (малое). Выполняет Подачу (подбивание) волейбольного мяча снизу (сверху), через низкую сетку. Выполняет подбивание волана ракеткой для бадминтона, подачу волана через сетку, передачи в парах через сетку. Выполняет удар по стоящему мячу с места, с 2-х шагов. Отбивает катящийся мяч ногой, стоя на месте. Выполняет остановку катящегося мяча ногой. Выполняет удар мяча ногой в ворота. Формирование умения выполнения игровых заданий в играх. Выполняет игровые задания в играх: «Строим дом», «Охотники и утки», «Пятнашки». Лыжная подготовка. Выполняет последовательность действий при креплении лыжных ботинок к лыжам. Выполняет транспортировку лыжного инвентаря. Выполняет чистку лыж от снега. Выполняет передвижение на лыжах ступающим шагом.</p>
Требования к уровню подготовки обучающихся	<p>Учащиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технику безопасности на уроках физкультуры - знать свое место в строю - как выполняются строевые команды - знать понятия «колонна», «шеренга» - знать понятия «направляющий», «закрывающий» - правила поведения на уроках физкультуры - названия инвентаря используемого на уроках физической культуры - правила выполнения игровых заданий в играх <p>Учащиеся должны уметь:</p>

Аннотация к рабочей программе

Название предмета	«Адаптивная физическая культура»
Класс	6-7 класс-комплект
Год обучения	7
Количество часов	68 часов за год (2 часа в неделю)
Составитель	Шахматов Дмитрий Геннадьевич
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> - формирование основных и прикладных двигательных навыков - укрепление и сохранение здоровья детей - освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности - воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями

<p>Содержание предмета</p>	<p>Физическая подготовка.</p> <p>Формирование умения принятия исходного положения:</p> <p>Принимает исходные положения: узкая стойка, основная стойка, широкая стойка, стойка «ноги на ширине плеч».</p> <p>Формирование умения построения и перестроения.</p> <p>Выполняет построение в шеренгу, колонну по одному, перестроение из 1 шеренги в 2; в круг. Размыкание на вытянутые руки в колонне, шеренге.</p> <p>Формирование умения выполнения поворотов на месте.</p> <p>Выполняет повороты: на лево, на право, кругом.</p> <p>Формирование умения выполнения строевой ходьбы и бега.</p> <p>Выполняет строевую ходьбу и бег в медленном темпе, в колонне по одному. Повороты: на лево, на право (в движении).</p> <p>Формирование умения выполнения ходьбы и бега с заданием.</p> <p>Выполняет ходьбу с удержанием рук за спиной(на поясе,на голове,всторону). Ходьбу, на носках, пятках, приставным шагом, в полуприседе. Преодолевать простейшие препятствия при ходьбе (беге).</p> <p>Формирование умения выполнения прыжков.</p> <p>Выполняет прыжки на двух ногах на месте(с поворотами),с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Перепрыгивает с одной ноги на другую с продвижением вперед.</p> <p>Формирование умения Ползания, подлезания, лазания, перелезания.</p> <p>Подлезает под препятствие на четвереньках и лежа на животе. Лазает по наклонной гимнастической скамейке и лестнице вверх (вниз), Перелезает через препятствия высотой 50-60 см.</p> <p>Коррекционные подвижные игры.</p> <p>Формирование умения выполнения отдельных элементов спортивных игр и спортивных упражнений.</p> <p>Выполняет передачу баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола).</p> <p>Ловит баскетбольный мяч без отскока от пола (с отскоком от пола). Выполняет бросок двумя руками в кольцо (малое).</p> <p>Выполняет Подачу (подбивание) волейбольного мяча снизу (сверху), через низкую сетку.</p> <p>Выполняет подбивание волана ракеткой для бадминтона, подачу волана через сетку, передачи в парах через сетку.</p> <p>Выполняет удар по стоящему мячу с места, с 2-х шагов. Отбивает катящийся мяч ногой, стоя на месте. Выполняет остановку катящегося мяча ногой. Выполняет удар мяча ногой в ворота.</p> <p>Формирование умения выполнения игровых заданий в играх.</p> <p>Выполняет игровые задания в играх: «Строим дом», «Охотники и утки», «Пятнашки».</p> <p>Лыжная подготовка.</p> <p>Выполняет последовательность действий при креплении лыжных ботинок к лыжам.</p> <p>Выполняет транспортировку лыжного инвентаря.</p> <p>Выполняет чистку лыж от снега.</p> <p>Выполняет передвижение на лыжах ступающим шагом.</p>
<p>Требования к уровню подготовки обучающихся</p>	<p>Учащиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технику безопасности на уроках физкультуры - знать свое место в строю - как выполняются строевые команды - знать понятия «колонна», «шеренга» - знать понятия «направляющий», «замыкающий» - правила поведения на уроках физкультуры - названия инвентаря используемого на уроках физической культуры - правила выполнения игровых заданий в играх <p>Учащиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -принимать исходные положения: узкая стойка, основная стойка, широкая стойка, стойка «ноги на ширине плеч» - выполнять построение в шеренгу, колонну по одному, перестроение из 1 шеренги в 2; в круг. Размыкание на вытянутые руки в колонне, шеренге - выполнять повороты: на лево, на право, кругом - выполнять строевую ходьбу и бег в медленном темпе, в колонне по одному. Повороты: на лево, на право (в движении)

