



Государственное казенное  
образовательное учреждение  
Удмуртской Республики  
«Коррекционная школа № 7  
города Можги»



«Монгакаръясь 7-тӥ номеро  
шонертӥсь школа»  
Удмурт Элькунъясь  
огъядышетонъя  
кун казна ужьюрт

427790, Удмуртская Республика, г. Можга, ул. Первомайская, 78  
Тел./факс 8(34139) 3-91-93, e-mail: mozkou7@mail.ru, [http://ciur.ru/mzh/mzh\\_mks7](http://ciur.ru/mzh/mzh_mks7)  
ОГРН 1021801126093, ИНН 1830011628, КПП 183901001

РАССМОТРЕНО  
на заседании ШМО  
учителей начальных классов  
Руководитель:  
 С.Н.Калинина  
Протокол № 1 от 27.08.2023 г.

СОГЛАСОВАНО  
Зам. директора по УВР  
 Л.Н. Гаврилова

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГКОУ УР «КШ № 7  
г. Можги»  
 О.М. Яппарова  
Приказ № 274 от 27.08.2023 г.

**Рабочая адаптированная основная  
программа НОО для обучающихся с РАС с  
легкой умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями)  
Вариант 8.3**

по Адаптивной физической культуре

1 дополнительный, 1-4 классы

Составители:  
Учитель: Кириллов Андрей Александрович  
Тьютор: Дровосекова Екатерина Борисовна

2023-2024 учебный год

## Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Адаптивная физическая культура» разработана в соответствии с:

- Конвенции о правах ребенка;
- Федерального закона «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» от 24.11.1995 г. №181-ФЗ (ред. от 28.12.2013г.);
- Конституции Российской Федерации;
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014г. №1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»);
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014г. №1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»);
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Приказ Минпросвещения России от 24.11.2022 N 1026 Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
- Федеральная адаптированная образовательная программа начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. N 1023 Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15);
- СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013г. №1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам начального, основного общего и среднего общего образования»;
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 января 2014г. № 32 «Об утверждении порядка приема граждан на обучение по образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;

- Распоряжения Минпросвещения России от 09.09.2019 N P-93 "Об утверждении примерного Положения о психолого-педагогическом консилиуме образовательной организации";
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 31 декабря 2015 года №1576 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 №373.
- «Санитарные правила и нормы. (СанПиН 2.42. – 2821 10) заменить на «СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (от 28.09.2020 №28)»
- Устава ГКОУ УР «КШ №7 г. Можги»
- Положения о рабочих программах учителя ГКОУ УР «КШ № 7 г. Можги».

### **Цель:**

1) создание условий для формирования жизненно необходимых умений и навыков у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, обеспечение комплексного подхода к развитию и коррекции недостатков психофизического развития, расширения индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации;

2) повышение двигательной активности детей средствами адаптивной физической культуры и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни.

В соответствии с требованиями ФГОС и для достижения поставленных целей решаются следующие **задачи** адаптивной физической культуры в процессе работы по программе:

### **Образовательные:**

1. Формирование и совершенствование базовых и прикладных двигательных умений и навыков;
2. Обучение технике правильного выполнения физических упражнений;
3. Формирование познавательных интересов через сообщение доступных теоретических сведений по физической культуре;
4. Формирование пространственной ориентации;
5. Обучение двигательным действиям средствами физической культуры и с помощью доступных средств коммуникации.

### **Развивающие задачи:**

1. Развитие физических качеств: силы, скорости, выносливости, ловкости, точности движений, их координированности;

2. Развитие ориентировки в собственном теле, пространстве относительно своего тела на уровне выбора направления движения и пространственных понятий (вверх-вниз; вправо-влево; сзади, спереди, около, через, вокруг и т.п.);

3. Развитие общей и мелкой моторики;

4. Развитие сенсомоторных навыков и психомоторики, обогащение чувственного опыта;

5. Развитие способности к самостоятельному передвижению и ориентировки в окружающем пространстве и пространстве школы;

6. Развитие зрительно-моторной и слухомоторной координации;

7. Развитие речи через движение, комментирование во время выполнения упражнений, отчета о выполненных упражнениях; составление простейшего алгоритма (плана) разминки, комплекса физических упражнений;

8. Обогащение словаря спортивной терминологией.

