ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ «ЗЕРНОГРАДСКАЯ СПЕЦИАЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ» (ГКОУ РО «ЗЕРНОГРАДСКАЯ СПЕЦИАЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ»)

Решетняк Людмила Юрьевна

Подписан цифровой подписью: Решетняк Людмила Юрьевна
DN: O="ГКОУ РО ""Зерногнрадская специальная школа-интернат""", CN=Решетняк Людмила Юрьевна, E=ski_zernograd@rostobr.ru
Основание: Я являюсь автором этого документа
Расположение:
Дата: 2026.11.16 10:25:08+03'00'
Foxit PDF Reader Версия: 2024.3.0

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГКОУ РО «Зерноградская специальная школа – интернат»

_____ Л. Ю. Решетняк

МП

Приказ от 31.08.2026 №428

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по учебному предмету «Адаптивная физическая культура»

на 2026-2027 учебный год

1 «В» - 99 ч.

Учитель: Ботезату Юлия Алексеевна

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» (предметная область «Физическая культура») для обучающихся с расстройствами аутистического спектра (РАС) составлена на основе требований к результатам освоения адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с РАС, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в Федеральной рабочей программе воспитания.

АФК рассматривается как часть общей культуры, подсистема физической культуры, одна из сфер социальной деятельности, направленная на удовлетворение потребности лиц с ограниченными возможностями в двигательной активности, восстановлении, укреплении здоровья, личностного развития, самореализации физических и духовных сил в целях улучшения качества жизни, социализации и интеграции в общество. При этом в сочетании с другими формами урочных, внеурочных спортивных и оздоровительных мероприятий создаются условия всестороннего развития личности обучающегося с РАС, формирования осознанного отношения к своим силам, развития основных физических качеств, коррекции и компенсации нарушенных функций организма и его спортивного самоопределения.

Программа обеспечивает сформированность общих представлений об адаптивной физической культуре и спорте, физической активности, физических качествах, жизненно важных прикладных умениях и навыках, компенсации и коррекции нарушенных двигательных функций, основных физических упражнениях (коррекционных, гимнастических, игровых, спортивных и туристических).

Предметом обучения адаптивной физической культуре на уровне начального общего образования является двигательная деятельность человека с коррекционной, компенсаторной, оздоровительной и общеразвивающей направленностями с использованием основных направлений адаптивной физической культуры в применении физических упражнений с учётом психофизических особенностей и медицинских противопоказаний к физическим упражнениям обучающихся с РАС на этапе начального общего образования. В процессе овладения этой деятельностью происходит коррекция отклонений физического развития, совершенствуются физические качества, осваиваются двигательные действия, укрепляется здоровье, повышаются функциональные возможности кардиореспираторной системы, активно развиваются познавательная и мыслительная деятельность, творчество и самостоятельность.

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» обладает широкими возможностями в использовании форм, средств и методов обучения. Существенным компонентом содержания учебного предмета «Адаптивная физическая культура» является адаптивное физическое воспитание. Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» обогащает обучающихся системой знаний о сущности и общественном значении физической культуры в общем и адаптивной физической культуры, в частности, и её влиянии на всестороннее развитие личности. Такие знания обеспечивают развитие гармоничной личности, мотивацию и способность обучающихся с ОВЗ к различным видам деятельности, повышают их общую культуру.

Программа основана на системе научных знаний о человеке, сущности физической культуры, адаптивной физической культуры, общих закономерностях её функционирования и использования с целью всестороннего развития людей с ограничениями в состоянии здоровья, направлена на формирование основ знаний в области адаптивной физической культуры, культуры движений, воспитание устойчивых навыков выполнения основных двигательных действий, укрепление здоровья, коррекции и компенсации, имеющихся двигательных нарушений.

Программа обеспечивает создание условий для высокого качества преподавания учебного предмета «Адаптивная физическая культура» на уровне начального общего образования; выполнение требований, определённых статьёй 41 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» «Охрана здоровья обучающихся», включая определение оптимальной учебной нагрузки, режима учебных занятий, создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся, коррекции и компенсации нарушенных функций; способствует решению задач, определённых в Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 г. и Межотраслевой программе развития школьного спорта до 2024 г., и направлена на достижение национальных целей развития Российской Федерации, а именно: а) сохранение населения, здоровья и благополучия людей; б) создание возможностей для самореализации и развития талантов.

В основе программы лежат представления об уникальности личности, индивидуальных возможностях каждого обучающегося с РАС и ученического сообщества в целом, профессиональных качествах педагогов и управленческих команд системы образования, создающих условия для максимально полного обеспечения образовательных возможностей обучающимся с ограничениями в состоянии здоровья в рамках единого образовательного пространства Российской Федерации.

Психолого-педагогическая характеристика обучающихся с РАС

Расстройство аутистического спектра характеризуется постоянным дефицитом в способности инициировать и поддерживать социальное взаимодействие и социальную коммуникацию, а также рядом ограниченных, повторяющихся и негибких схем поведения и интересов. Дефициты достаточно серьёзны, чтобы вызывать нарушения в личной, семейной, социальной, образовательной, профессиональной или других важных областях функционирования и, как правило, носят всеобъемлющий характер и наблюдаются во всех сферах функционирования индивида, хотя могут варьироваться в зависимости от социального, образовательного или другого контекста.

