

Приложение 49  
к приказу Министра образования  
и науки Республики Казахстан  
от «5» февраля 2020 года № 51

Приложение 594  
к приказу Министра образования  
и науки Республики Казахстан  
от 3 апреля 2013 года №115

**Типовая учебная программа  
по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» для  
обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата 0-4 классов  
уровня начального образования по обновленному содержанию**

**Глава 1. Общие положения**

1. Типовая учебная программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» для обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата 0-4 классов уровня начального образования по обновленному содержанию (далее - Программа) разработана в соответствии с подпунктом б) статьи 5 Закона Республики Казахстан от 27 июля 2007 года «Об образовании».

2. Целью Программы является знакомство и овладение знаниями в области физической культуры, приобретение спортивно-специфических двигательных навыков и физических способностей, осуществление оздоровительной деятельности освоенными способами и умениями; стабилизация и коррекция нарушений в двигательной сфере, предупреждение прогрессирования нарушений.

3. Задачи Программы:

1) развитие основ физического и духовного здоровья, социальных навыков и личности в целом;

2) мотивация обучающихся к укреплению своего физического и психологического здоровья;

3) развитие теоретических знаний и практических навыков в области физического воспитания и спорта;

4) развитие и усовершенствование основных двигательных навыков и способностей (выносливости, быстроты, силы, ловкости и гибкости);

5) развитие коммуникативных навыков, способности использовать информацию из различных источников, представлять ее в соответствующей форме;

б) формирование и развитие личного характера: самостоятельность, выносливость (стойкость), терпение и терпимость;

7) воспитание чувства патриотизма, уважения, навыков командной работы, ответственности и взаимопонимания.

4. Коррекционно-развивающие задачи:

1) развитие выпрямления и равновесия: постурального механизма, обеспечивающего правильный контроль головы в пространстве и по отношению к туловищу;

2) развитие устойчивости, статического и динамического равновесия, точность в движении;

3) развитие зрительно-моторной координации, координационных способностей обучающихся, их уровень тренированности, способов выполнения упражнений (активно, с помощью, пассивно);

4) коррекция и компенсация недостатков физического развития (нарушения осанки, плоскостопия, отставания в росте, в массе тела, дисплазии);

5) развитие функции руки и предметно - манипулятивной деятельности, торможение и преодоление неправильных поз и положений;

б) предупреждение формирования вторичного двигательного стереотипа;

7) нормализация дыхательной функции, улучшение кровообращения и обменных процессов в зоне поражения для устранения или снижения нервно-сосудистых и обменных расстройств;

8) коррекция и компенсация нарушений психомоторики (преодоление страха, замкнутого пространства, высоты, завышение или занижение самооценки).

## **Глава 2. Педагогические подходы к организации учебного процесса**

5. Процесс обучения осуществляется на основе педагогических подходов: личностно-ориентированного, инновационного, дифференцированного, ценностно-ориентированного, коммуникативного, игрового обучения.

6. Личностно-ориентированный подход подразумевает формирование осознанной потребности в физкультурно-оздоровительной и спортивно-творческой деятельности, учитывает индивидуальный тип телосложения, физическую подготовленность, состояние здоровья, особенности психического развития.

7. Развитие личностных качеств в органическом единстве с навыками широкого спектра являются основой для привития обучающимся базовых ценностей образования: «казахстанский патриотизм и гражданская ответственность», «уважение», «сотрудничество», «труд и творчество», «открытость», «образование в течение всей жизни», которые призваны стать устойчивыми личностными ориентирами обучающегося, мотивирующими его поведение и повседневную деятельность.

8. Дифференцированный подход обусловлен наличием вариативных типологических особенностей у обучающихся одной категории нарушений для организации коррекционно-образовательного процесса, исходя из наличия однородных по своим характеристикам групп и предполагает учет особых образовательных потребностей обучающихся, проявляющийся в неоднородности возможностей освоения содержания образования.

9. Учителю физической культуры необходимо:

1) распределить обучающихся по подгруппам в соответствии с их формами заболеваний и состоянием здоровья для создания условий обучения с целью учета особенностей обучающихся;

2) назначить упражнения в зависимости от физических возможностей обучающихся;

3) индивидуализировать свои подходы к обучению, преподаванию и оцениванию;

4) проводить уроки при поддержке специалистов с медицинским образованием, способных применить свои медицинские знания к физическим действиям.

10. Дифференцированный подход к построению Программы подразумевает возможность создания с учетом типологических и индивидуальных особенностей обучающихся разных вариантов программы, в том числе и на основе индивидуального учебного плана.

11. Инновационные подходы к организации образовательного процесса превращают обучение в модель общения обучающихся в реальном творческом процессе, предполагающий активный обмен знаниями, идеями, способами деятельности.

12. Ценностно-ориентированный подход целенаправленно формирует систему ценностей личности учащегося, способность личности выбрать в качестве ориентира в своей деятельности определенные ценности, способность осознать и воспринять их как собственные социально значимые ценности.

13. Коммуникативный подход подразумевает:

1) процесс обучения включает задания, способствующие формированию умений общения и режимов работы, адекватных условиям реальной коммуникации (парная и групповая работа);

2) владение разными видами информации; умение вести дискуссию по различным проблемам, выработка собственной позиции по данным вопросам (социальная значимость);

3) адекватная оценка своей силы в физической нагрузке, умение пользоваться личными адаптивными и ассистивными средствами в разных ситуациях (личная значимость).

14. Обучающиеся разрабатывают навыки использования информационно-коммуникативных технологий на протяжении всей Программы посредством поиска, создания и обработки информации, совместной работы с ней и идеями

их передачи, оценивания, усовершенствования своей работы, применяя широкий диапазон оборудования и приборов.

15. В Программу включено:

1) использование информационно-коммуникативных технологий на теоретических и практических уроках (видео, презентации, графики, таблицы, динамика роста);

2) использование фото и видеоматериалов с целью научить техникам самооценки;

3) анализ и оценка, оказание помощи в измерении и улучшении двигательных действий;

4) использование интернета в качестве основного инструмента взаимодействия, сотрудничества, создания контента, поиска помощи и доступа к информации в области «Адаптивной физической культуры».

16. Временное освобождение от занятий физическими упражнениями допускается с разрешения врача школы. Обучающиеся, временно освобожденные от занятий, выполняют индивидуальные задания по коррекции недостатков физического развития.

17. Предметные результаты обучающихся не являются основным критерием при принятии решения о его переводе в следующий класс, однако, рассматриваются как одна из составляющих при оценке итоговых достижений. Основным критерием предметных результатов является изменение результатов двигательных действий при сдаче специальных тестов в конце учебного года.

18. Занятия по физической культуре с обучающимися проводятся на спортивных объектах (спортивных залах, стадионах, бассейнах, открытых спортивных площадках), удовлетворяющих санитарно-гигиеническим, противопожарным требованиям, оснащенным спортивным оборудованием и инвентарем. На занятиях используется спортивный инвентарь и оборудование: разнообразных форм, различных размеров разноцветные мячи, гимнастические палки, кольца, обручи, набивные мячи, скакалки, флажки, переносные баскетбольные корзины, сетки, кубы, валики, кегли, игрушки для упражнений на развитие восприятия, тактильной чувствительности, мелких движений кисти.

19. Учебный процесс предполагает коррекцию двигательных навыков в процессе музыкальной, ритмической и адаптивной спортивной деятельности, что требует наличия специальных предметов, фонотеки с записями различных музыкальных произведений.

20. Ассистирующие технологии: индивидуальные технические средства передвижения; приборы для альтернативной и дополнительной коммуникации; электронные адапторы, переключатели; флажки; дорожка-змейка из каната (длина 2,0 м, диаметр каната 6 см); дорожки с различным покрытием; игрушки сборно-разборные (со съемными деталями); ленты разных цветов и размеров (25 x 3 см, 12 x 3 см, 8 x 25 см, 2 x 25 см); массажные кольца, валики, мячи (диаметр 5, 6, 7, 8, 9, 10, 55, 65, 75 см); материалы и приспособления для

постановки правильного дыхания; полифункциональное игровое оборудование; мягкие крупные модули, тренажеры, специальные велосипеды.

21. Для повышения эффективности занятий используются зеркала, гимнастические (шведские) стенки, скамьи, плоскости с наклоном, столы для настольного тенниса, лестнички, ступеньки, следовые дорожки, рельефные и ребристые передвижные доски, доски с наклоном, мини-батуты, тренажеры, надувные предметы.

### **Глава 3. Организация содержания учебного предмета «Адаптивная физическая культура»**

22. Объем учебной нагрузки по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» составляет:

- 1) в 0 классе – 3 часа в неделю, 96 часов в учебном году;
- 2) в 1 классе - 3 часа в неделю, 99 часов в учебном году;
- 3) в 2 классе - 3 часа в неделю, 102 часа в учебном году;
- 4) в 3 классе - 3 часа в неделю, 102 часа в учебном году;
- 5) в 4 классе - 3 часа в неделю, 102 часа в учебном году.

23. Содержание Программы включает следующие разделы:

- 1) раздел «Двигательная деятельность»;
- 2) раздел «Творческие способности и критическое мышление через двигательные навыки»;

3) раздел «Здоровье и здоровый образ жизни»;

4) раздел «Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата».

24. Раздел «Двигательная деятельность» содержит следующие подразделы:

1) развитие и коррекция основных двигательных навыков: опорно-двигательный аппарат, управление телом и объектом;

2) коррекция недостатков физического развития: развитие устойчивости, статического и динамического равновесия, ориентировка в собственном теле;

3) улучшение и выполнение сопряженных движений в различных физических упражнениях, которые способствуют физическому развитию;

4) увеличение подвижности суставов конечностей: без предметов и с предметами;

5) выполнение упражнений и соблюдение последовательностей; умение преодолевать двигательные нарушения;

6) определение недостатков в двигательных действиях для формирования жизненно необходимых умений и навыков;

7) умение анализировать и оценивать действия, динамику, связи и развитие пространственной ориентировки;

8) понимание трудностей и рисков на различных этапах обучения для улучшения и коррекции двигательных способностей.

25. Раздел «Творческие способности и критическое мышление через двигательные навыки» содержит следующие подразделы:

1) адаптация идей, стратегий и планов, связанных с движением, посредством альтернативных решений для реагирования на изменяющиеся обстоятельства с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся;

2) самостоятельная и совместная работа для достижения целей, попеременно, исполняя роль командного лидера;

3) знание и понимание навыков совместной работы по созданию благоприятной учебной среды коррекционной и развивающей направленности, учитывая индивидуальные особенности организма;

4) использование, применение, создание правил и структурных приемов в ряде физических упражнений;

5) критическое рассмотрение собственных творческих задач и творческих задач других, предлагая конструктивные рекомендации;

6) применение творческих способностей и идей в различных ситуациях для выражения тем, настроений и эмоций с учетом восприятия собственного тела, осознания своих физических возможностей;

7) развитие чувства патриотизма, коллективной работы и умения честно соревноваться при выполнении индивидуальных и групповых заданий во время выполнения физической деятельности;

8) исполнение ролей, обусловленных различными контекстами движений, осознание их различий и освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела.

26. Раздел «Здоровье и здоровый образ жизни» содержит следующие подразделы:

1) понимание важности физической деятельности для здоровья и здорового образа жизни, привитие интереса к регулярным, самостоятельным и систематическим занятиям физкультурой;

2) понимание необходимости в выполнении физических упражнений, направленных на развитие двигательной активности обучающегося;

3) контроль физических изменений в организме, понимание влияния различных физических нагрузок на дыхание, частоту сердечных сокращений, температуру тела, коррекцию движений;

4) определение трудностей и рисков, реагируя соответствующим образом во время участия в ряде физических нагрузок с учетом специфики двигательных нарушений;

5) определение и предоставление возможности для участия в физической и спортивной деятельности внутри и за пределами школы с учетом двигательных нарушений.

27. Раздел «Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата» содержит следующие подразделы:

1) коррекция осанки путем выполнения упражнений;

- 2) укрепление мышечного корсета;
- 3) коррекция здоровья через знакомство с нетрадиционными видами оздоровления;
- 4) коррекция и развитие координационных способностей в процессе проведения спортивных игр, эстафет, соревнований и подготовки к ним;
- 5) нормализация дыхательной функции.

28. Базовое содержание учебного предмета «Адаптивная физическая культура» для 0 класса:

1) двигательная деятельность: гимнастика - поднимание, разведение, разгибание, сгибание, вращение рук. вращение туловищем из разных исходных положений, приседание, упражнения лежа на животе, перевороты; повороты с различным исходным положением, выпады с разным положением рук, переступание, захватывание мелких предметов пальцами ног; легкая атлетика - основные виды ходьбы и бега, понятия о направлениях движений; метание предметов по заданным целям; лыжный спорт - подводящие упражнения, имитация ходьбы на лыжах, занятия на эллиптическом тренажере; ученики на колясках выполняют передвижение с помощью палок, правильный хват лыжных палок; подвижные игры - коррекционные, с бегом и прыжками, с бросанием, ловлей мячей; элементы спортивных игр: баскетбол - стойки баскетболиста, передача мяча, забрасывание мяча в корзину; футбол - приемы прокатывания футбольного мяча, передачи мяча на месте и в движении, обводка его вокруг предметов, остановка мяча, подбрасывание мяча подъемом, бросок в ворота; волейбол по упрощенным правилам (или сидя на полу)- броски и ловля мяча; нижняя подача мяча (одной рукой снизу); гандбол- стойки, передача мяча на месте и в движении, ведение мяча правой и левой рукой шагом и бегом, бросок мяча в ворота; подвижные игры с элементами волейбола, баскетбола, футбола, гандбола; национальные казахские игры по физическим возможностям обучающихся;

2) здоровье и здоровый образ жизни: соблюдение режима дня и личной гигиены, правила безопасности на уроках физической культуры, типы дыхания, начальные теоретические знания об изучаемых видах спорта, базовые знания по здоровому образу жизни;

3) творческие способности и критическое мышление через двигательные навыки: элементы техники, тактики в использовании физических упражнений для улучшения и коррекции двигательных способностей; овладение учащимися различных способов интегрирования информации в выбранных видах спорта; выполнение заданий в пройденных видах спорта по критериям;

4) коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата: осмысление теоретической основы каждого упражнения и использование коррекционных средств для их выполнения под руководством учителя для компенсации имеющихся двигательных нарушений.