#### **Коррекционные:**

1. Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата;

2. Коррекция нарушений пространственной и временной ориентировки на основе выполнения физических упражнений;

3. Коррекция нарушений согласованности движений;

4. Коррекция поведения, нарушений эмоционально-волевой сферы средствами физических упражнений.

#### **Оздоровительные:**

1. Укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;

6. Поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;

7. Профилактика вторичных отклонений в состоянии здоровья;

8. Обеспечение достаточной (адекватной) двигательной активности учащимся с разными возможностями физического и психического здоровья;

#### **Воспитательные:**

1. Раскрытие потенциальных специальных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;

2. Формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;

3. Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;

4. Воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями;

### **Общая характеристика учебного предмета**

Физическая культура является составной частью образовательного процесса обучающихся с РАС. Она решает образовательные, воспитательные, коррекционно-развивающие и лечебно-оздоровительные задачи. Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением; занимает одно из важнейших мест в подготовке этой категории обучающихся к самостоятельной жизни, производительному труду, воспитывает положительные качества личности, способствует социальной интеграции школьников в общество.

Физическое воспитание и развитие обучающихся с расстройством аутистического спектра (далее - РАС) представляет довольно большую сложность для педагога, т.к. при поступлении в школу у ребенка присутствуют нарушения речи, а как один из возможных вариантов речь может совсем отсутствовать, а также существуют большие сложности с восприятием словесных инструкций и пониманием обращенной речи. Имеют место нарушения коммуникативной функции и нежелание (невозможность в силу диагноза) выстраивать межличностные связи с учителем и сверстниками, необходимые для формирования основ физической культуры и физического развития. Так же у детей встречается: своеобразие движений: произвольные движения неловкие, недостаточно координированы, наличие стереотипных повторений одних и тех же движений. Боязнь всего нового, приверженность к сохранению неизменности окружающей обстановки.

Для всестороннего развития личности обучающихся с РАС в процессе приобщения их к физической культуре, коррекции недостатков психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации в учебный план для учащихся данной категории на I этапе обучения (дополнительный первый класс – 1', 1 – 4 классы) вводится курс «Адаптивная физическая культура».

### **Описание места учебного предмета, курса в учебном плане**

На прохождение курса физической культуры в 1 (дополнительных первых классах) отводится по 3 часа в неделю, курс рассчитан на 102 часов (34 учебные недели).

### **Планируемые результаты изучения учебного предмета**

**Предметные результаты** АООП по физической культуре включают освоение обучающимися с расстройством аутистического спектра специфические умения, знания и навыки для данной предметной области. Предметные результаты обучающихся данной категории не являются основным критерием при принятии решения о его переводе в

следующий класс, но рассматриваются как одна из составляющих при оценке итоговых достижений.

АООП по физической культуре определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный.

Минимальный уровень:

- выполнять комплексы утренней гимнастики под руководством учителя;
- знать основные правила поведения на уроках физической культуры и осознанно их применять;
- выполнять несложные упражнения по словесной инструкции при выполнении строевых команд;
- принимать правильную осанку; ходить в различном темпе с различными исходными положениями;
- взаимодействовать со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований; участвовать в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;
- знать правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Достаточный уровень:

- практически освоить элементы гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр и др. видов физической культуры;
- владеть комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища; участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);
- выполнять основные двигательные действия в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;
- принимают активное участие в подвижных играх и эстафетах со сверстниками;
- узнавать различный спортивный инвентарь в основных видах двигательной активности и уметь их применять в практической деятельности;
- соблюдать требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

**Личностные результаты** включают овладение обучающимися начальными навыками адаптации в окружающем мире, установок, ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение физического и психического здоровья, социальными (жизненными) компетенциями, необходимыми для решения практико-ориентированных задач и обеспечивающими формирование и развитие социальных отношений обучающихся в различных средах.

