МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Свердловской области
МКУ "Управление образования МО Богданович"
МАОУ Троицкая СОШ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ПО ВЫБОРУ

«АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

(34часа в год)

на 2026 – 2027 учебный год

для обучающегося 11 класса

с.Троицкое, 2026 г.

Пояснительная записка.

Рабочая программа по учебному курсу по физической культуре «Адаптивная физическая культура» для обучающегося 11 класса на 2026-2027 уч.год. разработана на основе ФГОС ООО с учетом требований к результатам освоения основной образовательной программы среднего общего образования МАОУ Троицкой СОШ и АООП для слабовидящих обучающихся. Программа разработана для эффективной организации физкультурно-оздоровительной работы, предусмотренной программой воспитания обучающихся на ступени основного общего образования и как учебный курс.

Описание места учебного предмета в учебном плане

Данная адаптированная рабочая программа составлена на 34 занятия изучения предмета «Адаптированная физическая культура» в 11 классе на основании учебного плана на 2026-2027 учебный год.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п./п.	Датапроведения уроков		Тема урока
	План	Факт	
1			Вводный урок .Инструктаж по ТБ.
2			Беседа о видах легкой атлетики
3			Спортивные беговые игры как один из факторов здорового образа жизни
4			Спортивные игры на свежем воздухе
5			Общие сведения. Физическая культура и спорт в укреплении здоровья
6			Российские чемпионы по легкой атлетике.
7			Теория: Адаптивная физическая культура
8			Интересные страницы из жизни спортсменов.
9			Спортивные игры на свежем воздухе
10			История акробатики
11			Беседа об акробатике как виде спорта
12			Российские акробаты.

№ п./п.	Датапроведения уроков		Тема урока
	План	Факт	
13			Как спортсмены развивают силовые способности.
14			Дыхательная гимнастика.
15			**Промежуточная аттестация. Проект «Мой любимый вид спорта»**
16			Спортивные игры на свежем воздухе
17			Беседа о единоборстве
18			Спортсмены России
19			Спортсмены Хакасии
20			Подвижные игры
21			Теория:Спортивные снаряды и их виды
22			Здоровый образ жизни.
23			Роль спорта в жизни человека
24			Олимпийское движение.
25			Элементы единоборств
26			Основные правила занятий легкой атлетикой
27			Выдающиеся спортсмены Хакасии по единоборству
28			В чем польза спортивных игр на свежем воздухе
29			Спортивные игры на свежем воздухе
30			Здоровый образ жизни со спортом.
31			Итоговое тестирование
32			Видеоурок. Тренировка легкоатлетов как способ выработки выносливости
33			**Промежуточная аттестация.** Тест «Здоровье и спорт»
34			Презентация. Спортивные игры.

КИМ:

Изучение учебника « Физическая культура 11 класс» В.И.Лях,

Интернет-ресурсы (видеоуроки по физической культуре и здоровому образу жизни)

Виды контроля:

-реферат

-сообщение

-презентация

Тесты по физической культуре для 11 класса

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 352191790442986473152692261956718905753445707913

Владелец Кокшаров Алексей Николаевич

Действителен С 17.04.2026 по 17.04.2027