

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Школа – интернат поселка Эгвекино»  
(МБОУ «Ш – И поселка Эгвекино»)

«РАССМОТРЕНО»

на заседании методического  
объединения учителей –  
предметников

Рекомендовано к  
утверждению

Протокол №1 от «28»  
августа 2023 г.

Руководитель МО учителей  
– предметников

И.В. Елизарова

«СОГЛАСОВАНО»

заместитель директора по  
УВР

Г.А. Перепелкина  
«28» августа 2023 г.

«УТВЕРЖДЕНО»

приказом директора МБОУ  
«Ш – И поселка Эгвекино»  
от «28» августа 2023 г. № 76

АДАптированная дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

**«ИГРОВАЯ КАРУСЕЛЬ»**

Направленность: спортивно – оздоровительная

Уровень: базовый

Возраст обучающихся: 8 – 11 лет

Срок реализации: 1 год

Автор – составитель  
С.М. Пузанов,  
педагог дополнительного образования

## 1. Пояснительная записка

### 1.1. Введение

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Игровая карусель» реализуется в Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Школа – интернат поселка Эгвекинот», в котором обучаются воспитанники с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Данная программа разработана в соответствии со следующими документами:

- 1) Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- 2) Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;
- 3) Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденным приказом Минпросвещения России от 27 июля 2022 г. № 629;
- 4) Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденным приказом Минобрнауки России от 19 декабря 2014 г. № 1599;
- 5) Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1598);
- 6) Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утвержден приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287), (включены специальные требования образования обучающихся с ОВЗ);
- 7) Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413) (включены специальные требования образования обучающихся с ОВЗ);
- 8) Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.03.2016 г. № ВК - 641/09 «О направлении методических рекомендаций» и Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально - психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей;
- 9) Письмо Минобрнауки России от 23.05.2016 N ВК-1074/07 "О совершенствовании деятельности психолого-медико-педагогических комиссий";
- 10) Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- 11) Профессиональный стандарт "Педагог дополнительного образования детей и взрослых", утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. N 652н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 17 декабря 2021 г., регистрационный N 66403), действующим до 1 сентября 2028 года;
- 12) Программа разработана во исполнение перечня поручений Президента Российской Федерации по итогам заседания Совета по развитию физической культуры и спорта Пр-1919, п.3 б) «о расширении перечня видов спорта, включенных в программу учебного предмета «Физическая культура», в том числе представленных в этой программе в виде отдельных модулей».

Адаптированная рабочая программа дополнительного образования «Игровая карусель» относится к образовательной области «Физическая культура». Физическое воспитание – неотъемлемая часть комплексной системы учебно-воспитательной работы в специальной (коррекционной) школе с умственной отсталостью, оно направлено на решение образовательных, воспитательных, коррекционно-компенсаторных и лечебно-оздоровительных задач. Находясь в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим воспитанием и трудовым обучением, занимает одно из ведущих мест в подготовке учащихся с нарушением интеллекта к самостоятельной жизни и производственному труду. Игровая карусель - система разносторонних упражнений, направленных на развитие силы, ловкости, быстроты, выносливости, гибкости, формирование пропорциональной фигуры и укрепление здоровья. Предметом обучения является двигательная деятельность общеразвивающей направленности. В процессе овладения этой деятельностью совершенствуются не только

физические природные данные, но и активно развиваются сознание и мышление, творчество и самостоятельность. С учётом этих особенностей предлагаемая программа рекомендована в качестве организации работы в спортивной секции в специальных (коррекционных) общеобразовательных школах с умственной отсталости.

Весь процесс занятий дополнительного образования «Игровая карусель» будет строиться на играх.

Игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. В играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений. Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Подвижные игры способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

**Цель адаптированной рабочей программы дополнительного образования «Игровая карусель» для обучающихся с умственной отсталостью:** удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

**Задачи адаптированной рабочей программы дополнительного образования «Игровая карусель» для обучающихся с умственной отсталостью:**

- 1) повысить уровень двигательной активности;
- 2) способствовать физическому, психическому развитию детей;
- 3) развивать активность и творчество учащихся, любознательность, честность;
- 4) вызвать интерес к занятию «Игровая карусель», позволить детям ощутить красоту и радость движений;
- 5) повысить развития двигательной активности, развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, формирование культуры общения со сверстниками, самостоятельности в двигательной деятельности;
- 6) развитие сообразительности, творческого воображения;
- 7) развитие коммуникативных умений;
- 8) воспитание внимания, культуры поведения;
- 9) дальнейшее укрепления организма по средствам игры;
- 10) развитие двигательных качеств по средствам игры;
- 11) развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.