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения ребенка в овладении социальными (жизненными) компетенциями, которые, в конечном итоге, составляют основу этих результатов.

### **Содержание учебного предмета**

Программой предусмотрены следующие виды работы:

- беседы о содержании и значении физических упражнений для повышения качества здоровья и коррекции нарушенных функций;
- выполнение физических упражнений на основе показа учителя;
- выполнение физических упражнений без зрительного сопровождения, под словесную инструкцию учителя;
- самостоятельное выполнение упражнений;
- занятия в тренирующем режиме;
- развитие двигательных качеств на программном материале гимнастики, легкой атлетики, формирование двигательных умений и навыков через ознакомление с элементами спортивных и подвижных игр.

### **На изучение предмета «Адаптивная физкультура»:**

| <b>Класс</b>                  | <b>Количество часов (в неделю)</b> | <b>Количество учебных недель</b> | <b>Количество часов (за год)</b> |
|-------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| 1 дополнительный год обучения | 3 ч.                               | <b>33 уч. недель</b>             | 99ч.                             |
| 1 дополнительный год обучения | 3 ч.                               |                                  | 99ч.                             |
| 1 год обучения                | 3 ч.                               |                                  | 99ч.                             |
| 2 год обучения                | 3 ч.                               | <b>34 уч. недель</b>             | 102ч.                            |
| 3 год обучения                | 3 ч.                               |                                  | 102ч.                            |
| 4 год обучения                | 3 ч.                               |                                  | 102ч.                            |

**Тематическое планирование 1 дополнительный и 1 класс.**

| Раздел | Тема                 | Количество часов по учебному плану | Из них          |          |
|--------|----------------------|------------------------------------|-----------------|----------|
|        |                      |                                    | Изучение нового | Контроль |
| 1      | Техника безопасности | 3                                  | 3               | -        |
| 2      | Гимнастика           | 16                                 | 16              | -        |
| 3      | Легкая атлетика      | 60                                 | 60              | -        |
| 4      | Игры                 | 20                                 | 20              | -        |
|        | Итого:               | 99                                 | 99              | -        |



| <b>Наименование</b>         | <b>Календарно-тематическое планирование</b> |  |   |                         |
|-----------------------------|---|--|---|-------------------------|
| <b>Предмет</b>              | <b>Адаптивная физическая культура</b>       |  |   |                         |
| <b>Параллель</b>            | <b>1 дополнительный и 1 класс</b>           |  |   |                         |
| <b>Наименование раздела</b> | <b>Номер урока</b>                          | <b>Тема урока</b>  | <b>Планируемый результат</b>                                  | <b>Домашнее задание</b> |
| Техника безопасности        | 1   | Техника безопасности и правила поведения на уроках                 | Соблюдение техники безопасности на уроках физической культуры | Повторение              |
| Легкая атлетика             | 2   | Бег в медленном и быстром темпе. Бег в заданном направлении.       | Выполнение инструкций учителя                                 | Повторение              |
|                             | 3   | Поскоки на месте, на двух ногах, прыжки, слегка продвигаясь вперед | Выполнение инструкций учителя                                 | Повторение              |
|                             | 4   | Прыжки в длину с места   | Выполнение инструкций учителя                                 | Повторение              |
|                             | 5   | Перепрыгивание через препятствия                                   | Выполнение инструкций учителя                                 | Повторение              |
|                             | 6   | Бросание мяча, ловля мяча  | Выполнение инструкций учителя                                 | Повторение              |
|                             | 7   | Упражнения с набивными мячами                                      | Выполнение инструкций учителя                                 | Повторение              |
|                             | 8   | Метание малого мяча в цель   | Выполнение инструкций учителя                                 | Повторение              |
| Гимнастика                  | 9   | Прокатывание мяча двумя руками друг другу                          | Выполнение инструкций учителя                                 | Повторение              |

