

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
"Калининская школа имени М.К.Чупилко»  
Красногвардейского района Республики Крым**

**(МБОУ «Калининская школа имени М.К.Чупилко»)**

**РАССМОТРЕНО**

Руководителем ШМО начальных  
классов

\_\_\_\_\_  
Протокол №

от «28» 08.

\_\_\_\_\_  
Н.Н.Кулик  
2025г.

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора

\_\_\_\_\_  
. от «28.» 08. 2025 г.

\_\_\_\_\_  
Н.Н.Кулик

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор

\_\_\_\_\_  
Приказ № 343-од от «29.» 08.  
2025 г.

\_\_\_\_\_  
Н.В.Кузьмич

**АДАптированная рабочая программа  
ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ОБУЧАЮЩИХСЯ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ  
(ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ)  
(Вариант 2)**

**коррекционного курса «ДВИГАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ»**

Составила: учитель Промская А.В.

## I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа коррекционного курса «Двигательное развитие» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026. (<https://clck.ru/33NMkR>).

АООП УО (вариант2) адресована обучающимся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития с учетом реализации их особых общеобразовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Коррекционный курс «Двигательное развитие» относится к коррекционно-развивающей области учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа по курсу «Двигательное развитие» в 3 классе рассчитана на 17 часов (17 учебные недели) и составляет 0,5 часа в неделю.

Адаптированная основная общеобразовательная программа определяет цель и задачи курса «Двигательное развитие».

**Цель коррекционного курса:** создание условий по обогащению сенсомоторного опыта обучающихся, поддержанию и развитию их способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

### **Задачи:**

- коррекция и компенсация нарушений физического развития; мотивация двигательной активности;
- формирование, развитие и совершенствование двигательных умений и навыков; расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений.

Коррекционно-развивающие задачи:

-коррекция наиболее распространенных дефектов (нарушение осанки, походки, слабость мышц брюшного пресса, туловища, конечностей);

-развитие координационных способностей учеников, их уровень тренированности, 5 способов выполнения упражнений (активно, с помощью, пассивно);

-коррекция и компенсация недостатков физического развития (нарушения осанки, плоскостопие, отставание в росте, в массе тела, дисплазии и т. д.);

-коррекция нарушений в движениях (нарушение координации, ориентировки в пространстве, точность в движении, равновесия и т. д.);

-устранение недостатков в развитии двигательных и иных качеств (силы, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости, прыгучести и т. д.);

-формирование здорового образа жизни и дальнейшей социализации

### **Планируемые результаты**

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- включаться в работу на занятиях к выполнению заданий;

- не мешать, при выполнении различных движений, одноклассниками;

проявлять любознательность и интерес к новым видам деятельности;

- готовиться к занятиям, занимать исходное положение, находить свое место в строю (с помощью);

- проявлять любознательность и интерес к новому.

Достаточный уровень:

- уметь слушать музыку и звучащие инструменты;

- выполнять несложные движения руками и ногами;

- активно прихлопывать и притопывать вместе с учителем;

- слушать и правильно выполнять инструкцию учителя;

- уметь слушать музыку до конца, узнавать знакомую мелодию;

- уметь начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки по сигналу.

Личностные результаты:

- развитие любознательности при выполнении заданий проблемного и эвристического характера;
- развитие внимания, настойчивости, умения преодолевать трудности, воспитание ответственности за начатое дело;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками.

### Содержание курса

Удержание головы в положении лежа на спине (на животе, на боку (правом, левом), в положении сидя. Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки). Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые». Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание. Выполнение движений плечами.

Опора на предплечья, на кисти рук. Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы), одной рукой (от груди, от уровня колен, из-за головы). Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой). Ловля мяча на уровне груди (на уровне колен, над головой). Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину. Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках). Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине».

Вставание на колени из положения «сидя на пятках». Стояние на коленях. Ходьба на коленях. Вставание из положения «стоя на коленях». Стояние с опорой (вертикализатор, костыли, трость и др.), без опоры. Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение

ноги назад. Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры), по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры), по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры). Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывания голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе). Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом). Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево). Прыжки на одной ноге. Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега).

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Наименование раздела	Количество часов
1	Общеразвивающие и корректирующее упражнения	6
2	Прикладные упражнения	5
3	Игры	6
	<b>Всего</b>	<b>17</b>

### ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата	Электронные ресурсы
1.	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые» движения.	1	11.09	<a href="https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479">https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479</a>
2.	Выполнение движений плечами	1	25.09	<a href="https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479">https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479</a>
3.	Движения пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание.	1	09.10	<a href="https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479">https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479</a>
4.	Броски мяча двумя	1	23.10	<a href="https://yandex.ru/games/?k50id=">https://yandex.ru/games/?k50id=</a>

	руками			0100000026526832599_ 26526832599&ybaip= 1&yclid=9568212002483732479
5.	Броски мяча одной рукой	1	13.11	<a href="https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479">https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479</a>
6.	Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой).	1	27.11	<a href="https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479">https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479</a>
7.	Ловля мяча двумя руками	1	11.12	<a href="https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479">https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479</a>
8.	Повороты и наклоны туловища в разных положениях	1	25.12	<a href="https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479">https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479</a>
9.	Вставание на четвереньки.	1	15.01	<a href="https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479">https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479</a>
10.	Ползание на животе (на четвереньках). костыли, трость и др.), без опоры.	1	29.01	<a href="https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479">https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479</a>
11.	Вставание на колени из положения «сидя на пятках».	1	12.02	<a href="https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479">https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479</a>
12.	Вставание из положения «стоя на коленях».	1	26.02	<a href="https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479">https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479</a>
13.	Стояние с опорой (вертикализатор	1	12.03	<a href="https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479">https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479</a>
14.	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	1	26.03	<a href="https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479">https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479</a>
15.	Ходьба по ровной	1	16.04	<a href="https://yandex.ru/games/?k50id=">https://yandex.ru/games/?k50id=</a>

	горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры)			0100000026526832599_26526832599&ybaip=1&yclid=9568212002483732479
16.	Ходьба по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры)	1	30.04	<a href="https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479">https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479</a>
17.	Ходьба по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры).	1	13.05	<a href="https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479">https://yandex.ru/games/?k50id=0100000026526832599_26526832599&amp;ybaip=1&amp;yclid=9568212002483732479</a>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 143822987360715706115079811037470648151384140662

Владелец Кузьмич Наталья Викторовна

Действителен с 21.03.2026 по 21.03.2027