


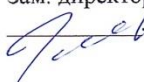
Государственное казенное  
образовательное учреждение  
Удмуртской Республики  
«Коррекционная школа № 7  
города Можги»




«Монгагарысь 7-тӥ номеро  
шонертӥсь школа»  
Удмурт Элькуньсь  
огъядӥшетонья  
кун казна ужъярт

427790, Удмуртская Республика, г. Можга, ул. Первомайская, 78  
Тел./факс 8(34139) 3-91-93, e-mail: mozkou7@mail.ru, http://ciur.ru/mzh/mzh\_mks7  
ОГРН 1021801126093, ИНН 1830011628, КПП 183901001

РАССМОТРЕНО  
на заседании ШМО  
учителей ТУУО  
Руководитель:  
 С.Н. Калинина  
Протокол № 1 от 30.08.2023 г.

СОГЛАСОВАНО  
Зам. директора по УВР  
 Д.Н. Гаврилова

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГКОУ УР «КШ № 7  
Можги»  
 О.М. Яппарова  
Приказ № 101/од от 31.08.2023г.



**Рабочая адаптированная основная  
общеобразовательная программа  
обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями)  
Вариант 2**

по Двигательному развитию

5-9 классы

Составители: Учитель: Кириллов Андрей Александрович  
Учитель: Седельников Геннадий Васильевич

2023-2024 учебный год

## **Пояснительная записка.**

Адаптированная основная общеобразовательная программа образования (далее — АООП) обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) Вариант 2 Государственного казенного общеобразовательного учреждения УР «Школа № 7 города Можги» разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта (далее — Стандарт) обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), предъявляемыми к структуре, условиям реализации и планируемым результатам освоения АООП.

Вариант 2 АООП предполагает, что обучающийся с умственной отсталостью получает образование, которое по содержанию и итоговым достижениям не соотносится к моменту завершения школьного обучения с содержанием и итоговыми достижениями сверстников, не имеющих ограничений здоровья, в пролонгированные сроки.

Обучающийся с умственной отсталостью в умеренной, тяжелой или глубокой степени, с ТМНР, интеллектуальное развитие которого не позволяет освоить АООП (вариант 1), либо он испытывает существенные трудности в ее освоении, получает образование по варианту 2 адаптированной основной общеобразовательной программы образования, на основе которой образовательная организация разрабатывает специальную индивидуальную программу развития (СИПР), учитывающую индивидуальные образовательные потребности обучающегося с умственной отсталостью.

### **Программа разработана на основании:**

- Конвенции о правах ребенка;
- Федерального закона «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» от 24.11.1995 г. №181-ФЗ (ред. от 28.12.2013г.);
- Конституции Российской Федерации;
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014г. №1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»);
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014г. №1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»);
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Приказ Минпросвещения России от 24.11.2022 N 1026 Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
- Федеральная адаптированная образовательная программа начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. N 1023 Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными

нарушениями), одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15);

- СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013г. №1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам начального, основного общего и среднего общего образования»;
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 января 2014г. № 32 «Об утверждении порядка приема граждан на обучение по образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- Распоряжения Минпросвещения России от 09.09.2019 N P-93 "Об утверждении примерного Положения о психолого-педагогическом консилиуме образовательной организации";
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 31 декабря 2015 года №1576 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 №373.
- «Санитарные правила и нормы. (СанПиН 2.42. – 2821 10) заменить на «СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (от 28.09.2020 №28)»
- Устава ГКОУ УР «КШ №7 г. Можги»
- Положения о рабочих программах учителя ГКОУ УР «КШ № 7 г. Можги».

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства детей с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся. Поэтому работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков является целью занятий.

**Основные задачи:** мотивация двигательной активности, поддержка и развитие имеющихся движений, расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений; освоение новых способов передвижения, включая передвижение с помощью технических средств реабилитации. Целенаправленное развитие движений на специально организованных занятиях, которые проводятся инструкторами лечебной физкультуры и/или учителями адаптивной физкультуры.

Развитие двигательных умений у обучающихся с детским церебральным параличом тесно связано с профилактикой возникновения у них патологических состояний. В ходе работы тело ребенка фиксируется в таких позах (горизонтальных, сидячих, вертикальных), которые снижают активность патологических рефлексов, обеспечивая максимально комфортное положение ребенка в пространстве и возможность реализации движений. Придание правильной позы и фиксация обеспечивается при помощи специального оборудования и вспомогательных приспособлений с соблюдением индивидуального режима. Такая работа организуется в физкультурном зале, в классе и дома в соответствии с рекомендациями врача-ортопеда и специалиста по лечебной

физкультуре. Обеспечение условий для придания и поддержания правильного положения тела создает благоприятные предпосылки для обучения ребенка самостоятельным движениям, действиям с предметами, элементарным операциям самообслуживания, способствует развитию познавательных процессов.