|                 |    |   |                               |            |
|-----------------|----|---|-------------------------------|------------|
|                 | 10 | Развитие ориентации в пространстве  | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 11 | Развитие ловкости   | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 12 | Развитие координации  | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 13 | Подскоки на мячах- фитболах   | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 14 | Прыжки с продвижением вперед  | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
| Игры            | 15 | Коррекционные игры  | Соблюдение правил игры        | Повторение |
| Легкая атлетика | 16 | Развитие скоростно-силовой выносливости   | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
| Игры            | 17 | Игровые упражнения на мячах фитболах  | Соблюдение правил игры        | Повторение |
|                 | 18 | Игры с элементами общеразвивающих упражнений  | Соблюдение правил игры я      | Повторение |
| Легкая атлетика | 19 | Упражнения в построении парами, по одному, в ряд и в колонну друг за другом           | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 20 | Перелазание через мягкие модули   | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
| Гимнастика      | 21 | Ходьба стайкой за учителем, держась за руки: в заданном направлении, между предметами | Выполнение инструкций учителя | Повторение |

|                 |    |  |                               |            |
|-----------------|----|--|-------------------------------|------------|
|                 | 22 | Упражнения в перешагивании и перепрыгивании различных предметов                    | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 23 | Упражнения на гимнастических матах для укрепления мышц туловища и ног.             | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 24 | Упражнения в ползание на животе, четвереньках по прямой, под дугой                 | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 25 | Техника безопасности и правила поведения на уроках                                 | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 26 | Упражнения в лазанье по шведской стенке  | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
| Легкая атлетика | 27 | Правильный захват различных предметов для выполнения метаний одной и двумя руками. | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 28 | Метание малого мяча с места в стенку правой и левой рукой.                         | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
| Игры            | 29 | Коррекционные игры с метанием  | Соблюдение правил игры        | Повторение |
| Легкая атлетика | 30 | Прыжки с ноги на ногу - 10м.   | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 31 | Развитие силы  | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 32 | Бег в медленном и быстром темпе. Бег в заданном направлении.                       | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 33 | Поскоки на месте, на двух ногах,   | Выполнение инструкций учителя | Повторение |

|                 |    |   |                               |            |
|-----------------|----|---|-------------------------------|------------|
|                 |    | прыжки, слегка продвигаясь вперед         |                               |            |
|                 | 34 | Прыжки в длину с места                    | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 35 | Перепрыгивание через препятствия          | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 36 | Бросание мяча, ловля мяча                 | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 37 | Упражнения с набивными мячами             | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 38 | Метание малого мяча в цель                | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 39 | Прокатывание мяча двумя руками друг другу | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 40 | Развитие ориентации в пространстве        | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 41 | Развитие ловкости                         | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 42 | Развитие координации                      | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 43 | Подскоки на мячах- фитболах               | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 44 | Прыжки с продвижением вперед              | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
| Игры            | 45 | Коррекционные игры                        | Соблюдение правил игры        | Повторение |
| Легкая атлетика | 46 | Развитие скоростно-силовой выносливости   | Выполнение инструкций учителя | Повторение |