Двигательная сфера обучающихся с РАС характеризуется наличием стереотипных движений, трудностями формирования предметных действий и бытовых навыков, нарушениями мелкой и крупной моторики. Обучающимся свойственны, в частности, нарушения в основных движениях: тяжелая, порывистая походка, импульсивный бег с искаженным ритмом, лишние движения руками или нелепо растопыренные руки, не принимающие участия в процессе двигательной деятельности, одноопорное отталкивание при прыжке с двух ног. Движения детей могут быть вялы или, наоборот, напряженно скованны и механистичны, с отсутствием пластичности. Для обучающихся являются трудными упражнения и действия с мячом, что связано с нарушениями сенсомоторной координации и мелкой моторики рук. Характерной является разница моторной ловкости в привычной обстановке и вне ее; дефицитарность элементарной мелкой **моторики;** отсутствие указательных жестов, движении, означающих либо отрицание, либо утверждение, приветствия или прощания, затруднения в имитации движений **взрослого.** Возможно сопротивление в принятии обучающимся помощи при обучении двигательным навыкам.

У многих обучающихся с РАС отмечается отставание в массе и длине тела; нарушения осанки; нарушения в развитии стопы; нарушения в развитии грудной клетки и снижение ее окружности; отставания в показателях объема жизненной емкости легких; нарушение координационных способностей — точности движений в пространстве; координации движений; ритма движений; дифференцировки мышечных усилий; пространственной ориентировки; точности движений во времени; равновесия; отставания от нейротипичных сверстников в развитии физических качеств. К нарушениям основных движений относятся неточность движений в пространстве и времени; грубые ошибки при дифференцировании мышечных усилий; отсутствие ловкости и плавности движений; излишняя скованность и напряженность; ограничение амплитуды движений в ходьбе, беге,

прыжках, метаниях.

В структуру особых образовательных потребностей обучающихся с РАС в области адаптивной физической культуры входят, с одной стороны, образовательные потребности, свойственные для всех обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, с другой, характерные только для обучающихся с РАС.

К общим потребностям относятся:

получение специальной помощи для обучения двигательным действиям, необходимым в быту и взаимодействии с окружающими;

индивидуализации обучения двигательным действиям;

следует обеспечить особую пространственную и временную организацию обучения двигательным действиям;

К особым образовательным потребностям в области адаптивной физической культуры, характерным для обучающихся с РАС, относятся:

необходимость постепенного и индивидуально дозированного увеличения нагрузки в начале занятий физическими упражнениями. Посещение занятий должно быть регулярным, но регулируемым в соответствии с наличными возможностями обучающегося справляться с тревогой, усталостью, пресыщением и перевозбуждением;

выбор двигательной активности обучающегося должен в начале занятий основываться на более легких и интересных для него заданиях и постепенно, по-возможности, включать все остальные упражнения;

необходимость специальной помощи в преодолении возможной бытовой беспомощности и медлительности обучающегося с РАС: проблем с посещением туалета, столовой, избирательности в еде, трудностей с переодеванием, страхом коммуникации (задать вопрос, пожаловаться, обратиться за помощью) при встрече с незнакомым объектом, предметом, действием;

включение в занятия двигательных действий, физических упражнений, содействующие развитию социально-бытовых навыков;

необходимость специальной поддержки обучающихся с РАС (индивидуальной и при работе в классе) в развитии возможностей вербальной и невербальной коммуникации: обратиться за информацией и помощью, выразить свое отношение, оценку, согласие или отказ, поделиться впечатлениями;

необходимость во временной и индивидуально дозированной поддержке как тьютором, так и ассистентом (помощником) организации всего пребывания обучающегося в школе и его учебного поведения на уроке; поддержка должна постепенно редуцироваться и сниматься по мере привыкания обучающегося с РАС, освоения им порядка школьной жизни, правил поведения на уроке физической культуры, развития его навыков социально-бытовой адаптации и коммуникации;

создание особенно четкой и упорядоченной временно-пространственной структуры уроков по физической культуре и всего пребывания обучающегося в школе, дающее ему опору для понимания происходящего и самоорганизации;

специальная работа по подведению обучающегося к возможности участия во фронтальной организации на уроке: планирование обязательного периода перехода от индивидуальной вербальной и невербальной инструкции к фронтальной; использование форм похвалы, учитывающих особенности обучающихся с РАС;

отработка обучающегося с РАС возможности адекватно воспринимать замечания в свой адрес и в адрес других обучающихся;

введение специальных разделов коррекционного обучения, в том числе и средствами адаптивной физической культуры, способствующих преодолению фрагментарности представлений об окружающем, отработке средств коммуникации, социально-бытовых навыков;

специальная коррекционная помощь по осмыслению, упорядочиванию и дифференциации индивидуального жизненного опыта обучающегося, крайне неполного и

фрагментарного; оказание ему помощи в проработке впечатлений, воспоминаний, представлений о будущем, развитие способности планировать, выбирать, сравнивать при различных видах двигательной активности;

помощь в упорядочивании и осмыслении усваиваемых знаний и умений, не допускающая их механического формального накопления и использования для аутостимуляции на занятиях по физической культуре;

развитие внимания обучающихся с РАС к поступкам, чувствам близких взрослых и других обучающихся, специальная помощь в понимании ситуаций, происходящих с другими людьми, их взаимоотношений;

использование существующих у обучающегося с РАС избирательных способностей, в том числе и к двигательным действиям, для его социального развития;

педагогический работник должен стараться не подчеркивать особость обучающегося с РАС, а, показывая его сильные стороны и вызывая к нему симпатию своим отношением, вовлекать сверстников в доступное взаимодействие.

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Цель и задачи программы обеспечивают результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в соответствии с ФГОС НОО ОВЗ.

Цель изучения учебного предмета «Адаптивная физическая культура» — создание условий для максимального удовлетворения особых образовательных потребностей обучающихся с РАС в нормализации двигательной деятельности, в физической и социальной реабилитации (абилитации), в формировании потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в осуществлении здорового образа жизни, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха, что, в целом, обеспечивает усвоение социального и культурного опыта.