29. Базовое содержание учебного предмета «Адаптивная физическая культура» для 1 класса:

1) двигательная деятельность: легкая атлетика - ходьба по заданному направлению (самостоятельная, с поддержкой), ползание, перекаты; обучение правильной ходьбе с учетом индивидуальных особенностей учащихся (передвигающихся в аппаратах, при помощи костылей и с нарушением равновесия, координации), ходьба в разных темпах, с перешагиванием через препятствия, увеличивая высоту, по разному грунту; метание мяча на дальность одной и двумя руками, из-за головы (щит 1x1 метр, расположенные на высоте 2 м от пола) с расстояния 2-х м, постепенно увеличивая до 5 м.; малого мяча и других мелких предметов по разным целям; больших мячей в цель; гимнастика - построения и перестроения; выполнение команд; перестроения; повороты; равновесие; упражнения с мячами; лыжный спорт - подводящие упражнения, имитация ходьбы на лыжах. Занятия на эллиптическом тренажере. Ученики на колясках выполняют передвижение с помощью палок. Правильный хват лыжных палок; подвижные игры и элементы спортивных игр - подачи и передачи мяча в волейболе сидя, волейболе; передача, ведение, отбивание мяча коленями, ногами в футболе; передача, бросок баскетбольного мяча в кольцо с разных позиций; передача, ведение, бросок мяча в ворота с удобного расстояния в гандболе; национальные казахские игры - элементы техники, тактики в использовании физических упражнений для улучшения и коррекции двигательных способностей; национальные подвижные игры по физическим возможностям обучающихся;

2) здоровье и здоровый образ жизни: соблюдение режима дня и личной гигиены; правила безопасности во время занятий; правильное положение тела, осанки при выполнении упражнений; название снарядов; базовую спортивную терминологию; грудное, брюшное и смешанное дыхание; контролировать осанку;

3) творческие способности и критическое мышление через двигательные навыки: элементы техники, тактики в использовании физических упражнений для улучшения и коррекции двигательных способностей; овладение учащимися различных способов интегрирования информации в выбранных видах спорта; сочетание теоретических и практических методов исследования; выполнение заданий в пройденных видах спорта по критериям;

4) коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата: упражнения для формирования двигательных навыков, необходимых в быту: движения, применяемые при умывании и чистке зубов, причесывании, одевании, еде ложкой, вилкой, питье из чашки; коррекционные упражнения на дыхание, для расслабления мышц; воспитания правильной осанки, пространственных представлений, равновесия; осмысление теоретической основы каждого упражнения и использование коррекционных средств для их выполнения под руководством учителя для компенсации имеющихся двигательных нарушений.

30. Базовое содержание учебного предмета «Адаптивная физическая культура» для 2 класса:

1) двигательная деятельность: легкая атлетика - ходьба по заданному направлению (самостоятельная, с поддержкой), на носках, пятках, ползание на животе, на четвереньках, перекаты. Метание малого мяча с места, ловля мяча. Упражнения на равновесие (стоя с опорой, без опоры, стоя на коленях). Обучающиеся должны знать: названия ходьбы, бега, прыжковых упражнений; гимнастика - строевые упражнения (построение в одну шеренгу, в колонну по одному, перестроение из одной шеренги в круг), общеразвивающие упражнения без предметов; лазание по скамейке, перелезание через маты и скамейки; висы (упор в положении лежа); равновесие (обучение стоянию с опорой, без опоры); лыжный спорт - подводящие упражнения, имитация ходьбы на лыжах, занятия на эллиптическом тренажере; ученики на колясках выполняют передвижение с помощью палок, знания о видах лыжного спорта (лыжные гонки, биатлон), лыжного инвентаря; подвижные игры - игры с элементами общеразвивающих упражнений: игры с бегом и прыжками, игры с бросанием, ловлей мячей; коррекционные и коллективные игры; элементы спортивных игр - подачи и передачи мяча в пионерболе, волейболе; передача, ведение, отбивание мяча, попадание в ворота с разного расстояния в футболе; передача, бросок мяча в баскетболе; ведение, передачи, броски мяча в гандбольные ворота; подвижные игры с элементами спортивных игр; национальные казахские игры: элементы техники, тактики в играх «Асык ату», «Бес таз», «Тогыз кумалак»;

2) здоровье и здоровый образ жизни: соблюдение режима дня и личной гигиены; правила безопасности во время занятий; правильное положение тела, осанки при выполнении упражнений; название снарядов; умение использовать базовую спортивную терминологию; грудное, брюшное и смешанное дыхание; контролировать осанку; бережное, ответственное и компетентное отношение к здоровью, как собственному, так и одноклассников;

3) творческие способности и критическое мышление через двигательные навыки: название снарядов и гимнастических элементов (гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка, мат), правила безопасности во время занятий, выполнение правильной ходьбы, бега, осанки, знание значений напряжения и расслабления мышц; самостоятельное выполнение под руководством взрослого основных общеразвивающих упражнений с предметами и без предметов, на снарядах, равновесие, упражнений для развития гибкости (подтягивания в положении лежа, перекаты по позвоночнику вперед – назад в группировке, наклоны вперед – назад в различных); овладение обучающимися различных способов интегрирования информации в выбранных видах спорта; сочетание теоретических и практических методов исследования; выполнение тестовых заданий в пройденных видах спорта по критериям; сочетание теоретических и практических методов;

4) коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата: самостоятельное выполнение упражнений на дыхание, для расслабления мышц; для воспитания правильной осанки, пространственных представлений,

равновесия; для формирования навыков, необходимых в быту; осмысление теоретической основы каждого упражнения и использование коррекционных средств для их выполнения под руководством учителя для компенсации имеющихся двигательных нарушений; коррекция двигательных нарушений под руководством учителя; коррекционные упражнения для выполнения различных типов дыхания.

31. Базовое содержание учебного предмета «Адаптивная физическая культура» для 3 класса:

1) двигательная деятельность: легкая атлетика - ходьба, ползание, эстафетный с доступным видом перемещений с остановкой по слуховому или зрительному сигналу, передвижение с преодолением препятствий; метание малого мяча в цель; гимнастика - построения и перестроения, строевые упражнения, повороты, размыкание; упражнения у гимнастической стенки; упражнения на равновесие, перешагивание: смешанные висы, упражнения с мячами, упражнения с палками и обручами, лазание; лыжный спорт - подводящие упражнения, имитация ходьбы на лыжах. Занятия на эллиптическом тренажере. Ученики на колясках выполняют передвижение с помощью палок, самостоятельно или с помощью взрослого одевать спортивный инвентарь; подвижные и спортивные игры: подвижные игры на перемещения с заданием, эстафеты; футбол - удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча, броски в ворота; баскетбол: стойка баскетболиста; ловля, передача и ведение мяча; броски мяча; волейбол сидя: броски и ловля мяча в парах через сетку двумя руками снизу и сверху; нижняя подача мяча (одной рукой снизу); волейбол по упрощенным правилам (или сидя на полу): подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; гандбол: ловля и передача мяча, броски в ворота по заданию, стойка вратаря; подвижные игры с элементами футбола, баскетбола, волейбола, гандбола; национальные игры Казахстана: изучения техник, правил и участие в проведении соревнований ранее изученных игр. Составление (по образцу) индивидуальных планов самостоятельной физической подготовки. Самонаблюдение за индивидуальными показателями физической подготовленности и изменениями состояния организма во время игр;

2) здоровье и здоровый образ жизни: соблюдение режима дня и личной гигиены; сформированность целостных представлений о здоровом образе жизни; правила безопасности во время занятий; умение использовать базовую спортивную терминологию; грудное, брюшное и смешанное дыхание; контролировать осанку; знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек;

3) творческие способности и критическое мышление через двигательные навыки: ориентироваться в пространстве зала; демонстрировать упражнения по изученным видам спорта, используя разные тактики в изученных видах спорта; обладать знаниями правил проведения соревнований по видам спорта; играть коллективно;

4) коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата: самостоятельное выполнение упражнений на дыхание, для расслабления мышц; для воспитания правильной осанки, пространственных представлений, равновесия; для формирования навыков, необходимых в быту; осмысление теоретической основы каждого упражнения и использование коррекционных средств для их выполнения под руководством учителя для компенсации имеющихся двигательных нарушений; элементы техники, тактики в использовании физических упражнений для улучшения и коррекции индивидуальных двигательных способностей.

32. Базовое содержание учебного предмета «Адаптивная физическая культура» для 4 класса:

1) двигательная деятельность: легкая атлетика - ходьба в быстром темпе наперегонки, ползание наперегонки, эстафетный с доступным видом перемещений (ходьба, бег, ползание, передвижение на активной коляске), метание малого мяча в цель (правой, левой); гимнастика - упражнения на месте и в движении, дыхательные упражнения, комплексы упражнений с гимнастическими палками, флажками, малыми обручами, большими и малыми мячами, со скамейками, с набивными мячами, ходьба по наклонной доске, упражнения на равновесие; лыжный спорт - имитация ходьбы на лыжах, занятия на тренажере, использование различных лыжных ходов при прохождении дистанции; подвижные и спортивные игры: различные коррекционные и подвижные игры, линейные эстафеты с передвижением и переноской предметов, с ведением мяча по прямой; футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; баскетбол: стойка баскетболиста, специальные передвижения без мяча, хват, ведение мяча на месте, броски мяча с места двумя руками снизу из-под кольца; волейбол сидя: броски и ловля мяча в парах через сетку двумя руками снизу и сверху, нижняя подача мяча (одной рукой снизу); волейбол: подбрасывание мяча, подача мяча, приём и передача мяча; гандбол: элементы игры с использованием изученных приемов; подвижные игры на материале футбола, баскетбола, волейбола, гандбола; национальные казахские игры: изучения техник, тактик и правил соревнований национальных игр;

2) здоровье и здоровый образ жизни: соблюдение ортопедического режима и режима дня, личной гигиены; правила безопасности во время занятий; принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью; умение использовать базовую спортивную терминологию; знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек; самонаблюдение за индивидуальными показателями физической подготовленности и изменениями состояния организма во время занятий физической культурой;

3) творческие способности и критическое мышление через двигательные навыки: ориентироваться в пространстве зала; демонстрировать упражнения по

изученным видам спорта, используя разные тактики; обладать знаниями в правилах соревнований и безопасности по видам спорта; играть коллективно; использовать названия упражнений, снарядов, инвентаря; готовность к самостоятельной познавательной деятельности и поиску информации по коррекции собственных физических нарушений и потребности к самосовершенствованию;

4) коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата: самостоятельное выполнение упражнений на дыхание, для расслабления мышц; для воспитания правильной осанки, пространственных представлений, равновесия; для формирования навыков, необходимых в быту; осмысление теоретической основы каждого упражнения и использование коррекционных средств для их выполнения под руководством учителя для компенсации имеющихся двигательных нарушений.

#### Глава 4. Система целей обучения

33. В программе для удобства использования учебных целей и проведения мониторинга введена кодировка. В коде первое число обозначает класс, второе - раздел, третье - подраздел, четвертое - показывает нумерацию учебной цели. Например, в кодировке 1.1.2.1: «1» - класс, «1.2» - подраздел, «1» - нумерация учебной цели.