|                      |    |  |   |            |
|----------------------|----|--|---|------------|
| Техника безопасности | 47 | ТБ и правила поведения на уроках                                   | Соблюдение техники безопасности на уроках физической культуры | Повторение |
| Легкая атлетика      | 48 | Бег в медленном и быстром темпе. Бег в заданном направлении.       | Выполнение инструкций учителя                                 | Повторение |
|                      | 49 | Поскоки на месте, на двух ногах, прыжки, слегка продвигаясь вперед | Выполнение инструкций учителя                                 | Повторение |
|                      | 50 | Прыжки в длину с места   | Выполнение инструкций учителя                                 | Повторение |
|                      | 51 | Перепрыгивание через препятствия                                   | Выполнение инструкций учителя                                 | Повторение |
|                      | 52 | Бросание мяча, ловля мяча  | Выполнение инструкций учителя                                 | Повторение |
|                      | 53 | Упражнения с набивными мячами                                      | Выполнение инструкций учителя                                 | Повторение |
|                      | 54 | Метание малого мяча в цель   | Выполнение инструкций учителя                                 | Повторение |
|                      | 55 | Прокатывание мяча двумя руками друг другу                          | Выполнение инструкций учителя                                 | Повторение |
|                      | 56 | Развитие ориентации в пространстве                                 | Выполнение инструкций учителя                                 | Повторение |
|                      | 57 | Развитие ловкости  | Выполнение инструкций учителя                                 | Повторение |
|                      | 58 | Развитие координации   | Выполнение инструкций учителя                                 | Повторение |

|                 |    |   |                               |            |
|-----------------|----|---|-------------------------------|------------|
|                 | 59 | Развитие ориентации в пространстве  | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 60 | Подскоки на мячах- фитболах   | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 61 | Прыжки с продвижением вперед  | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
| Игры            | 62 | Коррекционные игры  | Соблюдение правил игры        | Повторение |
| Легкая атлетика | 63 | Развитие скоростно-силовой выносливости   | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
| Игра            | 64 | Игровые упражнения на мячах фитболах  | Соблюдение правил игры        | Повторение |
|                 | 65 | Игры с элементами общеразвивающих упражнений  | Соблюдение правил игры        | Повторение |
| Легкая атлетика | 66 | Упражнения в построении парами, по одному, в ряд и в колонну друг за другом           | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 67 | Перелазание через мягкие модули   | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 68 | Ходьба стайкой за учителем, держась за руки: в заданном направлении, между предметами | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 69 | Упражнения в перешагивании и перепрыгивании различных предметов                       | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
| Гимнастика      | 70 | Упражнения на гимнастических матах  | Выполнение инструкций учителя | Повторение |

|                      |    |  |   |            |
|----------------------|----|--|---|------------|
|                      |    | для укрепления мышц туловища и ног.  |   |            |
| Игры                 | 71 | Игры с элементами общеразвивающих упражнений                                       | Соблюдение правил игры  | Повторение |
| Легкая атлетика      | 72 | Упражнения в лазанье по шведской стенке  | Выполнение инструкций учителя                                 | Повторение |
| Игры                 | 73 | Игровые упражнения на мячах-фитболах   | Соблюдение правил игры  | Повторение |
|                      | 74 | Коррекционные игры   | Соблюдение правил игры  | Повторение |
|                      | 75 | Игры с элементами общеразвивающих упражнений                                       | Соблюдение правил игры  | Повторение |
| Техника безопасности | 76 | ТБ и правила поведения на уроках   | Соблюдение техники безопасности на уроках физической культуры | Повторение |
| Легкая атлетика      | 77 | Правильный захват различных предметов для выполнения метаний одной и двумя руками. | Выполнение инструкций учителя                                 | Повторение |
|                      | 78 | Метание малого мяча с места в стенку правой и левой рукой.                         | Выполнение инструкций учителя                                 | Повторение |
| Игры                 | 79 | Коррекционные игры с метанием  | Соблюдение правил игры  | Повторение |
|                      | 80 | Игры с элементами общеразвивающих упражнений                                       | Соблюдение правил игры  | Повторение |
| Легкая атлетика      | 81 | Развитие силы  | Выполнение инструкций учителя                                 | Повторение |