Используемые в образовательной деятельности технологии программы позволяют решать преемственно комплекс основных задач физической культуры на всех уровнях общего образования.

Достижение поставленной цели предусматривает решение следующих основных задач:

овладение основными представлениями о собственном теле, возможностях и ограничениях его физических функций, возможностях компенсации,

формирование понимания связи телесного самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью,

овладение умениями следовать правилам здорового образа жизни, поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами,

овладение умениями включаться в занятия на свежем воздухе, адекватно дозировать физическую нагрузку, соблюдать необходимый индивидуальный режим питания и сна,

формирование умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок,

развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости),

формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.

Наряду с этим программа обеспечивает:

- единство образовательного пространства Российской Федерации, в том числе единство учебной и воспитательной деятельности в области адаптивной физической культуры, реализуемой совместно с семьей и иными институтами воспитания;
- вариативность и разнообразие содержания программного материала, подбора средств адаптивной физической культуры в рамках начального общего образования обучающихся с РАС с учетом их особых образовательных потребностей и состояния здоровья, типологических и индивидуальных особенностей;

- личностное развитие обучающихся, в том числе духовно-нравственное, эстетическое, социокультурное и физическое развитие, усвоение принятых в обществе правил и норм поведения в доступной для обучающихся с РАС форме и объеме;
- физическое воспитание, формирование здорового образа жизни и обеспечение условий сохранения и укрепления здоровья обучающихся, в том числе их социального и эмоционального благополучия;
- создание специальных условий для получения образования в соответствии с возрастными, индивидуальными особенностями и особыми образовательными потребностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого обучающегося;
- формирование у обучающихся с РАС знаний о месте физической культуры и спорта Российской Федерации в мире, истории развития олимпийского движения в Российской Федерации и мире, вкладе страны в мировое научное наследие и формирование представлений об адаптивной физической культуре в современной России, устремленной в будущее;
- расширение возможностей для реализации права выбора педагогическими работниками методик обучения и воспитания, методов оценки знаний, использование различных форм организации образовательной деятельности обучающихся с РАС;
- формирование социокультурной и образовательной среды средствами адаптивной физической культуры с учетом общих и особых образовательных потребностей обучающихся с РАС.

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» (предметная область «Физическая культура») реализуется за счет обязательной части учебного плана. На изучение предмета «Адаптивная физическая культура» в 1 классах отводится 3 часа в неделю, из расчета 33 учебные недели в год – 99 часов.

Согласно календарному учебному графику и расписанию уроков на 2026-2027 учебный год, программа по учебному предмету «Физическая культура» реализована за: в **1в классе за 99 часов.**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА РАЗРАБОТАНА НА ОСНОВЕ:

1. Федерального закона № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012.
2. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 г. №1598, в ред. приказа Минпросвещения РФ от 08.11.2022 N 955).
3. Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждена приказом Министерства просвещения РФ от 24.11.2022 г. № 1023, в ред. приказа Минпросвещения РФ от 17.07.2024 N 495).
4. Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с РАС ГКОУ РО «Зерноградская специальная школа-интернат» (утверждена приказом от 29.08.2025 № 475, в ред. приказа от 27.08.2026 № 408).
5. Приказа Министерства просвещения РФ от 22.06.2026 № 436 “Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного

срока использования исключенных учебников и разработанных в комплекте с ними учебных пособий» (зарегистрировано в Минюсте России 22.07.2026 №87563).

6. Приказа ГКОУ РО «Зерноградская специальная школа – интернат» от 27.08.2026 № 410 «Об утверждении перечня учебников на 2026-2027 учебный год».
7. Санитарных правил СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача российской Федерации от 02.06.2026 №19 (далее СанПин 2.4.2.4283-26).

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Приоритет индивидуального подхода в обучении позволяет обучающимся с РАС осваивать программу в соответствии с возможностями каждого.

Личностные результаты освоения программы по адаптивной физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности**.**

Патриотическое воспитание:

- ценностное отношение к отечественному спортивному, культурному, историческому и научному наследию, понимание значения физической культуры, адаптивной физической культуры в жизни современного общества, способность владеть достоверной информацией;
- представление о спортивных достижениях сборных команд России по видам спорта на международной спортивной арене, основных мировых и отечественных тенденциях развития физической культуры для блага человека, заинтересованность в научных знаниях о человеке.

Гражданское воспитание:

представление о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, готовность к разнообразной совместной деятельности при выполнении учебных, познавательных задач, освоение и выполнение физических упражнений, создание учебных проектов, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе этой учебной деятельности, готовность оценивать своё поведение и поступки своих товарищей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков, оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения.

Понимание ценности научного познания:

- знание истории развития представлений о физическом развитии и воспитании человека в российской культурно-педагогической традиции;
- познавательные мотивы, направленные на получение новых знаний по адаптивной физической культуре, необходимых для формирования здоровья и здоровых привычек, физического развития и физического совершенствования;
- познавательная и информационная культура, в том числе навыки самостоятельной работы с учебными текстами, справочной литературой, доступными техническими средствами информационных технологий;
- интерес к обучению и познанию, любознательность, готовность и способность к самообразованию, исследовательской деятельности, к осознанному выбору направленности и уровня обучения в дальнейшем.

Формирование культуры здоровья:

осознание ценности своего здоровья для себя, общества, государства, ответственное отношение к регулярным занятиям физической культурой, в том числе освоению гимнастических упражнений и плавания как важных жизнеобеспечивающих умений, установка на здоровый образ жизни, необходимость соблюдения правил безопасности при занятиях физической культурой и спортом.

