

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
«Школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
с.Малый Толкай»

«Утверждаю»:
к использованию в образовательном процессе
директор школы-интерната:
_____/Самойлова Т.И./
Приказ № 62/1 от 29.08.2025 г

«Рассмотрено»:
На заседании МО
Протокол № 1
от 28.08.2025 г.

Ширшова Н.В.

«Согласовано»
зам. директора по УВР

Станина Л.В.
От 29. 08.2025 г

«Принято»:
решением педагогического
совета ГБОУ с. Малый Толкай
Протокол №1 от 29.08.2025 г

**Рабочая программа
по предмету:
«Двигательное развитие»» для 9 СИПР класса
(вариант2)**

Программу составила: учитель
Верховцева В.В.

В основу разработки рабочей программы по предмету «Двигательное развитие» положена «Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью» - Под ред. Л. Б. Баряевой – СПб.: ЦДК проф. Л. Б. Баряевой, 2011.

с.Малый Толкай
2025-2026 учебный год

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа учебного предмета «Двигательное развитие» разработана на основе:

1. Закон РФ от 29 декабря 2012 г. №273 — ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

2. Приказ от 19 декабря 2013 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

3. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (АООП ОО УО 2 вариант) для 5-9 классов ГБОУ школы-интерната с.Малый Толкай.

4. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.03.2021 года №115.

5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 11.02.2002 №69 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам –образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021г № 115»

6. Санитарные правила СП 2.4.3648-20- «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 09 2020г. №28 .

7. Положение о рабочих программах отдельных учебных предметов (курсов), коррекционных курсов, внеурочной деятельности ГБОУ школы- интерната с.Малый Толкай . Приказ №59/16 от 30.08.2021 года

8. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью под редакцией Л. Б. Баряевой, Н. Н. Яковлевой. Санкт- Петербург ЦДК проф. Л. Б. Баряевой 2011.

9. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 17 марта 2025 г. № 2 “О внесении изменений в санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением

Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2”;

10. Учебный план ГБОУ школы-интерната с. Малый Толкай на 2025-2026 учебный год.

Рабочая программа «Двигательное развитие» адресована обучающимся с умеренной и тяжёлой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2), 9 СИПР (сложный) класс.

Срок реализации программы 2025-2026 учебный год.

Цель программы: восстановление и совершенствование физических и психофизических способностей обучающихся с отклонением в развитии.

задачи:

- учить детей осознанно относиться к выполнению движений;
- учить осваивать модели невербального и вербального общения, необходимого в подвижных и спортивных играх и других ситуациях;
- учить навыкам правильного дыхания;
- учить ходить и бегать в строю;
- учить правильному захвату различных по величине предметов;
- учить броскам и ловле мяча;
- учить сохранению равновесия при движении по гимнастической скамейке;
- учить целенаправленным действиям под руководством учителя в подвижных играх.

2. Общая характеристика учебного предмета

В программу по двигательному развитию для обучающихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью положена система простейших физических упражнений, направленных на коррекцию дефектов физического развития и моторики, укрепление здоровья, на выработку жизненно необходимых двигательных умений и навыков.

Дети с умеренной и тяжелой умственной отсталостью имеют интеллектуальные дефекты и значительные отклонения в физическом и двигательном развитии, что сказывается на содержании и методике уроков. Замедленность протекания психических процессов обуславливают чрезвычайную медлительность образования у них двигательных навыков. Для того чтобы обучающиеся усвоили упражнения, необходимы многократные повторения, сочетающиеся с правильным показом. Необходимо подбирать такие упражнения, которые состоят из простых, элементарных движений. В работе с такими детьми нужно помнить, что словесная инструкция, даже в сочетании с показом, не всегда бывает достаточной для усвоения упражнения. Поэтому требуется непосредственная помощь учащимся в процессе воспроизведения того или иного задания.

Учитывая вышесказанное, под физическим развитием обучающихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью следует понимать даже элементарные сдвиги и изменения в двигательной деятельности, которые

происходят в результате формирования элементарных двигательных представлений и связанных с ними логических операций.

Каждый урок по адаптивной физкультуре должен планироваться в соответствии с основными дидактическими требованиями:

- постепенным повышением нагрузки в упражнениях и переходом в конце урока к успокоительным упражнениям;
- чередованием различных видов упражнений, соответствующим возможностям обучающихся;
- учет индивидуальных особенностей каждого ученика;
- эмоциональность занятий;
- поощрение, похвала за малейшие успехи.

Урок целесообразно строить из 4 частей: вводной, подготовительной, основной, заключительной, которые должны быть методически связаны между собой.

Основной формой организации учебного процесса является:

- урок;
- урок с элементами игры;

При обучении детей с тяжёлой умственной отсталостью рекомендуется безотметочная система обучения, но мониторинг сформированности практических умений и навыков обучающихся проводится при выполнении обучающимися заданий практического характера.

Разделы курса.

1.Общеразвивающие и корригирующие упражнения

4. Описание места учебного предмета в учебном плане

Рабочая программа по предмету «Двигательное развитие» в соответствии учебным планом ГБОУ школы-интерната на 2025/2026 учебный год рассчитана на **33 часа в год - 1 час в неделю.**

Планируемые результаты освоения учебного предмета.

Личностные результаты:

- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, бережному отношению к материальным ценностям.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, физического развития;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, подвижные игры).

Базовые учебные действия:

- адекватно использовать ритуалы школьного поведения;
- организовывать своё рабочее место;

- проявлять навыки ученого поведения;
- умение выполнять задания в определённое время, от начала до конца, с определёнными параметрами.