34. Ожидаемые результаты по системе целей обучения:

1) раздел «Двигательная деятельность»:

таблица 1

Подразделы	Цели обучения				
	0 класс	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
1.1 Развитие и коррекция основных двигательных навыков: опорно-двигательный аппарат, управление телом	0.1.1.1 иметь представление о двигательных действиях; развить двигательный навык в основном варианте и создать основу для применения	1.1.1.1 уметь выполнять строевые упражнения; основные двигательные навыки и умения с учетом отклонений в здоровье и физическом развитии; сохранять	2.1.1.1 улучшить качество основных двигательных навыков при выполнении и различных физических упражнений; сохранять равновесие тела и его	3.1.1.1 продолжать улучшать основные двигательные навыки, используя коррекционные и адаптивные методы при выполнении основных	4.1.1.1 демонстрировать основные двигательные навыки и умения при выполнении различных физических упражнений, сохранять равновесие

и объектом	я его в различных условиях;	равновесие тела и контролировать его положение в пространстве; удерживать вертикальную позу и переходить из положения сидя в положение стоя	устойчивость при выполнении движений; иметь представление о правилах составления комплексов утренней зарядки	физических упражнений, координации движений, тренированность ловкость и сохранять равновесие	
1.2 Коррекция недостатков физического развития: развитие устойчивости, статического и динамического равновесия, ориентировка в собственном теле	0.1.2.1 иметь представление о зрительно-моторной координации, произвольном двигательном акте для овладения умениями и навыками самообслуживания	1.1.2.1 уметь организовать произвольный двигательный акт для овладения умениями и навыками в занятиях; выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами	2.1.2.1 выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки; владения собственным телом	3.1.2.1 уметь контролировать с помощью физического развитие: устойчивость, статическое и динамическое равновесие, ориентировку в собственном теле	4.1.2.1 демонстрировать умения самостоятельно контролировать физическое развитие и физическую подготовленность; адаптивно быстрее двигаться и изменять направление движения; выполнять коррекционные упражнения
1.3 Улучшение и выполнение	0.1.3.1 иметь представление об	1.1.3.1 знать основные физические	2.1.3.1 улучшать основные двигательные	3.1.3.1 выполнять и связывать	4.1.3.1 демонстрировать повышение

<p>ие сопряженных движений, в различных физических упражнениях, которые способствуют физическому развитию</p>	<p>основах техники, ведущих движений, сделав их исполненные стабильными</p>	<p>движения, и как они взаимосвязаны с простыми физическими упражнениями, устранив излишнее напряжение при выполнении движений</p>	<p>ые навыки, обучаясь связывать их самостоятельно, предупредить в возникновение ненужных движений или по возможности, устранив их</p>	<p>движения при выполнении и различных физических упражнениях, которые предусмотрены для физического развития, добившись освоения общего ритма двигательного действия</p>	<p>качества выполнения движений в различных последовательных упражнениях, способствующих физическому развитию и умению предупреждать и исправлять двигательные ошибки</p>
<p>1.4 Увеличение подвижности суставов конечностей: упражнения общеразвивающего и корригирующего характера без предметов и с предметами</p>	<p>0.1.4.1 вставить с помощью из положения стоя на коленях с опорой или без опоры, исходя из степени и характера заболевания обучающегося; бросать мелкие предметы вверх, вниз</p>	<p>1.1.4.1 знать упражнения для увеличения подвижности и в суставах усеченной и сохраненной конечности, профилактики формирования тугоподвижности в суставах и контрактур</p>	<p>2.1.4.1 использовать упражнения для увеличения подвижности и в суставах, восстановления мышечной массы, мышечного тонуса, мышечной силы, опоры и передвижения, координации движений и ловкости,</p>	<p>3.1.4.1 понимать, как сохранить и увеличить достигнутый уровень функциональных возможностей подвижности суставов и уметь предупредить осложнения – деформацию позвоночн</p>	<p>4.1.4.1 демонстрировать упражнения, которые позволяют более точно регулировать амплитуду движений и силу мышечного напряжения в соответствии с субъективными ощущениями</p>

			равновесия или овладение заместителем навыками	ика и деформации и здоровой конечности	
1.5 Выполнение упражнений и соблюдение последовательности; умение преодолеть двигательные нарушения заболевания	0.1.5.1 иметь представление о выполнении основных физических упражнений с предметами и без них в пространстве	1.1.5.1 знать о понятиях времени, пространства, веса и плавности в контексте выполнения движений в различных видах физических упражнений с учетом специфики заболеваний	2.1.5.1 знать время, пространство при плавном выполнении движений в простых физических упражнениях; при организации произвольного двигательного акта	3.1.5.1 понимать навыки и последовательность при выполнении самостоятельных движений в физических комбинациях	4.1.5.1 применять ряд точных и эффективных навыков и последовательностей, демонстрирующих понимание о времени, пространстве и плавности выполнения движений с учетом индивидуальных особенностей физического развития
1.6 Определение недостатков в двигательных действиях для формирования жизненно необходимых умений и навыков	0.1.6.1 иметь представление о собственных двигательных особенностях и сознательно совершенствовать	1.1.6.1 уметь описать свои умения и недостатки по двигательным навыкам	2.1.6.1 уметь объяснять двигательные недостатки для формирования жизненно необходимых умений и навыков	3.1.6.1 обсуждать свои и чужие качества выполнения упражнений, определяя физические возможности	4.1.6.1 сравнивать свои и чужие двигательные возможности, определяя потенциал для лучшего выполнения физических упражнений

<p>1.7 Умение анализировать и оценивать действия, динамику, связи и развитие пространственной ориентировки</p>	<p>0.1.7.1 выполнять действие в облегченном виде (замедленное, расчлененное) при сопровождении объяснением каждого элемента с использованием дополнительных специальных технических средств индивидуального пользования</p>	<p>1.1.7.1 выполнять ряд простых действий в разных пространствах; в различных условиях</p>	<p>2.1.7.1 уметь передать действия с простыми изменениями в пространстве и динамике распределения упражнений во времени</p>	<p>3.1.7.1 определять ряд действий, пространства, динамики и связей при выполнении и упражнении и оценивании</p>	<p>4.1.7.1 сравнивать собственное выполнение действий и других, объясняя и показывая ряд действий, пространства, динамики и связей</p>
<p>1.8 Понимание трудностей и рисков на различных этапах обучения для улучшения и коррекции двигательных</p>	<p>0.1.8.1 иметь представление об особенностях и преодолении физических отклонений; соблюдать индивидуальный ортопедич</p>	<p>1.1.8.1 знать возможные трудности, возникающие при выполнении простых и измененных физических упражнений с учетом физических возможностей</p>	<p>2.1.8.1 уметь преодолевать трудности при выполнении и измененных физических упражнений</p>	<p>3.1.8.1 демонстрировать навыки и умения преодоления трудностей на различных этапах обучения двигательной деятельности</p>	<p>4.1.8.1 распознавать уровень сложности выполняемых упражнений, демонстрируя способность сокращения рисков при выполнении</p>

способно стей	еский режим				
------------------	----------------	--	--	--	--

2) раздел «Творческие способности и критическое мышление через двигательные навыки»:

таблица 2

Подразделы	Цели обучения				
	0 класс	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
2.1 Адаптация идей, стратегий и планов, связанных с движением, посредство м альтернатив ных решений для реагирован ия на изменяющи еся обстоятельс тва с учетом индивидуал ьных образовател ьных потребности обучающих ся	0.2.1.1 уметь мобилизов ать двигательн ые возможнос ти с целью формирова ния основных функций прямого хода, ходьбы, манипулят ивной деятельнос ти	1.2.1.1 знать двигательн ые идеи, стратегии и планы во время участия в физическо й деятельнос ти с умением распреде ления силы мышц как в движении, так и в статически х позах	2.2.1.1 обсуждать двигательн ые идеи, стратегии и планы, показывая понимание альтернатив преодолен ия трудностей	3.2.1.1 применять самостояте льно альтернати вные решения в ряде двигательн ых идей, стратегий и планов со знанием возможнос тей	4.2.1.1 демонстрир овать двигательн ые идеи, стратегии и планы в альтернатив ных решениях в среде жизнедеятел ьности для обучающих ся
2.2 Самостояте льная и совместная работа для достижения	0.2.2.1 иметь представле ние о достижени и	1.2.2.1 знать о самостояте льных достижени ях	2.2.2.1 уметь самостоятел ьной работать в команде для	3.2.2.1 демонстри ровать самостояте льную и командной	4.2.2.1 анализирова ть работу самостоятел ьно, в группе,

целей, попеременно, исполняя роль командного лидера	двигательных целей и коррекции физических нарушений	двигательных целей с учетом физических возможностей	достижения двигательных целей и выполнения движений в усложнённых условиях индивидуальных физических возможностей	работы со сменой лидерства	попеременно обмениваясь ролями лидерства для достижения двигательных целей и коррекции двигательных функций
2.3 Знание и понимание навыков совместной работы по созданию благоприятной учебной среды коррекционной и развивающей направленности, учитывая индивидуальные особенности и организма	0.2.3.1 иметь представление о потенциальных возможностях развития по созданию благоприятной учебной среды коррекционной и развивающей направленности	1.2.3.1 знать ресурсы и идеи, важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнений для развития координации движений	2.2.3.1 уметь обмениваться знаниями и идеями, осознавая важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнений	3.2.3.1 применять знания об обмене пространством, ресурсами и идеями, осознавая важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнений.	4.2.3.1 самостоятельно разделять пространство, ресурсы и идеи, осознавая важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнений
2.4 Использование, применение, создание правил и структурных приемов в	0.2.4.1 иметь представление по использованию простых правил	1.2.4.1 использовать простые правила и структурные приемы при выполнении	2.2.4.1 применять правила и структурные приемы при выполнении различных	3.2.4.1 применять знания правил и структурных приемов в ряде	4.2.4.1 демонстрировать правила и структурные приемы при выполнении

ряде физических упражнений	при выполнении и физических упражнений, дозированных нагрузок, учитывая двигательные возможности	и физических и коррекционных упражнений	физических упражнений с учетом физических особенностей	физических упражнений с учетом физических особенностей	различных физических упражнений с учетом двигательных возможностей
2.5 Критическое рассмотрение собственных творческих задач и творческих задач других, предлагая конструктивные рекомендации	0.2.5.1 иметь представление по освоению творческих задач с учетом особенностей физического развития	1.2.5.1 понимать собственные и другие творческие задачи по коррекции нарушений и формированию двигательных навыков	2.2.5.1 уметь обсуждать собственные и другие творческие задачи, предлагая конструктивные рекомендации	3.2.5.1 использовать собственные и другие творческие задачи, предлагая конструктивные рекомендации	4.2.5.1 объединять собственные и другие творческие задачи, предлагая конструктивные рекомендации
2.6 Применение творческих способностей и идей в различных ситуациях для выражения тем,	0.2.6.1 иметь представление о творческих способностях и идей с учетом физического	1.2.6.1 использовать основные творческие стратегии и идеи, передавая их учителю с учетом	2.2.6.1 демонстрировать творческие способности и идеи учителю и сверстникам для выражения эмоций с	3.2.6.1 анализировать свои творческие способности и идеи, а также других, передавая их учителю и	4.2.6.1 объединять свои творческие способности и идеи с другими для создания новых элементов, которые

настроений и эмоций с учетом восприятия собственного тела, осознания своих физических возможностей	развития, моторики, соматического состояния, осознание своих физических возможностей	восприятия собственного тела	учетом восприятия собственного тела, осознания своих физических возможностей	сверстникам	надо передать в разных ситуациях
2.7 Развитие чувства патриотизма, коллективной работы и умения честно соревноваться при выполнении индивидуальных и групповых заданий во время выполнения физической деятельности	0.2.7.1 иметь представление о чувстве патриотизма, создание условий для формирования коллективной деятельности	1.2.7.1 понимать, в чем заключается патриотизм и как взаимодействовать во время выполнения индивидуальной и групповой деятельности	2.2.7.1 знать, что такое чувство патриотизма и как взаимодействовать друг с другом, понимая значение честного соперничества	3.2.7.1 объяснить значение патриотизма и демонстрировать взаимодействие и честную игру	4.2.7.1 демонстрировать чувство патриотизма и честное соперничество в индивидуальной и групповой физической деятельности
2.8 Исполнение ролей, обусловленных различными контекстами и движений и осознание их различий и освоение	0.2.8.1 уметь исполнять роли в контексте движений; освоение способов контроля над функциям	1.2.8.1 знать свою роль и начинать распознавать роли других при выполнении простых движений; способы	2.2.8.1 понимать свою роль и роли других при выполнении различных физических упражнений, признавая их различия	3.2.8.1 демонстрировать свою роль и роли других при выполнении простых движений, объясняя различия	4.2.8.1 экспериментировать с различными ролями при выполнении различных движений, осознавая их различия

доступных способов контроля над функциями собственного тела	и собственного тела	контроля над функциями и собственного тела			
---	---------------------	--	--	--	--

3) раздел «Здоровье и здоровый образ жизни»: таблица 3

Подразделы	Цели обучения				
	0 класс	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
3.1 Понимание важности физической деятельности для здоровья и здорового образа жизни, привитие интереса к регулярным, самостоятельным и систематическим занятиям физкультурой	0.3.1.1 иметь представление о важности физической деятельности и здорового образа жизни, необходимо в самостоятельных занятиях	1.3.1.1 знать важность физической деятельности, систематических упражнений для нормализации и коррекции	2.3.1.1 обсуждать оздоровительную пользу физических упражнений, применять их самостоятельно	3.3.1.1 демонстрировать знание и понимание оздоровительной пользы физических упражнений, способствующих укреплению здоровья	4.3.1.1 анализировать важность физической деятельности для здоровья и здорового образа жизни
3.2 Понимание важности и необходимости в выполнении и физически	0.3.2.1 иметь представление о важности выполнения физических	1.3.2.1 понимать важность необходимости общеразвивающих упражнений	2.3.2.1 уметь выполнять физические упражнения, направленных на	3.3.2.1 обсуждать важность разминок и общеразвивающих упражнений	4.3.2.1 демонстрировать комплексы общеразвивающих упражнений и обсуждать

х упражнений, направленных на развитие двигательной активности обучающегося, его тела и мышц, органов чувств	упражнений для формирования навыков самообслуживания	и разминки в физической деятельности	развитие двигательной активности	й	необходимость разминки в физической деятельности
3.3 Контроль физических изменений в организме, понимание влияния различных физических нагрузок на дыхание, частоту сердечных сокращений, температуру тела, коррекцию движений	0.3.3.1 иметь представление о физических изменениях в организме после выполнения различных физических упражнений	1.3.3.1 определять физические изменения в организме во время выполнения физических упражнений, умение измерить температуру тела, посчитать частоту сердечных сокращений	2.3.3.1 знать, как контролировать физические изменения в организме во время выполнения физических упражнений, направленных на профилактику	3.3.3.1 объяснять ряд контрольных стратегий для определения физических изменений при выполнении физической деятельности	4.3.3.1 демонстрировать ряд контрольных стратегий, чтобы увидеть определенные физические изменения во время или после выполнения физической деятельности
3.4 Определение трудностей и рисков, реагируя	0.3.4.1 иметь представление о собственных	1.3.4.1 определять трудности и риски при выполнении	2.3.4.1 понимать трудности и риски, определяя некоторые	3.3.4.1 справляться с трудностями и риском,	4.3.4.1 демонстрировать помочь справиться с