Экологическое воспитание:

- экологически целесообразное отношение к природе, внимательное отношение к человеку, его потребностям в жизнеобеспечивающих двигательных действиях, ответственное отношение к собственному физическому и психическому здоровью, осознание ценности соблюдения правил безопасного поведения в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей;
- экологическое мышление, умение руководствоваться им в познавательной, коммуникативной и социальной практике.

Программа также помогает осваивать ***жизненные компетенции***, формирование которых требует специального обучения:

Развитие у обучающегося с РАС средствами АФК внимания и интереса к окружающим людям, способности к установлению эмоционального контакта со сверстниками во время совместной двигательной активности, к участию в подвижных и спортивных играх, эстафетах;

Формирование желания и возможности вступать в разнообразную коммуникацию, получать и давать информацию, делиться переживаниями, впечатлениями и оценками во время совместной двигательной активности;

Развитие опыта применения физических упражнений и разных форм двигательной активности обучающегося для физического самосовершенствования, осмысленного выбора вида физкультурно-оздоровительной или спортивной деятельности, построение порядка и плана двигательных действий и физических упражнений в зависимости от режима дня, задач занятия;

Развитие позитивного отношения к новым видам двигательной активности, физическим упражнениям, уменьшение тревоги и напряженности при неожиданных изменениях в привычном ходе событий и адекватности в реакции на них;

Формирование реальных представлений о собственных двигательных возможностях, способности обращаться за помощью к взрослым, в том числе, по вопросам медицинского сопровождения и соблюдении техники безопасности на занятиях физическими упражнениями и создания специальных условий для обучения и совершенствования новых двигательных действий;

Осмысление социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей, воспитание коммуникационных функций и способности взаимодействовать в коллективе;

Развитие имитационных способностей (умения подражать);

Формирование навыков произвольной организации движений (в пространстве собственного тела и во внешнем пространстве).

Метапредметные результаты:

В результате изучения адаптивной физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося с РАС должны быть сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

Предполагается формирование у обучающегося с РАС следующих учебных познавательных действий:

1) базовые логические действия:

- умение ориентироваться в терминах и понятиях, используемых в адаптивной физической культуре (в пределах изученного), применять изученную терминологию в своих устных и письменных высказываниях;

- выявлять признаки положительного влияния занятий адаптивной физической культурой на работу организма, сохранение его здоровья и эмоционального благополучия, коррекцию двигательных и психических нарушений, расширение двигательной активности;
- устанавливать связь между физическими упражнениями и их влиянием на развитие физических качеств;
- классифицировать виды физических упражнений в соответствии с определённым классификационным признаком: по признаку исторически сложившихся систем физического воспитания, по преимущественной целевой направленности их использования, преимущественному воздействию на развитие отдельных качеств (способностей) человека;
- приводить примеры и осуществлять демонстрацию гимнастических упражнений, навыков передвижения, плавания, ходьбы на лыжах (при условии наличия снежного покрова), упражнений начальной подготовки по виду спорта (по выбору);

2) базовые исследовательские действия:
- моделировать правила безопасного поведения при освоении физических упражнений, плавания, катания на лыжах;
- в совместной деятельности со взрослым (учителем, тьютором) составлять комбинацию упражнений для утренней гимнастики с индивидуальным дозированием физических упражнений;
- умение совместно со взрослым (учителем, тьютором) анализировать причины успеха/неуспеха учебной деятельности, в том числе для целей эффективного развития физических качеств и способностей, освоения двигательных действий, улучшения темпо-ритмических и других характеристик выполнения двигательных действий, способности конструктивно находить решение и действовать даже в ситуациях неуспеха;

3) работа с информацией:
- использовать знания и умения в области культуры движения, эстетического восприятия в учебной деятельности при освоении иных учебных предметов; с помощью учителя (тьютора) распознавать достоверную и недостоверную информацию о видах двигательной активности;
- использовать информацию, полученную посредством наблюдений, просмотра видеоматериалов, иллюстраций, для эффективного физического развития, в том числе с использованием гимнастических, игровых, спортивных, туристических физических упражнений;
- с помощью взрослых (учителя, тьютора, родителей) использовать средства информационно-коммуникационных технологий (в том числе - Интернет с контролируемым выходом) для решения учебных и практических задач, оценивать объективность информации и возможности её использования для решения конкретных учебных задач.

У обучающегося с РАС в ходе изучения адаптивной физической культуры на уровне начального общего образования могут быть сформированы следующие умения общения как часть коммуникативных универсальных учебных действий:

1) общение:
- вступать в диалог (в части случаев – с помощью учителя, тьютора), задавать собеседнику вопросы, использовать реплики-уточнения и дополнения, формулировать собственное мнение и идеи, аргументировано их излагать,

выслушивать разные мнения, учитывать их в диалоге настолько, насколько это возможно, включая альтернативные способы коммуникации;

- описывать влияние физической культуры на здоровье и эмоциональное благополучие человека;
- строить гипотезы о возможных отрицательных последствиях нарушения правил при выполнении физических движений, в играх и игровых заданиях, спортивных эстафетах;
- проявлять интерес к работе товарищей, с помощью учителя (тьютора) в доброжелательной форме комментировать и оценивать их достижения, высказывать свои предложения и пожелания, оказывать при необходимости помощь;

2) совместная деятельность:

- организовывать при содействии взрослого (учителя, тьютора) игры, спортивные эстафеты, выполнение физических упражнений в коллективе, включая обсуждение цели общей деятельности, распределение ролей, выполнение функциональных обязанностей, осуществление действий для достижения результата настолько, насколько это возможно, в зависимости от способности к коммуникации обучающегося с РАС;
- сотрудничать с помощью взрослого (учителя, тьютора) со сверстниками при решении задач выполнения физических упражнений, игровых заданий и игр на уроках, во внеурочной и внешкольной физкультурной деятельности;
- конструктивно разрешать конфликты с помощью взрослых (учителя, тьютора) посредством учёта интересов сторон и сотрудничества.