	<ul style="list-style-type: none"> - выполнять ходьбу с удержанием рук за спиной(на поясе,на голове,встороны). Ходьбу, на носках, пятках, приставным шагом, в полуприседе. Преодолевать простейшие препятствия при ходьбе (беге) - выполнять прыжки на двух ногах на месте(с поворотами),с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Перепрыгивать с одной ноги на другую с продвижением вперед - подлезать под препятствие на четвереньках и лежа на животе. Лазать по наклонной гимнастической скамейке и лестнице вверх (вниз), Перелезть через препятствия высотой 50-60 см. -выполнять передачу баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Ловить баскетбольный мяч без отскока от пола (с отскоком от пола). Выполнять бросок двумя руками в кольцо (малое). -выполнять подачу (подбивание) волейбольного мяча снизу (сверху), через низкую сетку. -выполнять подбивание, подачу и передачи волана ракеткой сверху (снизу) через сетку для бадминтона. -выполнять удар по стоящему мячу с места, с 2-х шагов. Отбивать катящийся мяч ногой, стоя на месте. Выполнять остановку катящегося мяча ногой, удар мяча ногой в ворота. -выполнять игровые задания в играх: «Строим дом», «Охотники и утки», «Салки с мячом». - выполнять транспортировку лыжного инвентаря, ступающий шаг на лыжах и чистку лыжного инвентаря.
--	---

Аннотация к рабочей программе

Название предмета	«Адаптивная физическая культура»
Класс	7-8 класс-комплект
Год обучения	8
Количество часов	68 часов за год (2 часа в неделю)
Составитель	Ремезов Андрей Андреевич
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> -формирование основных и прикладных двигательных навыков - укрепление и сохранение здоровья детей - освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности - воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями
Содержание предмета	<p>Физическая подготовка.</p> <p>Формирование умения принятия исходного положения: Принимает исходные положения: узкая стойка, основная стойка, широкая стойка, стойка «ноги на ширине плеч».</p> <p>Формирование умения построения и перестроения. Выполняет построение в шеренгу, колонну по одному, перестроение из 1 шеренги в 2; в круг. Размыкание на вытянутые руки в колонне, шеренге.</p> <p>Формирование умения выполнения поворотов на месте. Выполняет повороты: на лево, на право, кругом.</p> <p>Формирование умения выполнения строевой ходьбы и бега. Выполняет строевую ходьбу и бег в медленном темпе, в колонне по одному. Повороты: на лево, на право (в движении).</p> <p>Формирование умения выполнения ходьбы и бега с заданием. Выполняет ходьбу с удержанием рук за спиной(на поясе,на голове,встороны). Ходьбу, на носках, пятках, приставным шагом, в полуприседе. Преодолеват простейшие препятствия при ходьбе (беге).</p> <p>Формирование умения выполнения прыжков. Выполняет прыжки на двух ногах на месте(с поворотами),с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Перепрыгивает с одной ноги на другую с продвижением вперед.</p> <p>Формирование умения Ползания, подлезания, лазания, перелезания. Подлезает под препятствие на четвереньках и лежа на животе. Лазает по наклонной гимнастической скамейке и лестнице вверх (вниз), Перелезает через препятствия высотой 60-70 см.</p> <p>Коррекционные подвижные игры.</p> <p>Формирование умения выполнения отдельных элементов спортивных игр и спортивных</p>