соответствующим образом во время участия в ряде физических нагрузок с учетом специфики двигательных нарушений	возможностях и определении трудностей при выполнении и упражнении	и ряда физических упражнений	основные пути реагирования на них при выполнении и небольшого количества физических упражнений	реагируя соответствующим образом при выполнении физических упражнений	трудностям и и риском при выполнении ряда физических упражнений
3.5 Определение и представление возможности для участия в физической деятельности внутри и за пределами школы с учетом двигательных нарушений	0.3.5.1 иметь представление о собственных возможностях участия в физической деятельности	1.3.5.1 определять собственные возможности участия в физической деятельности	2.3.5.1 понимать возможность участия в физической деятельности в контексте «дом-школа»	3.3.5.1 объяснить возможность участия в физической деятельности в различных контекстах	4.3.5.1 сравнивать разные возможности участия в физической деятельности и пути получения возможности и участвовать в них

4) раздел «Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата»:  
таблица 4

Подразделы	Цели обучения				
	0 класс	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
4.1 Коррекция осанки путем выполнения	0.4.1.1 иметь представление по коррекции	1.4.1.1 определять собственные возможности	2.4.1.1 понимать возможности коррекции	3.4.1.1 знать коррекцию осанки путем	4.4.1.1 выполнять самостоятельно физические

ия физически х упражнений	осанки с удержание м предмета на голове, стойке у стены, ходьбе с различным положение м рук	ти по коррекции осанки с удержание м предмета на голове, стойке у стены, ходьбе с различным положение м рук	осанки с удержание м предмета на голове, стойке у стены, ходьбе с различным положение м рук	выполнени я физических упражнений с удержание м предмета на голове, стойке у стены, ходьбе с различным положение м рук	упражнения для коррекции осанки
4.2 Укреплени е мышечного корсета	0.4.2.1 иметь представле ние об укреплени ю мышечного корсета через выполнени е общеразвив ающих упражнений	1.4.2.1 знать общеразвив ающие и корректиру ющие упражнения для укрепления мышечного корсета	2.4.2.1 уметь применять общеразвив ающие и корректиру ющие упражнения для укрепления мышечного корсета	3.4.2.1 объяснять необходим ость общеразвив ающих и корректиру ющих упражнений для укрепления мышечного корсета	4.4.2.1 подобрать комплекс физических упражнений для укрепления мышечного корсета с использован ием тренажеров
4.3 Коррекция здоровья через знакомств о с нетрадици онными видами оздоровле ния	0.4.3.1 иметь представле ние о специально подобранн ых нетрадицио нные видах двигательн ой активности для профилакти	1.4.3.1 знать разные нетрадицио нные специально подобранн ые виды двигательн ой активности для профилакти	2.4.3.1 уметь выполнять под руководств ом один из видов нетрадицио нной двигательн ой активности для профилакти	3.4.3.1 выполнять самостояте льно один из видов нетрадицио нной двигательн ой активности для профилакти ки и коррекции	4.4.3.1 понимать и реализовать нетрадицио нные специально подобранны е средства для профилакти ки и коррекции собственны х

	ики и коррекции собственных физических возможностей	коррекции собственных физических возможностей	ики и коррекции собственных физических возможностей	собственные физические возможности	физических возможностей
4.4 Коррекция и развитие координационных способностей в процессе проведения подвижных, спортивных игр, эстафет, соревнований	0.4.4.1 иметь представление о собственных координационных способностях и физических изменениях в процессе проведения подвижных	1.4.4.1 уметь описывать координационные способности и физические изменения в процессе проведения подвижных игр, эстафет	2.4.4.1 определять самочувствие, координационные способности и физические изменения в процессе проведения спортивных мероприятий	3.4.4.1 понимать физические изменения в процессе проведения подвижных, спортивных игр, эстафет, соревнований	4.4.4.1 уметь применять во время подвижных, спортивных игр, эстафет и соревнований упражнения коррекционного характера
4.5 Нормализация дыхательной функции	0.4.5.1 иметь представление о способах управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях	1.4.5.1 знать способы управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях	2.4.5.1 уметь применять способы управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях	3.4.5.1 понимать способы управления дыханием и уметь применять в зависимости от положения тела, разных движениях	4.4.5.1 демонстрировать способы управления дыханием в зависимости от положения тела и разных движениях

35. Программа реализуется на основе Долгосрочного плана к Типовой учебной программе по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» для обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата 0-4 классов уровня начального образования по обновленному содержанию

согласно приложению к настоящей Программе. В долгосрочном плане обозначен объем учебных целей реализуемых в каждом разделе.

36. Распределение часов на изучение раздела и тем предоставляется на усмотрение учителя.

Приложение  
к Типовой учебной программе  
по учебному предмету «Адаптивная  
физическая культура» для 0-4 классов  
уровня начального образования по  
обновленному содержанию

Долгосрочный план  
по реализации Типовой учебной программы по учебному предмету  
«Адаптивная физическая культура» для обучающихся с нарушением опорно-двигательного  
аппарата 0-4 классов уровня начального образования по обновленному содержанию

1) 0 класс:  
таблица 1

Разделы	Содержание раздела	Цели обучения
1 четверть		
1. Знание и понимание о здоровье	Техника безопасности Что такое физическая культура	0.3.1.1 иметь представление о важности физической деятельности и здорового образа жизни, необходимости в самостоятельных занятиях; 0.1.3.1 иметь представление об основах техники, ведущих движений, сделав их исполнение стабильным; 0.1.1.1 иметь представление о двигательных действиях; развить двигательный навык в основном варианте и создать основу для применения его в различных условиях; 0.2.4.1 иметь представление по использованию простых правил при выполнении физических упражнений, дозированных нагрузок, учитывая двигательные возможности
	Режим дня, утренняя зарядка и физкультминутки	0.1.4.1 вставать с помощью из положения стоя на коленях с опорой или без опоры, исходя из степени и характера заболевания обучающегося; бросать мелкие предметы вверх, вниз; 0.2.5.1 иметь представление по освоению творческих задач с учетом особенностей физического развития; 0.3.4.1 иметь представление о собственных возможностях и определении трудностей при выполнении упражнений; 0.4.2.1 иметь представление об укреплению мышечного корсета через выполнение общеразвивающих упражнений
	Бег и ходьба	0.1.6.1 иметь представление о собственных двигательных особенностях и сознательно

		<p>совершенствовать;</p> <p>0.2.1.1 уметь мобилизовать двигательные возможности с целью формирования основных функций прямостояния, ходьбы, манипулятивной деятельности</p>
	Прыжки и метания	<p>0.1.5.1 иметь представление выполнении основных физических упражнений с предметами и без них в пространстве;</p> <p>0.2.2.1 иметь представление о достижении двигательных целей и коррекции физических нарушений;</p> <p>0.3.5.1 иметь представление о возможностях участия в физической деятельности</p>
2. Развитие взаимоотношения и навыков общения через игры	Сюжетно-ролевые подвижные игры	<p>0.1.7.1 выполнять действие в облегченном виде (замедленное, расчлененное) при сопровождении объяснением каждого элемента с использованием дополнительных специальных технических средств индивидуального пользования;</p> <p>0.2.6.1 иметь представление о творческих способностях и идей с учетом физического развития, моторики, соматического состояния, осознание своих физических возможностей</p>
	Широкий ряд двигательных навыков	<p>0.1.2.1 иметь представление о зрительно - моторной координации, произвольном двигательном акте для овладения умениями и навыками самообслуживания;</p> <p>0.2.7.1 иметь представление о чувстве патриотизма, создание условий для формирования коллективной деятельности;</p> <p>0.4.1.1 иметь представление по коррекции осанки с удержанием предмета на голове, стойке у стены, ходьбе с различным положением рук</p>
	Навыки общения в небольших группах и парах	<p>0.1.8.1 иметь представление об особенностях и преодолении физических отклонений; соблюдать индивидуальный ортопедический режим;</p> <p>0.3.5.1 иметь представление о возможностях участия в физической деятельности;</p> <p>0.2.8.1 уметь исполнять роли в контексте движений; освоение способов контроля над функциями собственного тела</p>
	Польза физических занятий	<p>0.1.1.1 иметь представление о двигательных действиях; развить двигательный навык в основном варианте и создать основу для применения его в различных условиях, выполнять основные двигательные навыки и умения;</p> <p>0.4.4.1 иметь представление о собственных координационных способностях и физических изменениях в процессе проведения подвижных;</p> <p>0.4.3.1 иметь представление о специально подобранных нетрадиционные видах</p>

		двигательной активности для профилактики и коррекции собственных физических возможностей
2 четверть		
3. Креативность и критическое мышление посредством гимнастических и коррекционных упражнений	Техника безопасности Осанка и координация	0.1.2.1 иметь представление о зрительно - моторной координации, произвольном двигательном акте для овладения умениями и навыками самообслуживания; 0.2.1.1 уметь мобилизовать двигательные возможности с целью формирования основных функций прямостояния, ходьбы, манипулятивной деятельности; 0.4.1.1 иметь представление по коррекции осанки с удержанием предмета на голове, стойке у стены, ходьбе с различным положением рук
	Изучение ряда гимнастических фигур	0.1.7.1 выполнять действие в облегченном виде (замедленное, расчлененное) при сопровождении объяснением каждого элемента с использованием дополнительных специальных технических средств индивидуального пользования; 0.2.4.1 иметь представление по использованию простых правил при выполнении физических упражнений, дозированных нагрузок, учитывая двигательные возможности
	Твои физические возможности	0.1.4.1 вставать с помощью из положения стоя на коленях с опорой или без опоры, исходя из степени и характера заболевания обучающегося; бросать мелкие предметы вверх, вниз; 0.2.2.1 иметь представление о достижении двигательных целей и коррекции физических нарушений; 0.4.2.1 иметь представление об укреплении мышечного корсета через выполнение общеразвивающих упражнений; 0.4.3.1 иметь представление о специально подобранных нетрадиционные видах двигательной активности для профилактики и коррекции собственных нарушений
4. Казахские национальные подвижные игры	Знакомство с традициями и культурой казахского народа	0.2.5.1 иметь представление по освоению творческих задач с учетом особенностей физического развития; 0.2.7.1 иметь представление о чувстве патриотизма, создание условий для формирования коллективной деятельности; 0.4.4.1 иметь представление о собственных координационных способностях и физических изменениях в процессе проведения подвижных; 0.4.5.1 иметь представление о способах управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях

	Вовлеченность через подвижные игры	0.1.5.1 иметь представление выполнении основных физических упражнений с предметами и без них в пространстве; 0.2.6.1 иметь представление о творческих способностях и идей с учетом физического развития, моторики, соматического состояния, осознание своих физических возможностей; 0.3.5.1 иметь представление о возможностях участия в физической деятельности
3 четверть		
5. Обучение двигательным навыкам посредством игр	Техника безопасности Сердцебиение и дыхание человека во время физической деятельности	0.1.6.1 иметь представление о собственных двигательных особенностях и сознательно совершенствовать; 0.2.3.1 иметь представление о потенциальных возможностях развития по созданию благоприятной учебной среды коррекционной и развивающей направленности; 0.3.1.1 иметь представление о важности физической деятельности и здорового образа жизни, необходимости в самостоятельных занятиях; 0.1.8.1 иметь представление об особенностях и преодолении физических отклонений; соблюдать индивидуальный ортопедический режим; 0.3.3.1 иметь представление о физических изменениях в организме после выполнения различных физических упражнений
	Игра - как средство для развития индивидуальных физических качеств	0.1.5.1 иметь представление выполнении основных физических упражнений с предметами и без них в пространстве; 0.2.7.1 иметь представление о чувстве патриотизма, создание условий для формирования коллективной деятельности; 0.2.8.1 уметь исполнять роли в контексте движений; освоение способов контроля над функциями собственного тела; 0.4.4.1 иметь представление о собственных координационных способностях и физических изменениях в процессе проведения подвижных
	Динамика и передвижение в пространстве	0.1.1.1 иметь представление о двигательных действиях; развить двигательный навык в основном варианте и создать основу для применения его в различных условиях; 0.4.3.1 иметь представление о специально подобранных нетрадиционные видах двигательной активности для профилактики и коррекции собственных физических возможностей
	Подвижные игры с предметами	0.1.8.1 иметь представление об особенностях и преодолении физических отклонений; соблюдать