У обучающегося будут сформированы следующие умения самоорганизации и самоконтроля как часть регулятивных универсальных учебных действий:

- оценивать влияние занятий физической подготовкой на состояние своего организма (снятие утомляемости, улучшение настроения, уменьшение частоты простудных заболеваний, улучшение качества выполнения двигательного действия, освоение двигательных действий, необходимых в социально-бытовой и образовательной среде);
- контролировать состояние организма на уроках адаптивной физической культуры и в самостоятельной повседневной физической деятельности по показателям частоты пульса и самочувствия;
- предусматривать с помощью взрослых (учителя, тьютора) возникновение возможных ситуаций, опасных для здоровья и жизни;
- проявлять волевую само регуляцию при планировании и выполнении намеченных планов организации своей жизнедеятельности, проявлять стремление к успешной образовательной, в том числе оздоровительной и физкультурно-спортивной, деятельности, анализировать свои ошибки с помощью взрослого (учителя, тьютора);
- осуществлять с помощью взрослого (учителя, тьютора) информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации.

Предметные результаты изучения учебного предмета «Адаптивная физическая культура» отражают опыт обучающихся с РАС в физкультурной деятельности.

В составе предметных результатов по освоению обязательного содержания, установленного программой по физической культуре, выделяются: полученные знания, освоенные обучающимися, умения и способы действий, специфические для предметной области «Адаптивная физическая культура» периода развития детей с РАС на уровне

начального общего образования, виды деятельности по получению новых знаний, их интерпретации, преобразованию и применению в различных учебных и новых ситуациях.

В состав предметных результатов по освоению обязательного содержания включены физические упражнения:

- гимнастические упражнения, характеризующиеся многообразием искусственно созданных движений и действий, эффективность которых оценивается избирательностью воздействия на строение и функции организма, а также правильностью, красотой и координационной сложностью всех движений;
- игровые упражнения, состоящие из естественных видов действий (элементарных движений, бега, бросков и других), которые выполняются в разнообразных вариантах в соответствии с изменяющейся игровой ситуацией и оцениваются по эффективности влияния на организм в целом и по конечному результату действия (например, точнее бросить, быстрее добежать, выполнить в соответствии с предлагаемой техникой выполнения или конечным результатом задания);
- лечебные и корригирующие упражнения для улучшения функции кардиореспираторной системы, профилактики и коррекции нарушения осанки и плоскостопия, стимуляции речевого и психического развития.
- туристические физические упражнения, включающие ходьбу, бег, прыжки, преодоление препятствий, ходьбу на лыжах, эффективность которых оценивается комплексным воздействием на организм и результативностью преодоления расстояния и препятствий на местности;
- спортивные упражнения, объединяющие ту группу действий, исполнение которых искусственно стандартизировано в соответствии с Единой всесоюзной спортивной классификацией и является предметом специализации для достижения максимальных спортивных результатов. К последней группе в программе по физической культуре условно относятся некоторые физические упражнения первых трёх трупп, если им присущи перечисленные признаки (спортивные гимнастические упражнения, спортивные игровые упражнения, спортивные туристические упражнения).

Предметные результаты

К концу обучения **в 1 классе** обучающийся получит следующие предметные результаты по отдельным темам программы по адаптивной физической культуре:

Знания о физической культуре:

- правила составления распорядка дня с использованием знаний принципов личной гигиены, требований к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями в зале и на улице;
- правила закаливания и организации самостоятельных занятий физическими упражнениями, умение применять их в повседневной жизни с помощью взрослых (учителя, тьютора, родителей).

Способы физкультурной деятельности.

Самостоятельные занятия общеразвивающими и поддерживающими здоровье физическими упражнениями:

- умение с помощью взрослого (учителя, тьютора) выбирать гимнастические упражнения для формирования стопы, осанки в положении стоя, сидя и при ходьбе;
- умение с помощью взрослого (учителя, тьютора) составлять и выполнять индивидуальный распорядок дня с включением утренней гимнастики, физкультминуток, выполнения упражнений гимнастики.

Развивающие, подвижные игры и спортивные эстафеты, строевые упражнения:

- умение с помощью взрослого (учителя, тьютора) участвовать в спортивных эстафетах;
- умение с помощью взрослого (учителя, тьютора) выполнять игровые задания для знакомства с видами спорта, плаванием, основами туристической деятельности.

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность:

- осваивать технику выполнения гимнастических упражнений для формирования опорно-двигательного аппарата, включая гимнастический шаг, мягкий бег (при необходимости – с помощью тьютора);
- осваивать гимнастические упражнения на развитие моторики, координационно-скоростных способностей, в том числе с использованием гимнастических предметов (при необходимости – с помощью тьютора);

Коррекционно-развивающая деятельность:

- с помощью взрослого (учителя, тьютора) осваивать способы игровой деятельности,
- с помощью взрослого (учителя, тьютора) осваивать упражнения на подражание.

Учебники и учебные пособия:

1. А.П. Матвеев Физическая культура 1 класс: 14-е издание, переработанное Москва «Просвещение» 2023.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Методика АФК для обучающихся с РАС имеет ряд существенных отличий, обусловленных спецификой аутистического расстройства. Медико-физиологические и психологические особенности обучающихся с РАС, типичные и специфические нарушения мыслительной и двигательной сфер, специально-методические принципы работы с данной категорией обучающихся, коррекционная направленность педагогического процесса определяют концептуальные подходы к построению и содержанию занятий в рамках уроков адаптивной физической культуры.