Срок реализации данной программы 1 год. Программа ориентирована для обучения учащихся 2-4 классов в соответствии с комплектованием на 2023-2024 учебный год.

#### **Место учебного предмета в учебном плане**

Количество часов по программе	68
Количество часов в неделю по учебному плану	2

**Личные и предметные результаты освоения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) адаптированной рабочей программы дополнительного образования «Игровая карусель»**

<b>личностные результаты</b>	<b>предметные результаты</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- активно включаться в общее и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;</li> <li>- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;</li> <li>- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;</li> <li>- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;</li> <li>- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности;</li> <li>- в доступной форме объяснять правила и технику выполнения двигательных действий;</li> <li>- в доступной форме играть со сверстниками в разученные подвижные игры.</li> </ul>

**Требования к уровню подготовки обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) по адаптированной рабочей программе дополнительного образования «Игровая карусель»**

<b>Обучающиеся должны уметь</b>	<b>Обучающиеся должны знать</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- играть активно, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения;</li> <li>- приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение;</li> <li>- проявлять инициативу, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели;</li> <li>- правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки;</li> <li>- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;</li> <li>- уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- правила изучаемых игр;</li> <li>- правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки;</li> <li>- проводить самостоятельно подвижные игры со сверстниками;</li> <li>- о способах и особенностях движения и передвижений человека;</li> <li>- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки;</li> <li>- о причинах травматизма и правилах его предупреждения;</li> </ul>

**Содержание адаптированной рабочей программы дополнительного образования «Игровая карусель» для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)**

<b>№ п/п</b>	<b>Разделы программы</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Характеристика основных видов деятельности</b>
<b>1</b>	Русские народные игры	10	Провести знакомство с играми своего народа, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны. На первом занятии проводится знакомство с

			историей русской игры. Игры: «Горелки», «Жмурки», «Пятнашки», «Пустое место», «Кошки мышки», Ворота, Каравай и др.
2	Подвижные игры	38	Совершенствовать координацию движений. Развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре. Игры: «Успей занять место», «Жонглеры», «Волк во рву», «Лови не лови» и др.
3	Эстафеты	14	Познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности. "Эстафета с поворотами", "Посадка картошки", "Бег пингвинов", "Вызов номеров", круговая эстафета, эстафеты с обручем, мячом и др.
4	Игры народов России	6	Познакомить с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развивать силу, ловкость и другие физические способности. Воспитывать толерантность при общении в коллективе. Игры: «К своим флажкам», «Невод», Каликало», «Али-Баба» и др.
	ИТОГО	68	

**Календарно-тематическое планирование адаптированной рабочей программы дополнительного образования «Игровая карусель» для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)**

№ п/п	Раздел программы	Тема занятия	Количество часов
1	Русские народные игры	Т.Б на занятиях. Игра "Горелки" Правила игры.	2
2	Подвижные игры	Игры "Падающая палка", "Успей занять место".	2
3	Русские народные игры	Игра "Жмурики", «Горелки» Правила игры.	2
4	Подвижные игры	Игры "Стой!", "Лови - не лови"	2
5	Русские народные игры	"Пятнашки" "Жмурики", «Горелки»	2
6	Подвижные игры	Игры "Возьми городок", "Волки во рву"	2
7	Русские народные игры	Игры "Пустое место" и "Ворота" Правила игры.	2
8	Подвижные игры	"Достань городок", "Через палку", "Жонглеры".	2
9	Русские народные игры	Игры "Кошки-мышки" и "Каравай" Правила игры.	2
10	Подвижные игры	Игры "Ловля цепочкой", "Веселые ребята".	2
11	Подвижные игры	Игры "Третий лишний", «Удочка»	2
12	Эстафеты	"Эстафета с поворотами", "Посадка картошки", "Бег пингвинов", "Вызов номеров"	2
13	Игры народов России	Стрельба в мишень, «Точный бросок»	2
14	Подвижные игры	Игры "Пятнашки", "Пустое место".	2
15	Эстафеты	Вызов номеров, эстафеты с мячом	2
16	Подвижные игры	Игры "Прыгалки в одиночку", "Повторяй за мной", "Алфавит", "Забегалы".	2
17	Эстафеты	Круговая эстафета	2
18	Подвижные игры	Игры "Быстро шагай", "Третий лишний"	2