		<p>индивидуальный ортопедический режим;</p> <p>0.2.4.1 иметь представление по использованию простых правил при выполнении физических упражнений, дозированных нагрузок, учитывая двигательные возможности;</p> <p>0.4.4.1 иметь представление о собственных координационных способностях и физических изменениях в процессе проведения подвижных</p>
6. Развитие опорно-двигательного аппарата через подвижные игры	Навыки управления телом через имитационные упражнения	<p>0.1.4.1 вставать с помощью из положения стоя на коленях с опорой или без опоры, исходя из степени и характера заболевания обучающегося;</p> <p>бросать мелкие предметы вверх, вниз;</p> <p>0.2.1.1 уметь мобилизовать двигательные возможности с целью формирования основных функций прямохождения, ходьбы, манипулятивной деятельности;</p> <p>0.1.3.1 иметь представление об основах техники, ведущих движений, сделав их исполнение стабильным;</p> <p>0.1.1.1 иметь представление о двигательных действиях; развить двигательный навык в основном варианте и создать основу для применения его в различных условиях</p>
	Развитие опорно-двигательного аппарата	<p>0.1.2.1 иметь представление о зрительно - моторной координации, произвольном двигательном акте для овладения умениями и навыками самообслуживания;</p> <p>0.3.2.1 иметь представление о важности выполнения физических упражнений для формирования навыков самообслуживания;</p> <p>0.4.2.1 иметь представление об укреплению мышечного корсета через выполнение общеразвивающих упражнений</p>
	Игры с мячом	<p>0.1.7.1 выполнять действие в облегченном виде (замедленное, расчлененное) при сопровождении объяснением каждого элемента с использованием дополнительных специальных технических средств индивидуального пользования;</p> <p>0.4.3.1 иметь представление о специально подобранных нетрадиционные видах двигательной активности для профилактики и коррекции собственных физических возможностей;</p> <p>0.4.5.1 иметь представление о способах управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях</p>
	Игры и упражнения со скакалкой	<p>0.1.5.1 иметь представление выполнении основных физических упражнений с предметами и без них в пространстве;</p> <p>0.3.3.1 иметь представление о физических</p>

		<p>изменениях в организме после выполнения различных физических упражнений;</p> <p>0.4.4.1 иметь представление о собственных координационных способностях и физических изменениях в процессе проведения подвижных</p>
4 четверть		
7. Творческие и коммуникативные навыки посредством игр	Техника безопасности Творческие способности через игры	<p>0.3.1.1 иметь представление о важности физической деятельности и здорового образа жизни, необходимости в самостоятельных занятиях;</p> <p>0.1.1.1 иметь представление о двигательных действиях; развить двигательный навык в основном варианте и создать основу для применения его в различных условиях</p>
	Игры на развитие коммуникативных навыков	<p>0.2.3.1 иметь представление о потенциальных возможностях развития по созданию благоприятной учебной среды коррекционной и развивающей направленности;</p> <p>0.3.4.1 иметь представление о собственных возможностях и определении трудностей при выполнении упражнений</p>
	Творческие идеи для игр	<p>0.2.5.1 иметь представление по освоению творческих задач с учетом особенностей физического развития;</p> <p>0.4.3.1 иметь представление о специально подобранных нетрадиционных видах двигательной активности для профилактики и коррекции собственных физических возможностей</p>
	Активность и самостоятельность в двигательной деятельности	<p>0.1.2.1 иметь представление о зрительно - моторной координации, произвольном двигательном акте для овладения умениями и навыками самообслуживания;</p> <p>0.1.3.1 иметь представление об основах техники, ведущих движений, сделав их исполнение стабильным; знать основные физические движения;</p> <p>0.4.1.1 иметь представление по коррекции осанки с удержанием предмета на голове, стойке у стены, ходьбе с различным положением рук;</p> <p>0.4.2.1 иметь представление об укреплению мышечного корсета через выполнение общеразвивающих упражнений</p>
8. Формирование здорового образа жизни	Физическая деятельность на открытом воздухе	<p>0.1.7.1 выполнять действие в облегченном виде (замедленное, расчлененное) при сопровождении объяснением каждого элемента с использованием дополнительных специальных технических средств индивидуального пользования;</p> <p>0.3.3.1 иметь представление о физических изменениях в организме после выполнения</p>

		различных физических упражнений
Быстрота, сила и ловкость		0.2.2.1 иметь представление о достижении двигательных целей и коррекции физических нарушений; 0.3.2.1 иметь представление о важности выполнения физических упражнений для формирования навыков самообслуживания; 0.4.5.1 иметь представление о способах управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях
Задания на развитие прыгучести		0.1.6.1 иметь представление о собственных двигательных особенностях и сознательно совершенствоваться; 0.2.4.1 иметь представление по использованию простых правил при выполнении физических упражнений, дозированных нагрузок, учитывая двигательные возможности
Подвижные игры и эстафеты		0.2.6.1 иметь представление о творческих способностях и идей с учетом физического развития, моторики, соматического состояния, осознание своих физических возможностей; 0.4.4.1 иметь представление о собственных координационных способностях и физических изменениях в процессе проведения подвижных

2) 1 класс:  
таблица 2

Разделы	Содержание раздела	Цели обучения
I четверть		
1. Знание и понимание о здоровье	Техника безопасности Что такое физическая культура?	1.3.1.1 знать важность физической деятельности, систематических упражнений для нормализации и коррекции; 1.1.3.1 знать основные физические движения, и как они взаимосвязаны с простыми физическими упражнениями, устранив излишнее напряжение при выполнении движений; 1.1.1.1 уметь выполнять строевые упражнения; основные двигательные навыки и умения с учетом отклонений в здоровье и физическом развитии; сохранять равновесие тела и контролировать его положение в пространстве; удерживать вертикальную позу и переходить из положения сидя в положение стоя; 1.2.4.1 использовать простые правила и структурные приемы при выполнении физических и коррекционных упражнений
	Режим дня, утренняя зарядка и	1.1.4.1 знать упражнения для увеличения подвижности в суставах усеченной и

	физкультминутки	сохраненной конечности, профилактики формирования тугоподвижности в суставах и контрактур; 1.2.5.1 понимать собственные и другие творческие задачи по коррекции нарушений и формированию двигательных навыков; 1.3.4.1 определять трудности и риски при выполнении ряда физических упражнений; 1.4.2.1 знать общеразвивающие и корригирующие упражнения для укрепления мышечного корсета
	Бег и ходьба	1.1.6.1 уметь описать свои умения и недостатки по двигательным навыкам; 1.2.1.1 знать двигательные идеи, стратегии и планы во время участия в физической деятельности с умением распределения силы мышц как в движении, так и в статических позах
	Прыжки и метания	1.1.5.1 знать о понятиях времени, пространства, веса и плавности в контексте выполнения движений в различных видах физических упражнений с учетом специфики заболеваний; 1.2.2.1 знать о самостоятельных достижениях двигательных целей с учетом физических возможностей; 1.3.5.1 определять собственные возможности участия в физической деятельности
2. Развитие взаимоотношения и навыков общения через игры	Сюжетно-ролевые подвижные игры	1.1.7.1 выполнять ряд простых действий в разных пространствах; в различных условиях; 1.2.6.1 использовать основные творческие стратегии и идеи, передавая их учителю с учетом восприятия собственного тела
	Широкий ряд двигательных навыков	1.1.2.1 уметь организовать произвольный двигательный акта для овладения умениями и навыками в занятиях; выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами; 1.2.7.1 понимать, в чем заключается патриотизм и как взаимодействовать во время выполнения индивидуальной и групповой деятельности; 1.4.1.1 определять собственные возможности по коррекции осанки с удержанием предмета на голове, стойке у стены, ходьбе с различным положением рук
	Навыки общения в небольших группах и парах	1.1.8.1 знать возможные трудности, возникающие при выполнении простых и измененных физических упражнений с учетом физических возможностей; 1.3.5.1 определять собственные возможности участия в физической деятельности; 1.2.8.1 знать свою роль и начинать распознавать роли других при выполнении простых движений;

		способы контроля над функциями собственного тела
	Полезьа физических занятий	1.1.1.1 уметь выполнять строевые упражнения; основные двигательные навыки и умения с учетом отклонений в здоровье и физическом развитии; сохранять равновесие тела и контролировать его положение в пространстве; удерживать вертикальную позу и переходить из положения сидя в положение стоя; 1.4.4.1 уметь описывать координационные способности и физические изменения в процессе проведения подвижных игр, эстафет; 1.4.3.1 знать разные нетрадиционные специально подобранные виды двигательной активности для профилактики и коррекции собственных физических возможностей
2 четверть		
3. Креативность и критическое мышление посредством гимнастических и коррекционных упражнений	Техника безопасности Осанка и координация	1.1.2.1 уметь организовать произвольный двигательный акта для овладения умениями и навыками в занятиях; выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами; 1.2.1.1 знать двигательные идеи, стратегии и планы во время участия в физической деятельности с умением распределения силы мышц как в движении, так и в статических позах; 1.4.1.1 определять собственные возможности по коррекции осанки с удержанием предмета на голове, стойке у стены, ходьбе с различным положением рук
	Изучение ряда гимнастических фигур	1.1.7.1 выполнять ряд простых действий в разных пространствах; в различных условиях; 1.2.4.1 использовать простые правила и структурные приемы при выполнении физических и коррекционных упражнений
	Твои физические возможности	1.1.4.1 знать упражнения для увеличения подвижности в суставах усеченной и сохраненной конечности, профилактики формирования тугоподвижности в суставах и контрактур; 1.2.2.1 знать о самостоятельных достижениях двигательных целей с учетом физических возможностей; 1.4.2.1 знать общеразвивающие и корригирующие упражнения для укрепления мышечного корсета; 1.4.3.1 знать разные нетрадиционные специально подобранные виды двигательной активности для профилактики и коррекции собственных физических возможностей

4. Казахские национальные подвижные игры	Знакомство с традициями и культурой казахского народа	1.2.5.1 понимать собственные и другие творческие задачи по коррекции нарушений и формированию двигательных навыков; 1.2.7.1 понимать, в чем заключается патриотизм и как взаимодействовать во время выполнения индивидуальной и групповой деятельности; 1.4.4.1 уметь описывать координационные способности и физические изменения в процессе проведения подвижных игр, эстафет; 1.4.5.1 знать способы управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях
	Вовлеченность через подвижные игры	1.1.5.1 знать о понятиях времени, пространства, веса и плавности в контексте выполнения движений в различных видах физических упражнений с учетом специфики заболеваний; 1.2.6.1 использовать основные творческие стратегии и идеи, передавая их учителю с учетом восприятия собственного тела; 1.3.5.1 определять собственные возможности участия в физической деятельности
3 четверть		
5. Обучение двигательным навыкам посредством игр	Техника безопасности и Сердцебиение и дыхание человека во время физической деятельности	1.1.6.1 уметь описать свои умения и недостатки по двигательным навыкам; 1.2.3.1 знать ресурсы и идеи, важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнений для развития координации движений; 1.3.1.1 знать важность физической деятельности, систематических упражнений для нормализации и коррекции; 1.1.8.1 знать возможные трудности, возникающие при выполнении простых и измененных физических упражнений с учетом физических возможностей; 1.3.3.1 определять физические изменения в организме во время выполнения физических упражнений, умение измерить температуру тела, посчитать частоту сердечных сокращений
	Игра - как средство для развития индивидуальных физических качеств	1.1.5.1 знать о понятиях времени, пространства, веса и плавности в контексте выполнения движений в различных видах физических упражнений с учетом специфики заболеваний; 1.2.7.1 понимать, в чем заключается патриотизм и как взаимодействовать во время выполнения индивидуальной и групповой деятельности; 1.2.8.1 знать свою роль и начинать распознавать роли других при выполнении простых движений; способы контроля над функциями собственного тела; 1.4.4.1 уметь описывать координационные

		способности и физические изменения в процессе проведения подвижных игр, эстафет
	Динамика и передвижение в пространстве	1.1.1.1 уметь выполнять строевые упражнения; основные двигательные навыки и умения с учетом отклонений в здоровье и физическом развитии; сохранять равновесие тела и контролировать его положение в пространстве; удерживать вертикальную позу и переходить из положения сидя в положение стоя; 1.4.3.1 знать разные нетрадиционные специально подобранные виды двигательной активности для профилактики и коррекции собственных физических возможностей
	Подвижные игры с предметами	1.1.8.1 знать возможные трудности, возникающие при выполнении простых и измененных физических упражнений с учетом физических возможностей; 1.2.4.1 использовать простые правила и структурные приемы при выполнении физических и коррекционных упражнений; 1.4.4.1 уметь описывать координационные способности и физические изменения в процессе проведения подвижных игр, эстафет
6. Развитие опорно-двигательного аппарата через подвижные игры	Навыки управления телом через имитационные упражнения	1.1.4.1 знать упражнения для увеличения подвижности в суставах усеченной и сохраненной конечности, профилактики формирования тугоподвижности в суставах и контрактур; 1.2.1.1 знать двигательные идеи, стратегии и планы во время участия в физической деятельности с умением распределения силы мышц как в движении, так и в статических позах; 1.1.1.1 уметь выполнять строевые упражнения; основные двигательные навыки и умения с учетом отклонений в здоровье и физическом развитии; сохранять равновесие тела и контролировать его положение в пространстве; удерживать вертикальную позу и переходить из положения сидя в положение стоя
	Развитие опорно-двигательного Аппарата	1.1.2.1 уметь организовать произвольный двигательный акта для овладения умениями и навыками в занятиях; выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами; 1.1.3.1 знать основные физические движения, и как они взаимосвязаны с простыми физическими упражнениями, устранив излишнее напряжение при выполнении движений; 1.3.2.1 понимать важность необходимости общеразвивающих упражнений и разминки в