Особенности развития при расстройствах аутистического спектра определяют особые образовательные потребности данной категории обучающихся при реализации программы по АФК, которые обеспечиваются специальными образовательными условиями:

– обеспечение включения в занятия в форме уроков АФК коррекционно-развивающей деятельности с использованием методов и средств адаптивной физической культуры;

– строгая регламентация деятельности с учетом медицинских рекомендаций;

– обеспечение индивидуализации образовательного процесса и определения индивидуального содержания реализуемой рабочей программы по АФК;

– организация и расширение контактов, вербального и невербального общения между педагогом и обучающимся, обучающимся и сверстниками;

– особое структурирование содержания обучения на основе усиления внимания к целенаправленному развитию эмоционально-личностной сферы и коммуникативного поведения на занятиях АФК.

Программой предусмотрено применение как общих, так и специальных методов и приемов обучения двигательным действиям обучающихся с РАС (план занятия, карточки с последовательностью физических упражнений на занятиях, постепенное введение нового материала и т.д.). Систему карточек и планов, разработанную педагогом, необходимо применять на каждом уроке с учетом раздела программы «Адаптивная физическая культура». Планирование учебного материала рекомендуется в соответствии с постепенным освоением теоретических знаний, практических умений и навыков в учебной и самостоятельной физкультурной и оздоровительной деятельности.

В основе программы лежат дифференцированный и деятельностный подходы, целью которых является формирование у обучающихся полного представления о возможностях адаптивной физической культуры.

Дифференцированный подход предполагает учет особых образовательных потребностей обучающихся с РАС, которые проявляются в неоднородности по возможностям освоения содержания образования. Это обусловливает необходимость учета индивидуально-типологических особенностей каждого обучающегося с дифференцированным подбором средств адаптивной физической культуры.

Деятельностный подход основывается на теоретических положениях отечественной психологической науки, раскрывающих основные закономерности процесса обучения и воспитания, структуру образовательной деятельности с учетом общих закономерностей развития обучающихся с нормальным и нарушенным развитием. Деятельностный подход в образовании строится на признании того, что развитие личности обучающихся с РАС младшего школьного возраста определяется характером организации доступной им деятельности (предметно-практической и учебной).

Основным средством реализации деятельностного подхода является обучение как процесс организации познавательной и предметно-практической деятельности обучающихся, обеспечивающий овладение ими содержанием образования (успешное усвоение системы научных знаний, умений и навыков (академических результатов) в области адаптивной физической культуры, позволяющих продолжить образование на следующем уровне образования, но и жизненной компетенции, составляющей основу социальной успешности).

В контексте реализации ФАОП НОО для обучающихся с РАС реализация деятельностного подхода обеспечивает:

- придание результатам образования социально и личностно значимого характера;
- прочное усвоение обучающимися с РАС знаний и опыта разнообразной деятельности и поведения, возможность их самостоятельного продвижения в изучаемых образовательных областях;
- существенное повышение мотивации и интереса к учению, приобретению нового опыта деятельности и поведения;
- обеспечение условий для общекультурного и личностного развития на основе формирования УУД, которые обеспечивают не только успешное усвоение ими системы знаний, умений и навыков (академических результатов), позволяющих продолжить образование на следующем уровне, но и жизненной компетенции, составляющей основу социальной успешности.

В содержании программы учитывается взаимосвязь изучаемых явлений и процессов, что позволит успешно достигнуть планируемых результатов — предметных, метапредметных, личностных и необходимых жизненных компетенций.

Содержание программы распределяется по модулям:

- Модуль «Знания об адаптивной физической культуре»;
- Модуль «Гимнастика с элементами корригирующей гимнастики»;
- Модуль «Легкая атлетика»;
- Модуль «Подвижные игры»

Модуль «Знания об адаптивной физической культуре» распределяется по остальным модулям программы. Следует учитывать, что модули могут быть взаимозаменяемы и взаимодополняемы, некоторые модули могут быть исключены и заменены на другие. Подбор средств АФК на занятиях определяются индивидуально, исходя из психофизических особенностей обучающихся с РАС, соматических заболеваний, медицинских рекомендаций и противопоказаний к физическим упражнениям, уточненных школьным психолого-педагогическим консилиумом.

Содержание обучения в 1 классе.

Модуль «Основная гимнастика с элементами корригирующей»

Знания:

- понятие «адаптивная физическая культура» сравнивается с понятием «физическая культура»; анализируется положительное влияние компонентов АФК (регулярные занятия доступными физическими упражнениями, занятия физкультурой, соблюдение личной гигиены) на укрепление здоровья,
- правила поведения на уроках физической культуры,
- значение дыхания в жизни человека, роль дыхательных упражнений в укреплении здоровья,
- техника безопасности при выполнении физических упражнений в зале,
- правила закаливания,
- понятия о самостоятельном выполнении упражнений.

Физические упражнения.

Упражнения по видам разминки.

Общая разминка. Освоение техники выполнения упражнений общей разминки с контролем дыхания: приставные шаги вперёд на полной стопе (гимнастический шаг), шаги с продвижением вперёд на полупальцах и пятках («казачок»), шаги с продвижением вперёд на полупальцах с выпрямленными коленями и в полуприседе («жираф»). Упражнения для укрепления мышц тела и развития гибкости позвоночника, упражнения для разогревания методом скручивания мышц спины («верёвочка»), упражнения для укрепления мышц спины и увеличения их эластичности («рыбка»), упражнения для развития гибкости позвоночника и плечевого пояса («мост») из положения лёжа. Упражнения для развития моторики и координации с гимнастическим предметом. Удержание гимнастической палки. Простые физические упражнения с гимнастической палкой в руках с различными видами хвата.