	<p>упражнений.</p> <p>Выполняет передачу баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола).</p> <p>Ловит баскетбольный мяч без отскока от пола (с отскоком от пола). Выполняет бросок двумя руками в кольцо (малое).</p> <p>Выполняет Подачу (подбивание) волейбольного мяча снизу (сверху), через низкую сетку.</p> <p>Выполняет подбивание волана ракеткой для бадминтона, подачу волана через сетку, передачи в парах через сетку.</p> <p>Выполняет удар по стоящему мячу с места, с 2-х шагов. Отбивает катящийся мяч ногой, стоя на месте. Выполняет остановку катящегося мяча ногой. Выполняет удар мяча ногой в ворота.</p> <p>Формирование умения выполнения игровых заданий в играх.</p> <p>Выполняет игровые задания в играх: «Строим дом», «Охотники и утки», «Пятнашки».</p> <p>Лыжная подготовка.</p> <p>Выполняет последовательность действий при креплении лыжных ботинок к лыжам.</p> <p>Выполняет транспортировку лыжного инвентаря.</p> <p>Выполняет чистку лыж от снега.</p> <p>Выполняет передвижение на лыжах ступающим шагом.</p>
<p>Требования к уровню подготовки обучающихся</p>	<p>Учащиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технику безопасности на уроках физкультуры - знать свое место в строю - как выполняются строевые команды - знать понятия «колонна», «шеренга» - знать понятия «направляющий», «закрывающий» - правила поведения на уроках физкультуры - названия инвентаря используемого на уроках физической культуры - правила выполнения игровых заданий в играх <p>Учащиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -принимать исходные положения: узкая стойка, основная стойка, широкая стойка, стойка «ноги на ширине плеч» - выполнять построение в шеренгу, колонну по одному, перестроение из 1 шеренги в 2; в круг. Размыкание на вытянутые руки в колонне, шеренге - выполнять повороты: на лево, на право, кругом - выполнять строевую ходьбу и бег в медленном темпе, в колонне по одному. Повороты: на лево, на право (в движении) - выполнять ходьбу с удержанием рук за спиной(на поясе,наголове,встороны). Ходьбу, на носках, пятках, приставным шагом, в полуприседе. Преодолевать простейшие препятствия при ходьбе (беге) - выполнять прыжки на двух ногах на месте(с поворотами),с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Перепрыгивать с одной ноги на другую с продвижением вперед - подлезать под препятствие на четвереньках и лежа на животе. Лазать по наклонной гимнастической скамейке и лестнице вверх (вниз), Перелезть через препятствия высотой 60-70 см. -выполнять передачу баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Ловить баскетбольный мяч без отскока от пола (с отскоком от пола). Выполнять бросок двумя руками в кольцо (малое). -выполнять подачу (подбивание) волейбольного мяча снизу (сверху), через низкую сетку. -выполнять подбивание, подачу и передачи волана ракеткой сверху (снизу) через сетку для бадминтона. -выполнять удар по стоящему мячу с места, с 2-х шагов. Отбивать катящийся мяч ногой, стоя на месте. Выполнять остановку катящегося мяча ногой, удар мяча ногой в ворота. -выполнять игровые задания в играх: «Строим дом», «Охотники и утки», «Салки с мячом». - выполнять транспортировку лыжного инвентаря, ступающий шаг на лыжах и чистку лыжного инвентаря.