		физической деятельности; 1.4.2.1 знать общеразвивающие и корректирующие упражнения для укрепления мышечного корсета
	Игры с мячом	1.1.7.1 выполнять ряд простых действий в разных пространствах; в различных условиях; 1.4.3.1 знать разные нетрадиционные специально подобранные виды двигательной активности для профилактики и коррекции собственных физических возможностей; 1.4.5.1 знать способы управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях
	Игры и упражнения со скакалкой	1.1.5.1 знать о понятиях времени, пространства, веса и плавности в контексте выполнения движений в различных видах физических упражнений с учетом специфики заболеваний; 1.3.3.1 определять физические изменения в организме во время выполнения физических упражнений, умение измерить температуру тела, посчитать частоту сердечных сокращений; 1.4.4.1 уметь описывать координационные способности и физические изменения в процессе проведения подвижных игр, эстафет
4 четверть		
7. Творческие и коммуникативные навыки посредством игр	Техника безопасности Творческие способности через игры	1.3.1.1 знать важность физической деятельности, систематических упражнений для нормализации и коррекции; 1.1.1.1 уметь выполнять строевые упражнения; основные двигательные навыки и умения с учетом отклонений в здоровье и физическом развитии; сохранять равновесие тела и контролировать его положение в пространстве; удерживать вертикальную позу и переходить из положения сидя в положение стоя
	Игры на развитие коммуникативных навыков	1.2.3.1 знать ресурсы и идеи, важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнений для развития координации движений; 1.3.4.1 определять трудности и риски при выполнении ряда физических упражнений
	Творческие идеи для игр	1.2.5.1 понимать собственные и другие творческие задачи по коррекции нарушений и формированию двигательных навыков 1.4.3.1 знать разные нетрадиционные специально подобранные виды двигательной активности для профилактики и коррекции собственных физических возможностей
	Активность и самостоятельность в	1.1.2.1 уметь организовать произвольный двигательный акта для овладения умениями и навыками в занятиях; выполнять передвижения в

	двигательной деятельности	<p>ходьбе, беге, прыжках разными способами;</p> <p>1.4.1.1 определять собственные возможности по коррекции осанки с удержанием предмета на голове, стойке у стены, ходьбе с различным положением рук;</p> <p>1.4.2.1 знать общеразвивающие и корригирующие упражнения для укрепления мышечного корсета</p>
8. Формирование здорового образа жизни	Физическая деятельность на открытом воздухе	<p>1.1.7.1 выполнять ряд простых действий в разных пространствах; в различных условиях;</p> <p>1.3.3.1 определять физические изменения в организме во время выполнения физических упражнений, умение измерить температуру тела, посчитать частоту сердечных сокращений</p>
	Быстрота, сила и ловкость	<p>1.2.2.1 знать о самостоятельных достижениях двигательных целей с учетом физических возможностей;</p> <p>1.3.2.1 понимать важность необходимости общеразвивающих упражнений и разминки в физической деятельности;</p> <p>1.4.5.1 знать способы управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях</p>
	Задания на развитие прыгучести	<p>1.1.6.1 уметь описать свои умения и недостатки по двигательным навыкам;</p> <p>1.2.4.1 использовать простые правила и структурные приемы при выполнении физических и коррекционных упражнений</p>
	Подвижные игры и эстафеты	<p>1.2.6.1 использовать основные творческие стратегии и идеи, передавая их учителю с учетом восприятия собственного тела;</p> <p>1.4.4.1 уметь описывать координационные способности и физические изменения в процессе проведения подвижных игр, эстафет</p>

3) 2 класс:  
таблица 3

Разделы	Содержание раздела	Цели обучения
1 четверть		
1. Физические качества через легкую атлетику	Техника безопасности Обзор основных понятий здоровья	<p>2.3.1.1 обсуждать оздоровительную пользу физических упражнений, применять их самостоятельно;</p> <p>2.1.3.1 улучшать основные двигательные навыки, обучаясь связывать их самостоятельно, предупредив возникновение ненужных движений или по возможности, устранив их;</p> <p>2.1.1.1 улучшить качество основных двигательных навыков при выполнении разных физических упражнений; сохранять равновесие</p>

		<p>тела и его устойчивость при выполнении движений; иметь представление о правилах составления комплексов утренней зарядки;</p> <p>2.2.4.1 применять правила и структурные приемы при выполнении различных физических упражнений с учетом физических особенностей</p>
	Комплексы утренней зарядки	<p>2.1.4.1 использовать упражнения для увеличения подвижности в суставах, восстановления мышечной массы, мышечного тонуса, мышечной силы, опоры и передвижения, координации движений и ловкости, равновесия или овладение заместительными навыками;</p> <p>2.1.1.1 улучшить качество основных двигательных навыков при выполнении разных физических упражнений; сохранять равновесие тела и его устойчивость при выполнении движений; иметь представление о правилах составления комплексов утренней зарядки;</p> <p>2.3.4.1 понимать трудности и риски, определяя некоторые основные пути реагирования на них при выполнении небольшого количества физических упражнений;</p> <p>2.4.2.1 уметь применять общеразвивающие и корригирующие упражнения для укрепления мышечного корсета</p>
	Навыки бега, прыжков и метания	<p>2.1.6.1 уметь объяснять двигательные недостатки для формирования жизненно необходимых умений и навыков;</p> <p>2.2.1.1 обсуждать двигательные идеи, стратегии и планы, показывая понимание альтернатив преодоления трудностей</p>
	Эстафеты с элементами бега, прыжков и метания	<p>2.1.5.1 знать время, пространство при плавном выполнении движений в простых физических упражнениях; при организации произвольного двигательного акта;</p> <p>2.2.2.1 уметь самостоятельно работать в команде для достижения двигательных целей и выполнения движений в усложнённых условиях индивидуальных физических возможностей;</p> <p>2.3.5.1 понимать возможности участия в физической деятельности в контексте «дом-школа»</p>
2. Подвижные игры для освоения спортивных игр	Спектр двигательных навыков в подвижных играх	<p>2.1.7.1 уметь передать действия с простыми изменениями в пространстве и динамики распределения упражнений во времени;</p> <p>2.4.4.1 определять самочувствие, координационные способности и физические изменения в процессе проведения спортивных мероприятий;</p> <p>2.2.6.1 демонстрировать творческие способности</p>

		и идеи учителю и сверстникам для выражения эмоций с учетом восприятия собственного тела, осознания своих физических возможностей
	Подвижные игры с мячом	2.1.2.1 выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки; владения собственным телом; 2.2.7.1 знать, что такое чувство патриотизма и как взаимодействовать друг с другом, понимая значение честного соперничества; 2.4.1.1 понимать возможности коррекции осанки с удержанием предмета на голове, стойке у стены, ходьбе с различным положением рук
	Игры с передвижениями	2.1.8.1 уметь преодолевать трудности при выполнении простых и измененных физических упражнений; 2.3.5.1 понимать возможности участия в физической деятельности в контексте «дом-школа»; 2.2.8.1 понимать свою роль и роли других при выполнении различных физических упражнений, признавая их различия
	Работа в парах и в группах	2.1.1.1 улучшить качество основных двигательных навыков при выполнении разных физических упражнений; сохранять равновесие тела и его устойчивость при выполнении движений; иметь представление о правилах составления комплексов утренней зарядки; 2.4.3.1 уметь выполнять под руководством один из видов нетрадиционной двигательной активности для профилактики и коррекции собственных физических возможностей
<b>2 четверть</b>		
3. Физическое развитие средствами гимнастики с учетом утраченных функций	Техника безопасности Развитие силы через серию различных физических нагрузок	2.1.2.1 выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки; владения собственным телом; 2.2.1.1 обсуждать двигательные идеи, стратегии и планы, показывая понимание альтернатив преодоления трудностей; 2.4.1.1 понимать возможности коррекции осанки с удержанием предмета на голове, стойке у стены, ходьбе с различным положением рук
	Широкий спектр гимнастических упражнений	2.1.7.1 уметь передать действия с простыми изменениями в пространстве и динамики распределения упражнений во времени; 2.2.4.1 применять правила и структурные приемы при выполнении различных физических упражнений с учетом физических особенностей
	Лазанье и перелазание	2.2.2.1 уметь самостоятельно работать в команде для достижения двигательных целей и выполнения движений в усложнённых условиях

		<p>индивидуальных физических возможностей;</p> <p>2.1.2.1 выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки; владения собственным телом;</p> <p>2.1.3.1 улучшать основные двигательные навыки, обучаясь связывать их самостоятельно, предупредив возникновение ненужных движений или по возможности, устранив их;</p> <p>2.1.4.1 использовать упражнения для увеличения подвижности в суставах, восстановления мышечной массы, мышечного тонуса, мышечной силы, опоры и передвижения, координации движений и ловкости, равновесия или овладение заместительными навыками</p>
	Развитие равновесия	<p>2.1.4.1 использовать упражнения для увеличения подвижности в суставах, восстановления мышечной массы, мышечного тонуса, мышечной силы, опоры и передвижения, координации движений и ловкости, равновесия или овладение заместительными навыками;</p> <p>2.1.1.1 улучшить качество основных двигательных навыков при выполнении разных физических упражнений; сохранять равновесие тела и его устойчивость при выполнении движений; иметь представление о правилах составления комплексов утренней зарядки;</p> <p>2.4.2.1 уметь применять общеразвивающие и корригирующие упражнения для укрепления мышечного корсета;</p> <p>2.4.3.1 уметь выполнять под руководством один из видов нетрадиционной двигательной активности для профилактики и коррекции собственных физических возможностей</p>
4. Казахские национальные подвижные игры	Ознакомление с казахскими национальными играми	<p>2.2.5.1 уметь обсуждать собственные и другие творческие задачи, предлагая конструктивные рекомендации;</p> <p>2.2.7.1 знать, что такое чувство патриотизма и как взаимодействовать друг с другом, понимая значение честного соперничества;</p> <p>2.4.4.1 определять самочувствие, координационные способности и физические изменения в процессе проведения спортивных мероприятий;</p> <p>2.4.5.1 уметь применять способы управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях</p>
	Сюжетно-ролевые игры	<p>2.1.2.1 выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки; владения собственным телом;</p> <p>2.1.3.1 улучшать основные двигательные навыки,</p>

		обучаясь связывать их самостоятельно, предупредив возникновение ненужных движений или по возможности, устранив их
	Сотрудничество и честная игра	2.1.5.1 знать время, пространство при плавном выполнении движений в простых физических упражнениях; при организации произвольного двигательного акта; 2.2.6.1 демонстрировать творческие способности и идеи учителю и сверстникам для выражения эмоций с учетом восприятия собственного тела, осознания своих физических возможностей; 2.3.5.1 понимать возможности участия в физической деятельности в контексте «дом-школа»
3 четверть		
5. Физические нагрузки и здоровье	Техника безопасности Активная деятельность для воспитания выносливости	2.1.6.1 уметь объяснять двигательные недостатки для формирования жизненно необходимых умений и навыков; 2.2.3.1 уметь обмениваться знаниями и идеями, осознавая важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнений; 2.3.1.1 обсуждать оздоровительную пользу физических упражнений, применять их самостоятельно; 2.1.8.1 уметь преодолевать трудности при выполнении простых и измененных физических упражнений; 2.3.3.1 знать, как контролировать физические изменения в организме во время выполнения физических упражнений, направленных на профилактику
	Изменения в организме при физических нагрузках	2.1.5.1 знать время, пространство при плавном выполнении движений в простых физических упражнениях; при организации произвольного двигательного акта; 2.2.8.1 понимать свою роль и роли других при выполнении различных физических упражнений, признавая их различия
	Традиционные казахские беговые игры	2.4.3.1 уметь выполнять под руководством один из видов нетрадиционной двигательной активности для профилактики и коррекции собственных физических возможностей
	Парные и групповые игры	2.1.8.1 закрепить навыки и умения преодоления трудностей при совершенствовании простых и измененных физических упражнений; 2.2.4.1 применять правила и структурные приемы при выполнении различных физических упражнений с учетом физических особенностей; 2.4.4.1 определять самочувствие,

		координационные способности и физические изменения в процессе проведения спортивных мероприятий
6. Многообразие подвижных игр	Игры аттракционы -	2.1.4.1 использовать упражнения для увеличения подвижности в суставах, восстановления мышечной массы, мышечного тонуса, мышечной силы, опоры и передвижения, координации движений и ловкости, равновесия или овладение заместительными навыками; 2.2.1.1 обсуждать двигательные идеи, стратегии и планы, показывая понимание альтернатив преодоления трудностей; 2.1.8.1 уметь преодолевать трудности при выполнении простых и измененных физических упражнений
	Интегрированные игры	2.1.2.1 выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки; владения собственным телом; 2.1.3.1 улучшать основные двигательные навыки, обучаясь связывать их самостоятельно, предупредив возникновение ненужных движений или по возможности, устранив их; 2.3.2.1 уметь выполнять физические упражнения, направленных на развитие двигательной активности
	Игры использованием нестандартного инвентаря с	2.1.7.1 уметь передать действия с простыми изменениями в пространстве и динамики распределения упражнений во времени; 2.4.3.1 уметь выполнять под руководством один из видов нетрадиционной двигательной активности для профилактики и коррекции собственных физических возможностей; 2.4.5.1 уметь применять способы управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях
	Игры атакующими действиями с	2.1.5.1 знать время, пространство при плавном выполнении движений в простых физических упражнениях; при организации произвольного двигательного акта; 2.3.3.1 знать, как контролировать физические изменения в организме во время выполнения физических упражнений, направленных на профилактику; 2.4.4.1 определять самочувствие, координационные способности и физические изменения в процессе проведения спортивных мероприятий
4 четверть		
7. Социальные навыки через	Техника безопасности	2.3.1.1 обсуждать оздоровительную пользу физических упражнений, применять их

