

Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение для
обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья
«Рубцовская общеобразовательная школа-интернат №2»

УТВЕРЖДАЮ

директор

КГБОУ «Рубцовская
общеобразовательная
школа-интернат №2»

О.А. Семион

Приказ № 234 от 03.09.2018 г.



Учебный план по АДОП 2018/19 учебный год

Название программы /Уровень сложности	Год обучения	Тема	Трудоёмкость			Итоговая аттестация	
			всего	теория	практика	теория	практика
Элективный курс «Мастерская хорошего настроения» Вводный	10 часов	Рукотворные чудеса	3	1	2	викторина	выставка работ
		Мастерская дома	3	1	2		
		Вторая жизнь вещей	3	1	2		
		Итоговое занятие	1		1		
		итого	10	3	7		
Итого объём программы			10 часов				
«Мир фантазий» Стартовый	1	Работа с бумагой (аппликация)	20	3	17	тест	Творческое задание: изготовление открытки к различным праздникам
		Ручная вышивка	30	2	28	письменный опрос	Творческое задание: вышивка салфетки с применением различных изученных декоративных швов.

		Самоделки из текстильных материалов (аппликация из ткани, простейшие мягкие игрушки, сувениры из ткани).	20	4	16	тест	Творческое задание: Изготовление простейшей мягкой игрушки
		Вязание крючком	30	4	26	викторина	Творческое задание: Вязание салфетки по схеме
		Бисероплетение	30	4	26	викторина	Творческое задание: выполнение настенного панно на заданную тему
		Работа со смешанным материалом (природный материал, кожа, замша)	10	2	8	кроссворд	Творческое задание: выполнение настенного панно на заданную тему
Итого объём программы			140 часов				
«Основы безопасности» Стартовый	1	Юный инспектор движения.	70	22	48	викторина	Практическое упражнение
		итого	70	22	48		
	1	Огонь - друг и враг человека.	70	22	48	викторина	Практические упражнения
		итого	70	22	48		
Итого объём программы			140 часов				
«Будь здоров» Стартовый	1	Общая физическая подготовка	64	2	62	Тест	Сдача контрольных нормативов: прыжки со скакалкой (кол-во раз за 1 мин.)
		Силовая подготовка	38	2	36	Тест	Сдача контрольных нормативов: подтягивания из виса на высокой перекладине (кол-во раз) (м). отжимания, из упора лежа

							(кол-во раз) (д). прыжок в длину с места (см). поднимание туловища из положения, лежа на спине руки за головой (кол-во раз).
		Кардио подготовка	38	2	36		Сдача контрольных нормативов: Кроссовый бег 1 км
		итого	140	6	134		
Итого объём программы			140 часов				
«Сильные, ловкие, смелые» Стартовый	1	Общая физическая подготовка	71	2	69	Тест	Сдача контрольных нормативов, кроссовый бег на 1 км (мин, с), подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз), согласно нормам ГТО
		Легкая атлетика	36	2	34	Тест	Сдача контрольных нормативов, прыжок в длину с места (см), прыжок в длину с разбега (см), Бег 30м (с) согласно нормам ГТО
		Спортивные игры	33	3	30	Тест	выполнять основные технические действия и приёмы игры в мини-футбол, настольный теннис, пионербол, стритбол
		итого	140	7	133		
		Итого объём программы			140 часов		

«Цветы жизни» Стартовый	1	Вводное занятие	8	2	6	тест	Практическая работа
		Комнатные растения	64	20	44	опрос	Практическая работа
		Паспортизация растений	8	-	8	тест	Практическая работа
		Флористика	-	1	1	опрос	Практическая работа
		Летние работы на цветочно-декоративном участке	24	6	18	опрос	Практическая работа
		Итого	140	46	94		
Итого объём программы			140 часов				