### **Примерное содержание коррекционных занятий**

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, захлестывая 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).

### **Предметные результаты**

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (вариант 2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

Возможные предметные результаты освоения АООП заносятся в СИПР с учетом индивидуальных возможностей и специфических образовательных потребностей обучающихся, а также специфики содержания предметных областей и конкретных учебных предметов.

1) *Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений.*

- Освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в т.ч. с использованием технических средств).

- Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.

- Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.
  - Умение радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал и др.
- 2) *Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью.*
- Умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения, др.
- 3) *Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: подвижные игры, ходьба на лыжах.*
- Интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: подвижные игры, ходьба на лыжах.

#### На изучение коррекционного курса «Двигательное развитие»:

Класс	Количество часов (в неделю)	Количество учебных недель	Количество часов (за год)
5 год обучения	1ч	<b>34 уч. недель</b>	34ч
6 год обучения	1ч		34ч
7 год обучения	1ч		34ч
8 год обучения	1ч		34ч
9 год обучения	1ч		34ч

#### Тематический план 5 год обучения.

Раздел	Тема	Кол-во часов	Изучение нового	Контроль
1	Вводный	1	1	-
2	Дыхательные упражнения	8	8	-
3	Упражнения для кистей рук	6	6	-
4	Ритмические упражнения	2	2	-
5	Упражнения для мышц шеи и головы	1	1	-
6	Упражнения для мышц туловища	2	2	-
7	Упражнения для мышц ног	6	6	-
8	Ритмические упражнения	2	2	-
9	Ходьба и бег	5	5	-
	Итого:	34	34	-

#### Тематический план 7-8 года обучения.

Раздел	Тема	Кол-во часов	Изучение нового	Контроль
1	Вводный	1	1	-
2	Дыхательные упражнения	8	8	-
3	Упражнения для кистей рук	6	6	-
4	Ритмические упражнения	2	2	-
5	Упражнения для мышц шеи и головы	1	1	-

6	Упражнения для мышц туловища	2	2	-
7	Упражнения для мышц ног	6	6	-
8	Ритмические упражнения	2	2	-
9	Ходьба и бег	5	5	-
	Итого:	34	34	-

<b>Наименование</b>	<b>Календарно-тематическое планирование</b>			
<b>Предмет</b>	<b>Двигательное развитие</b>			
<b>Параллель</b>	<b>5 год обучения</b>			
<b>Наименование раздела</b>	<b>Номер урока</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Планируемый результат</b>	<b>Домашнее задание</b>
1 Вводный	1	Правила техники безопасности на уроках двигательного развития	Ознакомление с техникой безопасности на уроках	повторить
2 Дыхательные упражнения	2	Дыхательные упражнения под хлопки	Правильное выполнение дыхательных упражнений	повторить
	3	Дыхательные упражнения под счет	Правильное выполнение дыхательных упражнений	повторить
	4	Грудное, брюшное и полное дыхание	Правильное выполнение дыхательных упражнений	повторить
	5	Грудное, брюшное и полное дыхание	Правильное выполнение дыхательных упражнений	повторить
	6	Изменение длительности дыхания	Правильное выполнение дыхательных упражнений	повторить
	7	Изменение длительности дыхания	Правильное выполнение дыхательных упражнений	повторить
	8	Дыхание при ходьбе	Правильное выполнение дыхательных упражнений	повторить
	9	Дыхание при ходьбе	Правильное выполнение дыхательных упражнений	повторить

3 Упражнения для кистей рук	10	Движение руками в исходных положениях	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	11	Движение руками в исходных положениях	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	12	Движение предплечий и кистей рук	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	13	Движение предплечий и кистей рук	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	14	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	15	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
4 Ритмические упражнения	16	Хлопки в ладоши с изменением темпа	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	17	Хлопки в ладоши с изменением темпа	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
5 Упражнения для мышц шеи и головы	18	Наклоны головы	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
6 Упражнения для мышц туловища	19	Наклоны туловища	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	20	Наклоны туловища	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
7 Упражнения для мышц ног	21	Сгибание стопы	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить



	22	Сгибание стопы	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	23	Перекаты с носков на пятку	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	24	Перекаты с носков на пятку	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	25	Приседания	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	26	Приседания	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
8 Ритмические упражнения	27	Отстукивание и отхлопывание разного темпа	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	28	Отстукивание и отхлопывание разного темпа	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
12 Повторение	29	Повторение пройденных упражнений	Закрепление полученных умений	повторить
9 Ходьба и бег	30	Ходьба ровным шагом	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	31	Ходьба ровным шагом	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	32	Ходьба по кругу, взявшись за руки	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	33	Ходьба по кругу, взявшись за руки	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	34	Ходьба на носках	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить

			учителя	
--	--	--	---------	--

<b>Наименование</b>	<b>Календарно-тематическое планирование</b>			
<b>Предмет</b>	<b>Двигательное развитие</b>			
<b>Параллель</b>	<b>7-8 год обучения</b>			
<b>Наименование раздела</b>	<b>Номер урока</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Планируемый результат</b>	<b>Домашнее задание</b>
1 Вводный	1	Правила техники безопасности на уроках двигательного развития	Ознакомление с техникой безопасности на уроках	повторить
2 Дыхательные упражнения	2	Дыхательные упражнения под хлопки	Правильное выполнение дыхательных упражнений	повторить
	3	Дыхательные упражнения под счет	Правильное выполнение дыхательных упражнений	повторить
	4	Грудное, брюшное и полное дыхание	Правильное выполнение дыхательных упражнений	повторить
	5	Грудное, брюшное и полное дыхание	Правильное выполнение дыхательных упражнений	повторить
	6	Изменение длительности дыхания	Правильное выполнение дыхательных упражнений	повторить
	7	Изменение длительности дыхания	Правильное выполнение дыхательных упражнений	повторить
	8	Дыхание при ходьбе	Правильное выполнение дыхательных упражнений	повторить
	9	Дыхание при ходьбе	Правильное выполнение дыхательных упражнений	повторить

3 Упражнения для кистей рук	10	Движение руками в исходных положениях	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	11	Движение руками в исходных положениях	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	12	Движение предплечий и кистей рук	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	13	Движение предплечий и кистей рук	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	14	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	15	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
4 Ритмические упражнения	16	Хлопки в ладоши с изменением темпа	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	17	Хлопки в ладоши с изменением темпа	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
5 Упражнения для мышц шеи и головы	18	Наклоны головы	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
6 Упражнения для мышц туловища	19	Наклоны туловища	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	20	Наклоны туловища	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
7 Упражнения для мышц ног	21	Сгибание стопы	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить

	22	Сгибание стопы	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	23	Перекаты с носков на пятку	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	24	Перекаты с носков на пятку	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	25	Приседания	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	26	Приседания	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
8 Ритмические упражнения	27	Отстукивание и отхлопывание разного темпа	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	28	Отстукивание и отхлопывание разного темпа	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
12 Повторение	29	Повторение пройденных упражнений	Закрепление полученных умений	повторить
9 Ходьба и бег	30	Ходьба ровным шагом	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	31	Ходьба ровным шагом	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	32	Ходьба по кругу, взявшись за руки	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	33	Ходьба по кругу, взявшись за руки	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить
	34	Ходьба на носках	Правильное выполнение инструкций учителя	повторить

			учителя	
--	--	--	---------	--

### **Материально-техническое оснащение.**

Материально-техническое оснащение учебного предмета предусматривает как обычное для спортивных залов школ оборудование и инвентарь, так и специальное адаптированное оборудование для детей с различными нарушениями развития, включая инвентарь для подвижных и спортивных игр и др.

Материально-техническое оснащение учебного предмета «Двигательное развитие» включает:

- дидактический материал: изображения (картинки, фото, пиктограммы) спортивного, инвентаря;
- альбомы с демонстрационным материалом в соответствии с темами занятий;
- спортивный инвентарь: маты, батуты, гимнастические мячи разного диаметра, гимнастические скамейки, гимнастические лестницы, обручи, кегли, мягкие модули различных форм, гимнастические коврики, корзины, футбольные, волейбольные, баскетбольные мячи.

**Приложение к рабочей программе по коррекционному курсу «Двигательное развитие» в рамках реализации модуля «Школьный урок» 6-7 год обучения:**

Уровень	Методы, формы и приемы организации урочной деятельности
Целевые приоритеты	
<p>установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;</p>	<p>-поощрение -поддержка -похвала -просьба -поручение - ролевая и учебная игра</p>
<p>привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;</p>	<p>-урок – обсуждение - урок - диалог</p>
<p>побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p>	<p>урок –беседа -ролевая игра -беседы - обсуждения норм и правил поведения - работа в парах - групповая игра</p>
<p>использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе</p>	<p>-ролевые игры -урок –обсуждение - урок - диалог</p>
<p>включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;</p>	<p>-экскурсия -ролевые игры - урок - диалог - работа в парах - групповая игра</p>