Аннотация к рабочей программе

Название предмета	Адаптивная физическая культура
Класс	8 «а»
Год обучения	9
Количество часов	2 часа в неделю, 68 учебных часов в год
Составитель	Скрыль Валерий Иванович
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> - укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоническому развитию, выбор устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды; - овладение школой движений, развитие координации и координационных способностей; - выработка представлений об основных видах спорта; - воспитание потребности к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми
Содержание предмета	<p>Физическая подготовка</p> <p>Построения и перестроения. Размыкания. Повороты. Ходьба, бег в колонне</p> <p><i>Общеразвивающие и корригирующие упражнения.</i> Дыхательные упражнения. Основные положения и движения. Упражнения для рук и кистей рук. Упражнения для мышц туловища. Упражнения для формирования правильной осанки. Ритмические упражнения.</p> <p><i>Прикладные упражнения.</i> Построение и перестроение. Ходьба и бег. Прыжки. Броски, ловля, передача предметов, переноска груза. Лазание, перелезание, подлезание. Равновесие.</p> <p><i>Игры.</i> «Пузырь», «Сделай фигуру», «Вот так поза», «Найди свой цвет», «Веревоочный круг», «Береги руки», «Поймай комара».</p> <p>"Коррекционные подвижные игры".</p> <p>Элементы спортивных игр и спортивных упражнений.</p> <p><i>Баскетбол.</i> Узнавание баскетбольного мяча. Передача баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Отбивание баскетбольного мяча от пола одной рукой. Ведение баскетбольного мяча по прямой (с обходом препятствия). Броски мяча в кольцо двумя руками.</p> <p><i>Волейбол.</i> Узнавание волейбольного мяча. Подача волейбольного мяча сверху (снизу). Прием волейбольного мяча сверху (снизу). Игра в паре без сетки (через сетку). Бадминтон. Узнавание (различение) инвентаря для бадминтона. Удар по волану: нижняя (верхняя) подача. Отбивание волана снизу (сверху). Игра в паре.</p> <p><i>Подвижные игры.</i> Соблюдение правил игры "Стоп, хоп, раз". "Болото". Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете "Полоса препятствий", "Собери пирамидку", "Строим дом" Соблюдение правил игры "Пятнашки", "Рыбаки и рыбки", "Бросай-ка", "Быстрые санки".</p> <p>"Лыжная подготовка".</p> <p>Узнавание (различение) лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки). Транспортировка лыжного инвентаря. Соблюдение последовательности действий при креплении ботинок к лыжам: удержание лыжи, поднесение носка лыжного ботинка к краю крепления, вставление носка лыжного ботинка в крепление, подъем пятки. Чистка лыж от снега.</p> <p>Стояние на параллельно лежащих лыжах. Выполнение ступающего шага: шаговые движения на месте, продвижение вперед приставным шагом, продвижение в сторону приставным шагом. Выполнение поворотов, стоя на лыжах: вокруг пяток лыж (носков лыж). Выполнение скользящего шага без палок: одно (несколько) скольжений. Выполнение попеременного двухшажного хода. Преодоление подъемов ступающим шагом ("лесенкой", "полуелочкой", "елочкой"). Выполнение торможения при спуске со склона нажимом палок ("полуплугом", "плугом", падением).</p>
Требования к уровню подготовки обучающихся (предполагаемый результат)	<p>Обучающиеся понимают и выполняют речевые инструкции (команды).</p> <p>Умеют выразить понимание (непонимание) ситуации возможным для ребенка способом.</p> <p>Обучающиеся умеют устанавливать и поддерживать эмоциональный контакт со взрослым.</p> <p>Используют доступные знаковые системы (речь, мимика, жесты) в игре, учебных</p>

	<p>и бытовых ситуациях, для выражения просьбы, эмоционального состояния.</p> <p>Учащиеся должны знать:</p> <p>правила безопасности на уроках физической культуры, команды «Равняйсь», «Смирно», «Вольно».</p> <p>построения в «Шеренгу», «Колонну», «Круг».</p> <p>правила изученных подвижных игр и их содержание</p> <p>Учащиеся должны уметь:</p> <p>выполнять дыхательные упражнения</p> <p>выполнять построение и перестроение (по словесной инструкции)</p> <p>выполнять ходьбу и бег с заданием (с показом и словесной инструкцией учителя)</p> <p>выполнять прыжки на двух и одной ноге</p> <p>выполнять броски и ловлю мяча</p> <p>соблюдать правила игры, соблюдать последовательность действий в игре-эстафете</p> <p>стоять на параллельно лежащих лыжах, выполнять «ступающий», «попеременный», «скользящий» шаг</p> <p>выполнять лазание вверх и вниз по гимнастической лестнице (без поддержки учителя).</p>
--	--