|                 |    |   |                               |            |
|-----------------|----|---|-------------------------------|------------|
| Игры            | 82 | Коррекционные игры  | Соблюдение правил игры        | Повторение |
| Легкая атлетика | 83 | Бег в медленном и быстром темпе. Бег в заданном направлении.          | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 84 | Упражнения в перешагивании и перепрыгивании различных предметов       | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 85 | Прыжки в длину с места  | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 86 | Перепрыгивание через препятствия                                      | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 87 | Бросание мяча, ловля мяча   | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 88 | Упражнения в перешагивании и перепрыгивании различных предметов       | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 89 | Метание малого мяча в цель  | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
| Игры            | 90 | Коррекционные игры  | Соблюдение правил игры        | Повторение |
|                 | 91 | Игры с элементами общеразвивающих упражнений                          | Соблюдение правил игры        | Повторение |
| Гимнастика      | 92 | Развитие ловкости   | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 93 | Упражнения на гимнастических матах для укрепления мышц туловища и ног | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 94 | Подскоки на мячах- фитболах   | Выполнение инструкций учителя | Повторение |



|                 |    |   |                               |            |
|-----------------|----|---|-------------------------------|------------|
| Игры            | 95 | Игры с элементами общеразвивающих упражнений                    | Соблюдение правил игры        | Повторение |
|                 | 96 | Коррекционные игры  | Соблюдение правил игры        | Повторение |
| Легкая атлетика | 97 | Развитие скоростных качеств                                     | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
|                 | 98 | Упражнения в перешагивании и перепрыгивании различных предметов | Выполнение инструкций учителя | Повторение |
| Игры            | 99 | Коррекционные игры с мячом                                      | Соблюдение правил игры        | Повторение |

## Материально-техническое обеспечение

1. Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени, тренировочные баскетбольные щиты)
2. Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч(мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные
3. Палка гимнастическая
4. Скакалка детская
5. Мат гимнастический
6. Кегли
7. Обруч пластиковый детский
8. Комплекты плакатов по методике обучения двигательным действиям, гимнастическим комплексам, общеразвивающим и корректирующим упражнениям.

**Приложение к рабочей программе по коррекционному курсу «Адаптивная физическая культура»  
в рамках реализации модуля «Школьный урок»  
для 1дополнительного, 1-4 классов:**

| Уровень   | Методы, формы и приемы организации урочной деятельности  |
|---|--|
| Целевые приоритеты  |  |
| установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;  | -поощрение<br>-поддержка<br>-похвала<br>-просьба<br>- команда  |
| привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;   | -урок –обсуждение  |
| побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации  | -урок –беседа<br>-ролевая игра<br>-беседы - обсуждения норм и правил поведения<br>- групповая игра                     |
| использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе   | -ролевые игры<br>-урок –обсуждение   |
| применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; дидактического театра, где полученные на уроке знания обыгрываются в театральных постановках; дискуссий, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми; | -урок –путешествие<br>-лекция<br>-деловая игра<br>-ролевая игра<br>-практикум<br>-групповая работа,<br>-работа в парах |

|   |  |
|---|--|
| <p>включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;</p>   | <p>- лекция<br/>-экскурсия</p>   |
| <p>организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;</p>   | <p>- организация социально-значимого сотрудничества и взаимной помощи</p>  |
| <p>иницирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст школьникам возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения;</p> | <p>- участие в образовательном проекте для школьников «Урок цифры», «Урок финансовой грамотности»;<br/>- использование методических материалов Всероссийского проекта «Открытые уроки» (онлайн-уроки для школьников, приуроченные к государственным и национальным праздникам Российской Федерации, памятным датам и событиям российской истории и культуры);<br/>- участие в мероприятиях сайта <a href="http://www.Единый_урок.дети">www.Единый_урок.дети</a>;<br/><br/>- участие в сетевых мероприятиях интернет площадки «Сообщество педагогов Удмуртской Республики»;<br/><br/>- решение межпредметных разновозрастных проектных задач, в которые вовлечены абсолютно все обучающиеся и педагоги школы.</p> |