**5. Календарно – тематическое планирование по предмету «Двигательное развитие»
на 2025-2026 уч.год (33 часов)**

№	Содержание программного материала	Кол-во часов	Дата провед ения	Планируемый результат	Средства обучения	Деятельность обучающихся	Коррекционная работа
Первое полугодие							
I четверть - 8 часов							
Общеразвивающие и корригирующие упражнения							
1-2	Мониторинг	2	4.09 11.09				
3	Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет	1	18.09	Умеют выполнять различные дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет	Спорт площадка	Выполняют дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет	Развитие умения адекватно вести себя во время занятия.
4	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях	1	25.09	Выполняют грудное, брюшное и полное дыхание под руководством учителя.	Сенсорная комната	Выполняют дыхательные упражнения в исходных положениях.	Коррекция памяти через разучивание и выполнение упражнений.
5-6	Изменение длительности дыхания.	2	02.10 09.10	Имеют представления о правилах техники выполнения дыхательных действий.	Сенсорная комната	Выполняют дыхательные упражнения под руководством учителя.	Коррекция произвольного внимания через развитие умения слушать и слышать свое дыхание, наблюдая при этом за ощущениями тела.

7-8	Дыхание при ходьбе с имитацией.	2	16.10 23.10	Имеют представления о правилах техники выполнения дыхательных действий при ходьбе	Сенсорная комната	Разучивают приемы дыхания при ходьбе с имитацией.	Коррекция произвольного внимания через развитие умения слушать и слышать свое дыхание, наблюдая при этом за ощущениями тела
Первое полугодие							
II четверть -8 часов							
Общеразвивающие и корригирующие упражнения							
9-10	Движение руками в исходных положениях.	2	06.11 13.12	Умеют самостоятельно переходить от одного задания к другому.	Сенсорная комната	Выполняют действия по образцу по подражанию.	Формирование навыков самоконтроля
11-13	Движение предплечий и кистей рук.	3	20.11 27.11 04.12	Умеют последовательно выполнять действия.	Спортзал	Выполняют действия по образцу последовательно	Корректировать недостатки общей моторики через достижение координации дыхания, движений тела.
14-15	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа.	2	11.12 18.12	Умеют последовательно выполнять действия.	Кабинет Монтессори	Выполняют упражнения под руководством учителя.	Коррекция памяти на основе упражнений в запоминании.

16	Упражнения для развития координации движений. Ходьба по залу с изменением направления.	1	25.12	Умеют ориентироваться в пространстве	Сенсорная комната	Ходьба по залу с изменением направления, с обходом кеглей и т.д.	Совершенствование двигательно-моторной координации. Коррекция гибкости, моторики.
Второе полугодие III четверть - 11 часов							
Общеразвивающие и корригирующие упражнения							
17-18	Упражнения для развития координации движений. Ходьба по залу с изменением направления.	2	15.01 22.01	Умеют ориентироваться в пространстве	Сенсорная комната	Ходьба по залу с изменением направления, с обходом кеглей и т.д.	Совершенствование двигательно-моторной координации. Коррекция гибкости, моторики.
19-21	Упражнения для мышц стоп.	3	29.01 5.02 12.02	Могут повторить упражнения за учителем.	Комната Монтессори	Выполняют простейшие задания по инструкции учителя.	Развитие зрительного восприятия. Развитие общей моторики
22-23	Упражнения с мячами – ёжиками.	2	19.02	Выполняют двигательные действия,	Спорт площадка	Выполняют упражнения под руководством учителя.	Развивать ловкость, быстроту реакции.

			26.02	использование их в игровой деятельности.			
24-25	Упражнения с различными предметами.	2	5.03 12.03	Умеют выполнять упражнения с различными предметами.	Спорт площадка	Слушают правила выполнения упражнений, разучивают основные действия с предметами.	Формировать навыки выполнения действий по словесной инструкции педагога.
26-27	Приседания. Упражнения для ног.	2	19.03 26.03	Имеют представление о	Сенсорная комната	Выполняют движения ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад. Движения стопами: поднимание, опускание, наклоны, круговые движения	Развитие общей моторики

IV четверть - 7 часов

Общеразвивающие и корригирующие упражнения

28-29	Упражнения с мячами. Захват предметов. Передача предметов.	2	9.04 16.04	Умеют последовательно выполнять действия.	Спорт площадка	Броски мяча на дальность. Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой). Ударение по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега)	Развитие зрительного восприятия. Развитие общей моторики
30-31	Броски мячей. Перекатывание мячей. Игра «Аист	2	23.04 30.04	Могут последовательно выполнять действия.	Сенсорная комната	Выполняют двигательные действия, использование их в игровой деятельности.	Развитие умения адекватно вести себя во время игры.

	ходит по болоту»						
32-34	Подвижные игры на сохранение правильной осанки: «Море волнуется», «Совушка».	3	7.05 14.05 21.05	Выполняют двигательные действия, использование их в игровой деятельности	Спорт площадка	Слушают правила выполнения игры, выполняют по команде.	Совершенствование двигательно-моторной координации.

8. СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Адаптированной основной образовательной программы общего образования, разработанной на основе ФГОС для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2)
2. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. - Под ред. Л. Б. Баряевой – СПб.: ЦДК проф. Л. Б. Баряевой, 2011.
3. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушением в развитии /Под ред. проф. Л.В. Шапковой (Коллектив авторов) — М.: «Советский спорт», 2002. (<http://pedlib.ru/Books/6/0301/6-0301-1.shtml>)