Удержание гимнастического мяча. Баланс мяча на ладони, передача мяча из руки в руку. Одиночный отбив мяча от пола. Бросок и ловля мяча. Игровые задания с мячом. Бег равномерный. Лазание по гимнастической стенке, ползание на животе, преодоление мягких препятствий (мягкие модули). Бессюжетная пальчиковая гимнастика: противопоставление одноименных и разноименных пальцев, поочередное нажимание пальцев на ладонь и т.д. Нейрогенная гимнастика: диагональное перемещение цветных мячиков справа налево, сортировка по цвету, ходьба по следам определенного цвета. Упражнения на подражание (с помощью взрослого (учителя, тьютора). Строевые команды «Становись!», «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!». Построение в шеренгу и передвижение в колонне без темпо-ритмических характеристик. Выполнение простых общеразвивающих упражнений в ходьбе: руки вверх, в стороны, круговые движения руками, выпады в полуприседе, повороты на каждый шаг.

Модуль «Подвижные игры»

Знания

- правила техники безопасности при выполнении игровых заданий;
- понятие об игровой деятельности.

Физические упражнения.

Игровые задания на внимание «Где солнечный зайчик», «Мячик катись», «Кегли», «Шведская стенка» (при необходимости – с помощью тьютора).

Игровые задания на подражание за педагогом «Проползи рядом со мной», «Пробеги по линии» (при необходимости – с помощью тьютора).

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний обучающихся. Обучающиеся с РАС оцениваются по динамике освоения двигательных действий и физических упражнений: 0 баллов - нет фиксируемой динамики; 1 балл - минимальная динамика; 2 балла - удовлетворительная динамика; 3 балла - значительная динамика. Полностью исключается оценка коммуникативных возможностей обучающихся

с РАС, так как они связаны с первичными дефицитами данного нарушения развития. То есть не подлежат оценке способности обучающихся с РАС к совместной организованной деятельности (в подвижных играх, эстафетах, при выполнении строевых приемов и команд).

При удовлетворительной и значительной положительной динамике возможно использование цифровой оценки (отметки), начиная со второй четверти второго класса. В других случаях, при отсутствии заметной положительной динамики, введение цифровой оценки нежелательно, так как неудовлетворительная оценка может психологически травмировать ученика с РАС, сформировать негативизм к занятиям, отказ от участия в занятиях адаптивной физической культурой.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки:

Мелкими ошибками считаются ошибки, которые не влияют на качество и результат выполнения упражнений. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Значительные ошибки – ошибки, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся: старт не из требуемого положения; отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту; бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений; несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки – ошибки, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

При оценивании успеваемости обучающихся, имеющих специальную и подготовительную физкультурную группу здоровья, строго учитывается характер заболевания и медицинские показания. Данные обучающиеся выполняют общеразвивающие упражнения, упражнения АФК, отвечают на теоретические вопросы, выполняют теоретические тестовые задания, готовят доклады, презентации, творческие работы и проекты. Рекомендуется вести индивидуальный мониторинг развития двигательных навыков обучающихся.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1в класс

№ п/п	Наименование модулей и тем	Кол-во часов	Электронно-образовательные ресурсы	Воспитательный потенциал урока (занятия)
Модуль №1 Знания о физической культуре				• 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; • побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила
1.	Физическая культура как система занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека	7	https://infourok.ru/sovremennye-znaniya-o-fizicheskoj-kulture-sporte-i-zdorovom-obraze-zhizni-problemy-i-sposoby-ih-resheniya-7053578.html	
2	Из истории физической культуры	5	https://infourok.ru/sovremennye-znaniya-o-fizicheskoj-kulture-	

			sporte-i-zdorovom-obraze-zhizni-problemy-i-sposoby-ih-resheniya-7053578.html	общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации; • 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; • 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 - группе; • применение на уроке и занятиях 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; включение в урок, в занятия - игровых форм, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе - группе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;
Итого по модулю:		**12**		
Модуль №2 Способы физкультурной деятельности				
3	Самостоятельные занятия	2	Комплекс_утренней_гимнастики__2.pdf (1spbgmu.ru)	
4	Самостоятельные игры и развлечения	3	https://infourok.ru/statya-provedenie-pulsometrii-na-uroke-fizkulturi-1291885.html	
5	Физкультурно-оздоровительная деятельность	2	oru_s_predmetami.pdf (narod.ru)	
Итого по модулю:		**7**		
Модуль №3 Физическое совершенствование				
1	Гимнастика с основами акробатики	22	https://multiurok.ru/files/gimnastika-s-osnovami-akrobatiki-1.html	
2	Легкая атлетика	34	https://srednyadm.ru/msu/administratsiya/munitsipalnoe-byudzhetnoe-uchrezhdenie-kulturyi-kulturno-sportivnyij-tsentr-polyot-mbuk-ksts-polyot/media/2020/5/19/legkaya-atletika-istoriya-pravila-vidyi-polza-vred/	
3	Подвижные и спортивные игры	24	https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2018/04/16/sportivnye-i-podvizhnye-igry	
Итого по разделу:		**80**		
Общее количество часов:		***99***		

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1в класс

№ п/п	Дата по плану	Дата по факту	Тема урока
I четверть-24 ч			
1	01.09		Правила техники безопасности на занятиях физической культуры
2	03.09		История физической культуры. Ходьба и бег
3	04.09		История подвижный игр. Бег на короткие дистанции
4	08.09		Легенда о зарождении древних Олимпийских игр. Челночный бег
5	10.09		Сила как физическое качество
6	11.09		Быстрота как физическое качество
7	15.09		Выносливость как физическое качество
8	17.09		Упражнения на гибкость
9	18.09		Развитие координации движений
10	22.09		Развитие пространственной ориентации
11	24.09		История подвижных игр и соревнований у древних народов
12	25.09		Освоение правил и техники выполнения строевых упражнений.
13	29.09		Смешанное передвижение
14	01.10		Координированные беговые упражнения
15	02.10		Сложно координированные беговые упражнения
16	06.10		Бег с поворотами и изменением направлений
17	08.10		Бег с добавлением движений руками
18	09.10		Игры с использованием большого мяча
19	13.10		Игры с использованием маленького мяча
20	15.10		Бросок ногой
21	16.10		Комбинация движений ногой и рукой
22	20.10		Игры в мяч
23	22.10		Гонка мячей в парах
24	23.10		Подвижные игры на развитие равновесия