19	Эстафеты	Эстафеты с обручем	2
20	Подвижные игры	Игры "Часовые и разведчики", "Запятнай последнего", "Переправа"	2
21	Подвижные игры	"Быстрые и меткие", «Снежный бой» Правила игры.	2
22	Подвижные игры	Игры "Скакалка - подсекалка", "Ловля парами"	2
23	Эстафеты	Эстафеты на санках и лыжах	2
24	Подвижные игры	Игры "Чей отскок дальше", "Защита укрепления".	2
25	Игры народов России	Игры «Невод», «Али-Баба»	2
26	Подвижные игры	Игры "Через кочки и пенечки", "Конники-спртсмены" , "Запрещенное движение", "Фигуры".	2
27	Игры народов России	Игры: Борьба за флажок, Каликало	2
28	Эстафеты	Веселые старты с мячом и скакалкой	2
29	Эстафеты	Эстафеты с мячом	2
30	Подвижные игры	Игры "Вороны и воробьи , "День и ночь", "Круговые салки"	2
31	Подвижные игры	Игры "Сумей догнать", "Наступление", "Скакуны и бегуны"	2
32	Подвижные игры	Игры "Пятнашки", "Два мороза , "День-ночь".	2
33	Подвижные игры	Игры "Замороженные", "Быстро возьми", "Догони свою пару", "Выставка картин"	2
34	Подвижные игры	Праздник здоровья и подвижной народной игры Игры, эстафеты, веселые минутки	2

**Методическое и материально техническое обеспечение адаптированной рабочей программы дополнительного образования «Игровая карусель» для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)**

#### **Спортивный инвентарь и оборудование**

Футбольный мяч – 10 шт.  
 Волейбольный мяч – 20 шт.  
 Баскетбольный мяч – 200 шт.  
 Обручи – 15 шт.  
 Скакалки – 15 шт.  
 Гимнастические палки – 15 шт  
 Ракетки для игры в бадминтон – 4 шт.  
 Флажки-5 шт.  
 Лыжи – 15 шт.  
 Маты – 10 шт.  
 Баскетбольные щиты с кольцами – 8 шт.  
 Веревоочная лестница – 2 шт.  
 Шведская стенка – 4 шт.  
 Скамейки – 5 шт.  
 Брусья навесные со спинкой – 4 шт.  
 Дуга для подлезания – 10 шт.  
 Конус – 15 шт.

Литература:

- 1) «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2005 г.
- 2) «Поурочные разработки по физкультуре. 1- 4 классы. ФГОС Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВЯАКО, 2005 г

- 3) Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008 г.
- 4) Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия По физкультуре в средней школе» Волгоград. Учитель, 2004 г
- 5) Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006 г
- 6) Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие / О.А. Степанова. - М.: Баласс, 2012. - С. 128. Образовательная система «Школа 2100», серия «Методическая библиотека учителя начальной школы».
- 7) Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 1-4 классы: проект. – 3 – е изд. – М.: Просвещение, 2011.- 61с. – Стандарты второго поколения.
  1. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе Дни здоровья, спортивные праздники, конкурсы /авт.-сост. О.В. Белоножкина и др. Учитель 2007-173с.
  2. Справочник учителя физической культуры /Авт.- сост. П.А. Киселев, С.Б. Киселева – Волгоград: Учитель, 2011.- 251 с.
  3. Физическая культура. 1 – 4 классы. Методические рекомендации для учителя. Егоров Б.Б., Пересадин Ю.Е. , Цандыков В.Э. – М.: Баласс, 2012.-128с.
  4. Физическая культура: учебное пособие /В.Л. Мустаев; под научной редакцией Н.А. Заруба, консультант по методике Л.А. Коровина. – Кемерово: изд-во КРИПКиПРО, 2008.- 140с.
  5. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 1/авт. Егоров Б.Б., Пересадин Ю.Е – М.: Баласс, 2012.-80с.
  6. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 2 /авт. Егоров Б.Б., Пересадин Ю.Е – М.: Баласс, 2011.-80с.



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 602785626040375320589557888015438598111854845744

Владелец Швыркова Татьяна Михайловна

Действителен с 24.11.2022 по 24.11.2023