групповые игры	Развитие коммуникативных навыков	самостоятельно 2.1.1.1 улучшить качество основных двигательных навыков при выполнении разных физических упражнений; сохранять равновесие тела и его устойчивость при выполнении движений; иметь представление о правилах составления комплексов утренней зарядки
	Индивидуальные творческие способности	2.2.3.1 уметь обмениваться знаниями и идеями, осознавая важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнений; 2.3.4.1 понимать трудности и риски, определяя некоторые основные пути реагирования на них при выполнении небольшого количества физических упражнений
	Творчество через групповую деятельность	2.2.5.1 уметь обсуждать собственные и другие творческие задачи, предлагая конструктивные рекомендации; 2.4.3.1 уметь выполнять под руководством один из видов нетрадиционной двигательной активности для профилактики и коррекции собственных физических возможностей
	Прогрессия в самостоятельной двигательной деятельности	2.1.2.1 выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки; владения собственным телом; 2.4.1.1 понимать возможности коррекции осанки с удержанием предмета на голове, стойке у стены, ходьбе с различным положением рук; 2.4.2.1 уметь применять общеразвивающие и корригирующие упражнения для укрепления мышечного корсета
8. Здоровье и физическая активность	Физическая деятельность на открытом воздухе	2.1.7.1 уметь передать действия с простыми изменениями в пространстве и динамики распределения упражнений во времени; 2.3.3.1 знать, как контролировать физические изменения в организме во время выполнения физических упражнений, направленных на профилактику
	Беговые способности через индивидуальную и групповую активность	2.2.2.1 уметь самостоятельно работать в команде для достижения двигательных целей и выполнения движений в усложнённых условиях индивидуальных физических возможностей; 2.3.2.1 уметь выполнять физические упражнения, направленных на развитие двигательной активности; 2.4.5.1 уметь применять способы управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях
	Различные прыжки в длину и в высоту	2.1.6.1 уметь объяснять двигательные недостатки для формирования жизненно необходимых

		умений и навыков; 2.2.4.1 применять правила и структурные приемы при выполнении различных физических упражнений с учетом физических особенностей
	Подвижные игры и эстафеты	2.2.6.1 демонстрировать творческие способности и идеи учителю и сверстникам для выражения эмоций с учетом восприятия собственного тела, осознания своих физических возможностей; 2.4.4.1 определять самочувствие, координационные способности и физические изменения в процессе проведения спортивных мероприятий

4) 3 класс:  
таблица 4

Разделы	Содержание раздела	Цели обучения
1 четверть		
1. Двигательные действия через легкую атлетику	Техника безопасности Основные понятия здоровья	3.3.1.1 демонстрировать знание и понимание оздоровительной пользы физических упражнений, способствующих укреплению здоровья; 3.1.3.1 выполнять и связывать движения при выполнении различных физических упражнений, которые предусмотрены для физического развития, добившись освоения общего ритма двигательного действия; 3.1.1.1 продолжать улучшать основные двигательные навыки, используя коррекционные и адаптивные методы при выполнении основных физических упражнений, координации движений, тренированность ловкость и сохранять равновесие; 3.2.4.1 применять знания правил и структурных приемов в ряде физических упражнений с учетом физических особенностей
	Обзор разминок для разных видов деятельности	3.1.4.1 понимать, как сохранить и увеличить достигнутый уровень функциональных возможностей подвижности суставов и уметь предупредить осложнения – деформацию позвоночника и деформации здоровой конечности; 3.1.1.1 продолжать улучшать основные двигательные навыки, используя коррекционные и адаптивные методы при выполнении основных физических упражнений, координации движений, тренированность ловкость и сохранять равновесие; 3.3.4.1 справляться с трудностями и риском,

		<p>реагируя соответствующим образом при выполнении физических упражнений;</p> <p>3.4.2.1 объяснять необходимость общеразвивающих и корригирующих упражнения для укрепления мышечного корсета</p>
	Разновидности бега, прыжков и метания	<p>3.1.6.1 обсуждать свои и чужие качества выполнения упражнений, определяя физические возможности;</p> <p>3.2.1.1 применять самостоятельно альтернативные решения в ряде двигательных идей, стратегий и планов со знанием возможностей;</p> <p>3.2.3.1 применять знания об обмене пространством, ресурсами и идеями, осознавая важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнений;</p>
	Эстафеты с элементами легкой атлетики	<p>3.1.5.1 понимать навыки и последовательность при выполнении самостоятельных движений в физических комбинациях;</p> <p>3.2.2.1 демонстрировать самостоятельную и командной работы со сменой лидерства;</p> <p>3.3.5.1 объяснить возможность участия в физической деятельности в разных контекстах</p>
2. Подвижные игры и спортивные игры	Двигательные навыки в подвижных играх	<p>3.1.7.1 определять ряд действий, пространства, динамики и связей при выполнении упражнений и оценивании;</p> <p>3.4.4.1 понимать физические изменения в процессе проведения подвижных, спортивных игр, эстафет, соревнований;</p> <p>3.2.6.1 анализировать свои творческие способности и идеи, а также других, передавая их учителю и сверстникам</p>
	Подвижные игры на координацию движений	<p>3.1.2.1 уметь о контролировать с помощью физическое развитие: устойчивость, статическое и динамическое равновесие, ориентировку в собственном теле;</p> <p>3.2.7.1 объяснить значение патриотизма и демонстрировать взаимодействие и честную игру;</p> <p>3.4.1.1 знать коррекцию осанки путем выполнения физических упражнений с удержанием предмета на голове, стойке у стены, ходьбе с различным положением рук</p>
	Подвижные игры на быстроту реакции	<p>3.1.8.1 демонстрировать навыки и умения преодоления трудностей на различных этапах обучения двигательной деятельности;</p> <p>3.3.5.1 объяснить возможность участия в физической деятельности в разных контекстах;</p> <p>3.2.8.1 демонстрировать свою роль и роли других</p>

		при выполнении простых движений, объясняя различия
	Умение работать в коллективе	3.1.7.1 определять ряд действий, пространства, динамики и связей при выполнении упражнений и оценивании; 3.4.3.1 выполнять самостоятельно один из видов нетрадиционной двигательной активности для профилактики и коррекции собственных физических возможностей
2 четверть		
3. Гимнастика с основами акробатики	Техника безопасности Развитие ловкости через физические упражнения	3.1.2.1 уметь о контролировать с помощью физическое развитие: устойчивость, статическое и динамическое равновесие, ориентировку в собственном теле; 3.2.1.1 применять самостоятельно альтернативные решения в ряде двигательных идей, стратегий и планов со знанием возможностей; 3.4.1.1 знать коррекцию осанки путем выполнения физических упражнений с удержанием предмета на голове, стойке у стены, ходьбе с различным положением рук
	Гимнастика с элементами аэробики	3.1.7.1 определять ряд действий, пространства, динамики и связей при выполнении упражнений и оценивании; 3.2.4.1 применять знания правил и структурных приемов в ряде физических упражнений с учетом физических особенностей
	Последовательность в гимнастических упражнениях	3.2.2.1 демонстрировать самостоятельную и командной работы со сменой лидерства; 3.1.2.1 уметь о контролировать с помощью физическое развитие: устойчивость, статическое и динамическое равновесие, ориентировку в собственном теле; 3.1.3.1 выполнять и связывать движения при выполнении различных физических упражнений, которые предусмотрены для физического развития, добившись освоения общего ритма двигательного действия
	Игры на развитие равновесия	3.1.4.1 понимать, как сохранить и увеличить достигнутый уровень функциональных возможностей подвижности суставов и уметь предупредить осложнения – деформацию позвоночника и деформации здоровой конечности; 3.1.1.1 продолжать улучшать основные двигательные навыки, используя коррекционные и адаптивные методы при выполнении основных физических упражнений, координации движений, тренированность ловкость и сохранять

		<p>равновесие;</p> <p>3.4.2.1 объяснять необходимость общеразвивающих и корригирующих упражнения для укрепления мышечного корсета;</p> <p>3.4.3.1 выполнять самостоятельно один из видов нетрадиционной двигательной активности для профилактики и коррекции собственных физических возможностей</p>
4. Казахские национальные подвижные игры	Приобщение к казахским национальным играм	<p>3.2.5.1 использовать собственные и другие творческие задачи, предлагая конструктивные рекомендации;</p> <p>3.2.7.1 объяснить значение патриотизма и демонстрировать взаимодействие и честную игру;</p> <p>3.4.4.1 понимать физические изменения в процессе проведения подвижных, спортивных игр, эстафет, соревнований;</p> <p>3.4.5.1 понимать способы управления дыханием и уметь применять в зависимости от положения тела, разных движениях</p>
	Сотрудничество и честная игра	<p>3.1.5.1 понимать навыки и последовательность при выполнении самостоятельных движений в физических комбинациях;</p> <p>3.2.6.1 анализировать свои творческие способности и идеи, а также других, передавая их учителю и сверстникам;</p> <p>3.3.2.1 определять процесс разминки и общеразвивающих упражнений в физической деятельности;</p> <p>3.3.5.1 объяснить возможность участия в физической деятельности в разных контекстах</p>
<b>3 четверть</b>		
5. Здоровье и физические нагрузки	Техника безопасности Физическая активность и выносливость	<p>3.1.6.1 обсуждать свои и чужие качества выполнения упражнений, определяя физические возможности;</p> <p>3.2.3.1 применять знания об обмене пространством, ресурсами и идеями, осознавая важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнений;</p> <p>3.3.1.1 демонстрировать знание и понимание оздоровительной пользы физических упражнений, способствующих укреплению здоровья</p> <p>3.1.8.1 демонстрировать навыки и умения преодоления трудностей на различных этапах обучения двигательной деятельности;</p> <p>3.3.3.1 объяснять ряд контрольных стратегий для определения физических изменений при выполнении физической деятельности</p>

	Самоконтроль во время физических нагрузок	3.1.5.1 понимать навыки и последовательность при выполнении самостоятельных движений в физических комбинациях; 3.2.8.1 демонстрировать свою роль и роли других при выполнении простых движений, объясняя различия
	Задания для работы в парах и в группах	3.3.1.1 демонстрировать знание и понимание оздоровительной пользы физических упражнений, способствующих укреплению здоровья; 3.4.3.1 выполнять самостоятельно один из видов нетрадиционной двигательной активности для профилактики и коррекции собственных физических возможностей
	Игры на развитие выносливости	3.1.8.1 демонстрировать навыки и умения преодоления трудностей на различных этапах обучения двигательной деятельности; 3.2.4.1 применять знания правил и структурных приемов в ряде физических упражнений с учетом физических особенностей
6. Элементы командных игр	Игры на развитие точности и меткости	3.1.4.1 понимать, как сохранить и увеличить достигнутый уровень функциональных возможностей подвижности суставов и уметь предупредить осложнения – деформацию позвоночника и деформации здоровой конечности; 3.2.1.1 применять самостоятельно альтернативные решения в ряде двигательных идей, стратегий и планов со знанием возможностей; 3.1.8.1 демонстрировать навыки и умения преодоления трудностей на различных этапах обучения двигательной деятельности
	Развивающие игры	3.1.2.1 уметь контролировать с помощью физическое развитие: устойчивость, статическое и динамическое равновесие, ориентировку в собственном теле; 3.1.3.1 выполнять и связывать движения при выполнении различных физических упражнений, которые предусмотрены для физического развития, добившись освоения общего ритма двигательного действия; 3.3.2.1 обсуждать важность разминки и общеразвивающих упражнений
	Игры на развитие творчества в группе	3.1.7.1 определять ряд действий, пространства, динамики и связей при выполнении упражнений и оценивании; 3.4.3.1 выполнять самостоятельно один из видов нетрадиционной двигательной активности для профилактики и коррекции собственных

		физических возможностей; 3.4.5.1 понимать способы управления дыханием и уметь применять в зависимости от положения тела, разных движениях
	Эстафеты элементами баскетбола с	3.3.3.1 объяснять ряд контрольных стратегий для определения физических изменений при выполнении физической деятельности; 3.4.4.1 понимать физические изменения в процессе проведения подвижных, спортивных игр, эстафет, соревнований
4 четверть		
7. Социальные навыки через игры	Техника безопасности Коммуникативные навыки в играх	3.3.1.1 демонстрировать знание и понимание оздоровительной пользы физических упражнений, способствующих укреплению здоровья; 3.1.1.1 продолжать улучшать основные двигательные навыки, используя коррекционные и адаптивные методы при выполнении основных физических упражнений, координации движений, тренированность ловкость и сохранять равновесие
	Игры с элементами соревнования	3.2.3.1 применять знания об обмене пространством, ресурсами и идеями, осознавая важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнений; 3.3.4.1 справляться с трудностями и риском, реагируя соответствующим образом при выполнении физических упражнений
	Развитие двигательных и волевых качеств	3.2.5.1 использовать собственные и другие творческие задачи, предлагая конструктивные рекомендации; 3.4.3.1 выполнять самостоятельно один из видов нетрадиционной двигательной активности для профилактики и коррекции собственных физических возможностей
	Прогрессия самостоятельной двигательной деятельности в	3.1.2.1 уметь о контролировать с помощью физическое развитие: устойчивость, статическое и динамическое равновесие, ориентировку в собственном теле; 3.4.1.1 знать коррекцию осанки путем выполнения физических упражнений с удержанием предмета на голове, стойке у стены, ходьбе с различным положением рук; 3.4.2.1 объяснять необходимость общеразвивающих и корригирующих упражнения для укрепления мышечного корсета
8. Здоровый образ жизни через	Формирование здорового образа жизни	3.1.7.1 определять ряд действий, пространства, динамики и связей при выполнении упражнений и оценивании;