II четверть-24ч			
25	05.11		Закаливание организма
26	06.11		Дыхательная и зрительная гимнастика
27	10.11		Пальчиковая и нейро гимнастика
28	12.11		Развитие координации движений
29	13.11		Гимнастический бег вперёд, назад
30	17.11		Приставные шаги на полной стопе
31	19.11		Шаги в полном приседе («гусиный шаг»)
32	20.11		Небольшие прыжки в полном приседе («мячик»)
33	24.11		Шаги с наклоном туловища вперёд до касания грудью бедра («цапля»)
34	26.11		Приставные шаги в сторону с наклонами («качалка»)
35	27.11		Наклоны туловища вперёд, попеременно касаясь прямых ног животом, грудью («складочка»)
36	01.12		Партерная разминка.
37	03.12		Упражнения для укрепления мышц спины и брюшного пресса («берёзка»)
38	04.12		Упражнения для укрепления мышц спины («рыбка», «коробочка»)
39	08.12		Упражнения для укрепления брюшного пресса («уголок»)
40	10.12		Упражнения для укрепления мышц спины и увеличения их эластичности («киска»)
41	11.12		Упражнения для развития гибкости: отведение ноги назад стоя на колене (махи назад) поочерёдно правой и левой ногой
42	15.12		Наклоны туловища попеременно к каждой ноге, руки вверх, прижаты к ушам («коромысло»)
43	17.12		Упражнение для укрепления мышц живота, развития координации, укрепления мышц бедер («неваляшка»)
44	18.12		Равновесие «пассе» (в сторону, затем вперёд) в опоре на стопе и на носках.
45	22.12		Приставные шаги в сторону и повороты.
46	24.12		Прыжки: ноги вместе (с прямыми и с согнутыми коленями), разножка на сорок пять и девяносто градусов (вперёд и в сторону).
47	25.12		Кувырок вперёд, назад, шпагат, колесо, мост из положения сидя, стоя и вставание из положения мост.
48	29.12		Строевые упражнения. Повороты на месте
III четверть-29ч			
49	12.01		Строевые упражнения и команды

50	14.01		Утренняя зарядка
51	15.01		Составление комплекса утренней зарядки
52	19.01		Ходьба на гимнастической скамейке
53	21.01		Ходьба на гимнастической скамейке с мячом
54	22.01		Упражнения с гимнастической скакалкой
55	26.01		Комбинации упражнения с гимнастической скакалкой
56	28.01		Упражнения с гимнастическим мячом
57	29.01		Упражнения с гимнастической палкой
58	02.02		Танцевальные гимнастические движения
59	04.02		Танцевальные гимнастические упражнения
60	05.02		Прыжковые упражнения
61	09.02		Собирание мячей
62	11.02		Гимнастическая разминка
63	12.02		Координированные прыжковые упражнения
64	25.02		Сложно координированные прыжковые упражнения с различными предметами
65	26.02		Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке
66	02.03		Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке с предметами
67	04.03		Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища в перёд и стороны, разведением и сведением
68	05.03		Гонка мячей и слалом с мячом. Игра «Выбивной»
69	09.03		Футбольный бильярд.
70	11.03		Игра «Ловишки».
71	12.03		Подвижные игры с приемами спортивных игр
72	16.03		Зарождение Олимпийских игр
73	18.03		Удары большого мяча в стенку и ловля его
74	19.03		Как появились упражнения с мячом
75	23.03		Ведение мяча на месте. Игра «Мы веселые ребята»
76	25.03		Ведение мяча в движении. Игра «Наседка и цыплята»
77	26.03		Броски мяча в кольцо
IV Четверть-22ч			
78	06.04		История создания олимпийских игр древности

79	08.04		Современные Олимпийские игры
80	09.04		Броски набивного мяча весом 1 кг способом снизу из положения стоя
81	13.04		Броски набивного мяча весом 1 кг способом снизу из положения сидя
82	15.04		Подбрасывание и ловля мяча одной рукой в движении
83	16.04		Прыжок в высоту с прямого разбега
84	20.04		Прыжок в высоту с разбега
85	22.04		Игры с приемами баскетбола
86	23.04		Игры с приемами футбола
87	27.04		Приемы баскетбола: мяч среднему
88	29.04		Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу
89	30.04		Бросок мяча в колонне и неудобный бросок
90	04.05		Закаливание организма
91	06.05		Бросок мяча в колонне и неудобный бросок
92	07.05		Прием «волна» в баскетболе
93	11.05		Приемы в баскетболе
94	13.05		Правила выполнения спортивных упражнений. Эстафета
95	14.05		Подвижные игры на развитие выносливости
96	18.05		Подвижные игры на развитие ловкости
97	22.05		Подвижные игры на развитие гибкости
98	21.05		Подвижные игры на развитие координации.
99	25.05		Эстафеты

СОГЛАСОВАНО Протокол заседания методического объединения учителей начальных классов ГК ОУ РО «Зерноградская специальная школа-интернат» От 25.08.2026 № 06 Руководитель МО _____ Ю.М. Каракозян	Согласовано Заместитель директора по коррекционной работе _____ Чуприна О.К. «26» августа 2026 г.