Аннотация к рабочей программе

Название предмета	Адаптивная физическая культура
Класс	9 в
Год обучения	10
Количество часов	2 часа в неделю, 68 учебных часов в год
Составитель	Скрыль Валерий Иванович
Задачи	<p>Укреплять здоровье и формировать правильную осанку через занятия физкультурой</p> <p>Учить выполнению элементов спортивных игр и применению их в различных игровых ситуациях</p> <p>Учить наиболее рациональным способам преодоления различных препятствий</p> <p>Совершенствовать навыки метания, бросков и ловли мяча</p> <p>Совершенствовать двигательные качества: сила, быстрота, выносливость, ловкость и др.</p> <p>Развивать координационные способности через подвижные игры</p> <p>Формировать умение владеть своими эмоциями в игровых ситуациях</p>
Содержание предмета	<p>Физическая подготовка</p> <p>Построения и перестроения. Размыкания. Повороты. Ходьба, бег в колонне</p> <p><i>Общеразвивающие и корригирующие упражнения.</i></p> <p>Дыхательные упражнения. Одновременные (поочередные, круговые) движения руками в исходных положениях "стоя", "сидя", "лежа" (на боку, на спине, на животе)</p> <p>Основные положения и движения. Наклоны, повороты туловища. Упражнения на осанку. Ритмические упражнения.</p> <p><i>Прикладные упражнения.</i> Построения, перестроения. Ходьба и бег. Прыжки. Броски, ловля, передача предмета, переноска груза. Сбивание предметов большим (броски (ловля) мяча в ходьбе (беге). Лазание, подлезание, перелезание.</p> <p>Равновесие.</p> <p><i>Игры.</i> «Что изменилось?», «Падающая палка», «Охотники и утки», «Люди, звери, птицы», «Два Мороза», «Мышеловка».</p> <p>Лыжная подготовка.</p> <p>Стояние на параллельно лежащих лыжах. Выполнение ступающего шага. Соблюдение последовательности действий при подъеме, после падения. Выполнение поворотов. Выполнение скользящего, попеременного двухшажного, бесшажного, ходов. Выполнение торможения при спуске со склона.</p> <p>"Коррекционные подвижные игры".</p> <p>Элементы спортивных игр и спортивных упражнений.</p> <p><i>Баскетбол.</i> Узнавание баскетбольного мяча. Передача баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Ловля баскетбольного мяча без отскока от</p>

	<p>пола (с отскоком от пола). Отбивание баскетбольного мяча от пола одной рукой. Ведение баскетбольного мяча по прямой (с обходом препятствия). Броски мяча в кольцо двумя руками.</p> <p><i>Волейбол.</i> Узнавание волейбольного мяча. Подача волейбольного мяча сверху (снизу). Прием волейбольного мяча сверху (снизу). Игра в паре без сетки (через сетку). Бадминтон. Узнавание (различение) инвентаря для бадминтона. Удар по волану: нижняя (верхняя) подача. Отбивание волана снизу (сверху). Игра в паре.</p> <p><i>Подвижные игры.</i> Соблюдение правил игры "Стоп, хоп, раз". "Болото", "Пятнашки", "Бросай-ка", "Быстрые санки", "Рыбаки и рыбки". Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете "Строим дом", "Полоса препятствий": бег по скамейке, прыжки через кирпичики, пролезание по туннелю, бег, передача эстафеты. Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете "Собери пирамидку": бег к пирамидке, надевание кольца, бег в обратную сторону, передача эстафеты.</p>
<p>Требования к уровню подготовки обучающихся (предполагаемый результат)</p>	<p>Обучающиеся должны уметь задать вопрос.</p> <p>Обучающиеся понимать, и выполняют речевые инструкции (команды).</p> <p>Выразить понимание (непонимание) ситуации возможным для ребенка способом.</p> <p>Устанавливать и поддерживать эмоциональный контакт с взрослым.</p> <p>Использовать доступные знаковые системы (речь, мимика, жесты) в игре, учебных и бытовых ситуациях, для выражения просьбы, эмоционального состояния.</p> <p>Учащиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять дыхательные упражнения - выполнять построение и перестроение (по словесной инструкции учителя) - выполнять ходьбу и бег с заданием (по словесной инструкции учителя) - выполнять прыжки на двух и одной ноге - выполнять броски и ловлю мяча - стоять на параллельно лежащих лыжах, выполнять «ступающий», «попеременный», «скользящий» шаг - выполнять лазание вверх и вниз, по диагонали на гимнастической лестнице <p>Учащиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила безопасности на уроках физической культуры - команды «Равняйся», «Смирно», «Вольно». - построения, перестроения в «Шеренгу», «Колонну», «Круг», «2 шеренги, колонны». - правила изученных подвижных игр и их содержание - соблюдение правил игры, соблюдение последовательности действий в игре-эстафете