легкую атлетику		3.3.3.1 объяснять ряд контрольных стратегий для определения физических изменений при выполнении физической деятельности
	Участие в играх с бегом	3.2.2.1 демонстрировать самостоятельную и командной работы со сменой лидерства; 3.3.2.1 обсуждать важность разминки и общеразвивающих упражнений; 3.4.5.1 понимать способы управления дыханием и уметь применять в зависимости от положения тела, разных движениях
	Прыжки в длину и в высоту	3.1.6.1 обсуждать свои и чужие качества выполнения упражнений, определяя физические возможности; 3.2.4.1 применять знания правил и структурных приемов в ряде физических упражнений с учетом физических особенностей
	Эксперименты с метанием	3.2.6.1 анализировать свои творческие способности и идеи, а также других, передавая их учителю и сверстникам

5) 4 класс:  
таблица 5

Разделы	Содержание раздела	Цели обучения
1 четверть		
1. Бег, прыжки и метания	Техника безопасности Основы прыжков в длину	4.3.2.1 демонстрировать комплексы общеразвивающих упражнений и обсуждать необходимость разминки в физической деятельности; 4.1.3.1 демонстрировать повышение качества выполнения движений в различных последовательных упражнениях, способствующих физическому развитию и умению предупреждать и исправлять двигательные ошибки; 4.2.4.1 демонстрировать правила и структурные приемы при выполнении различных физических упражнений с учетом двигательных возможностей
	Обзор разминок для разных видов деятельности	4.1.4.1 демонстрировать упражнения, которые позволяют более точно регулировать амплитуду движений и силу мышечного напряжения в соответствии с субъективными ощущениями; 4.1.1.1 демонстрировать основные двигательные навыки и умения при выполнении различных физических упражнений, сохраняя равновесие; 4.4.1.1 выполнять самостоятельно физические упражнения для коррекции осанки; 4.4.3.1 понимать и реализовать нетрадиционные специально подобранные средства для

		профилактики и коррекции собственных физических возможностей
	Эксперименты с различными типами бросков и метаний	4.1.6.1 сравнивать свои и чужие двигательные возможности, определяя потенциал для лучшего выполнения физических упражнений; 4.2.1.1 демонстрировать двигательные идеи, стратегии и планы в альтернативных решениях в среде жизнедеятельности для обучающихся; 4.2.3.1 самостоятельно разделять пространство, ресурсы и идеи, осознавая важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнения
	Эстафеты с элементами легкой атлетики	4.1.5.1 применять ряд точных и эффективных навыков и последовательностей, демонстрирующих понимание о времени, пространстве и плавности выполнения движений с учетом индивидуальных особенностей физического развития; 4.2.7.1 демонстрировать чувство патриотизма и честное соперничество в индивидуальной и групповой физической деятельности
2. Упрощенные варианты спортивных игр	Игры волейбольными мячами	4.1.7.1 сравнивать собственное выполнение действий и других, объясняя и показывая ряд действий, пространства, динамики и связей; 4.4.4.1 уметь применять во время подвижных, спортивных игр, эстафет и соревнований упражнения коррекционного характера; 4.2.6.1 объединять свои творческие способности и идеи с другими для создания новых элементов, которые надо передать в разных ситуациях
	Игры спортивного характера	4.1.5.1 применять ряд точных и эффективных навыков и последовательностей, демонстрирующих понимание о времени, пространстве и плавности выполнения движений с учетом индивидуальных особенностей физического развития; 4.2.7.1 демонстрировать чувство патриотизма и честное соперничество в индивидуальной и групповой физической деятельности; 4.3.4.1 демонстрировать помощь справиться с трудностями и риском при выполнении ряда физических упражнений
	Задания несложными элементами техники	4.1.8.1 распознавать уровень сложности выполняемых упражнений, демонстрируя способность сокращения рисков при их выполнении; 4.2.5.1 объединять собственные и другие творческие задачи, предлагая конструктивные рекомендации; 4.3.5.1 сравнивать разные возможности участия в

		<p>физической деятельности и пути получения возможности участвовать в них;</p> <p>4.2.8.1 экспериментировать с различными ролями при выполнении различных движений, осознавая их различия</p>
	Основы работы в команде	<p>4.1.7.1 сравнивать собственное выполнение действий и других, объясняя и показывая ряд действий, пространства, динамики и связей;</p> <p>4.2.2.1 анализировать работу самостоятельно, в группе, попеременно обмениваясь ролями лидерства для достижения двигательных целей и коррекции двигательных функций</p>
<b>2 четверть</b>		
3. Основные элементы гимнастики	Техника безопасности Комплексы общеразвивающих упражнений	<p>4.1.2.1 демонстрировать умения самостоятельно контролировать физическое развитие и физическую подготовленность; адаптивно быстрее двигаться и изменять направление движения; выполнять коррекционные упражнения;</p> <p>4.2.1.1 демонстрировать двигательные идеи, стратегии и планы в альтернативных решениях в среде жизнедеятельности для обучающихся;</p> <p>4.4.1.1 выполнять самостоятельно физические упражнения для коррекции осанки</p>
	Простые элементы акробатики	<p>4.1.3.1 демонстрировать повышение качества выполнения движений в различных последовательных упражнениях, способствующих физическому развитию и умению предупреждать и исправлять двигательные ошибки;</p> <p>4.1.7.1 сравнивать собственное выполнение действий и других, объясняя и показывая ряд действий, пространства, динамики и связей;</p> <p>4.2.4.1 демонстрировать правила и структурные приемы при выполнении различных физических упражнений с учетом двигательных возможностей;</p> <p>4.3.5.1 сравнивать разные возможности участия в физической деятельности и пути получения возможности участвовать в них</p>
	Упражнения на гимнастических снарядах	<p>4.2.2.1 анализировать работу самостоятельно, в группе, попеременно обмениваясь ролями лидерства для достижения двигательных целей и коррекции двигательных функций;</p> <p>4.1.2.1 демонстрировать умения самостоятельно контролировать физическое развитие и физическую подготовленность; адаптивно быстрее двигаться и изменять направление движения; выполнять коррекционные упражнения</p>
	Задания с гимнастическим	4.1.4.1 демонстрировать упражнения, которые позволяют более точно регулировать амплитуду

	инвентарем	движений и силу мышечного напряжения в соответствии с субъективными ощущениями; 4.1.1.1 демонстрировать основные двигательные навыки и умения при выполнении различных физических упражнений, сохранять равновесие; 4.4.2.1 подобрать комплекс физических упражнений для укрепления мышечного корсета с использованием тренажеров; 4.4.3.1 понимать и реализовать нетрадиционные специально подобранные средства для профилактики и коррекции собственных физических возможностей
4. Казахские национальные игры	Казахские подвижные игры	4.3.2.1 демонстрировать комплексы общеразвивающих упражнений и обсуждать необходимость разминки в физической деятельности; 4.2.7.1 демонстрировать чувство патриотизма и честное соперничество в индивидуальной и групповой физической деятельности; 4.4.4.1 уметь применять во время подвижных, спортивных игр, эстафет и соревнований упражнения коррекционного характера; 4.4.5.1 демонстрировать способы управления дыханием в зависимости от положения тела и разных движениях
	Национальные интеллектуальные игры	4.1.5.1 применять ряд точных и эффективных навыков и последовательностей, демонстрирующих понимание о времени, пространстве и плавности выполнения движений с учетом индивидуальных особенностей физического развития; 4.2.6.1 объединять свои творческие способности и идеи с другими для создания новых элементов, которые надо передать в разных ситуациях; 4.3.5.1 сравнивать разные возможности участия в физической деятельности и пути получения возможности участвовать в них
3 четверть		
5. Основы лыжной / кроссовой/ коньковой подготовки	Техника безопасности Развитие компонентов физического состояния через задания	4.1.6.1 сравнивать свои и чужие двигательные возможности, определяя потенциал для лучшего выполнения физических упражнений; 4.2.3.1 самостоятельно разделять пространство, ресурсы и идеи, осознавая важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнения; 4.3.1.1 анализировать важность физической деятельности для здоровья и здорового образа жизни; 4.1.8.1 распознавать уровень сложности выполняемых упражнений, демонстрируя

		<p>способность сокращения рисков при их выполнении;</p> <p>4.3.3.1 демонстрировать ряд контрольных стратегий, чтобы увидеть определенные физические изменения во время или после выполнения физической деятельности</p>
	Польза аэробной тренировки	4.3.1.1 анализировать важность физической деятельности для здоровья и здорового образа жизни
	Задания на прохождение дистанции	<p>4.1.8.1 распознавать уровень сложности выполняемых упражнений, демонстрируя способность сокращения рисков при их выполнении;</p> <p>4.3.4.1 демонстрировать помощь справиться с трудностями и риском при выполнении ряда физических упражнений;</p> <p>4.2.4.1 демонстрировать правила и структурные приемы при выполнении различных физических упражнений с учетом двигательных возможностей</p>
6. Обучение через совместные и приключенческие задачи	Лидерство и сотрудничество с другими	<p>4.1.4.1 демонстрировать упражнения, которые позволяют более точно регулировать амплитуду движений и силу мышечного напряжения в соответствии с субъективными ощущениями;</p> <p>4.2.1.1 демонстрировать двигательные идеи, стратегии и планы в альтернативных решениях в среде жизнедеятельности для обучающихся;</p> <p>4.1.8.1 распознавать уровень сложности выполняемых упражнений, демонстрируя способность сокращения рисков при их выполнении</p>
	Обучение через совместные и приключенческие задачи	<p>4.1.2.1 демонстрировать умения самостоятельно контролировать физическое развитие и физическую подготовленность; адаптивно быстрее двигаться и изменять направление движения; выполнять коррекционные упражнения;</p> <p>4.1.3.1 демонстрировать повышение качества выполнения движений в различных последовательных упражнениях, способствующих физическому развитию и умению предупреждать и исправлять двигательные ошибки;</p> <p>4.2.5.1 объединять собственные и другие творческие задачи, предлагая конструктивные рекомендации</p>
	Развитие воображения в играх	<p>4.1.7.1 сравнивать собственное выполнение действий и других, объясняя и показывая ряд действий, пространства, динамики и связей</p> <p>4.4.3.1 понимать и реализовать нетрадиционные специально подобранные средства для</p>

		профилактики и коррекции собственных физических возможностей 4.4.5.1 демонстрировать способы управления дыханием в зависимости от положения тела и разных движениях
	Игры элементами баскетбола	с 4.3.3.1 демонстрировать ряд контрольных стратегий, чтобы увидеть определенные физические изменения во время или после выполнения физической деятельности; 4.4.4.1 уметь применять во время подвижных, спортивных игр, эстафет и соревнований упражнения коррекционного характера
4 четверть		
7. Игры на взаимодействие	Техника безопасности Развитие навыков владения мячом	4.3.1.1 анализировать важность физической деятельности для здоровья и здорового образа жизни; 4.2.4.1 демонстрировать правила и структурные приемы при выполнении различных физических упражнений с учетом двигательных возможностей
	Создание упражнений с использованием мяча	с 4.2.3.1 самостоятельно разделять пространство, ресурсы и идеи, осознавая важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнения; 4.3.1.1 анализировать и понимать важность физической деятельности для здоровья и здорового образа жизни; 4.3.4.1 демонстрировать помощь справиться с трудностями и риском при выполнении ряда физических упражнений
	Командные действия в играх	4.2.5.1 объединять собственные и другие творческие задачи, предлагая конструктивные рекомендации; 4.4.2.1 подобрать комплекс физических упражнений для укрепления мышечного корсета с использованием тренажеров; 4.4.3.1 понимать и реализовать нетрадиционные специально подобранные средства для профилактики и коррекции собственных физических возможностей
	Модифицированные игры с мячом	4.1.2.1 демонстрировать умения самостоятельно контролировать физическое развитие и физическую подготовленность; адаптивно быстрее двигаться и изменять направление движения; выполнять коррекционные упражнения; 4.4.1.1 выполнять самостоятельно физические упражнения для коррекции осанки; 4.4.5.1 демонстрировать способы управления дыханием в зависимости от положения тела и

		разных движениях
8. Знание о здоровье и приобретение навыков через практику	Компоненты физического здоровья через ряд игровых движений	4.1.7.1 сравнивать собственное выполнение действий и других, объясняя и показывая ряд действий, пространства, динамики и связей; 4.3.2.1 демонстрировать комплексы общеразвивающих упражнений и обсуждать необходимость разминки в физической деятельности; 4.3.3.1 демонстрировать ряд контрольных стратегий, чтобы увидеть определенные физические изменения во время или после выполнения физической деятельности
	Развитие здоровья и навыков бега	4.1.6.1 сравнивать свои и чужие двигательные возможности, определяя потенциал для лучшего выполнения физических упражнений; 4.2.4.1 демонстрировать правила и структурные приемы при выполнении различных физических упражнений с учетом двигательных возможностей
	Игры и эстафеты на укрепление здоровья	4.2.6.1 объединять свои творческие способности и идеи с другими для создания новых элементов, которые надо передать в разных ситуациях; 4.4.3.1 понимать и реализовать нетрадиционные специально подобранные средства для профилактики и коррекции собственных физических возможностей; 4.2.8.1 экспериментировать с различными ролями при выполнении различных движений, осознавая их различия