

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство Свердловской области
Управление образования Артемовского муниципального округа
МБОУ "СОШ № 16"

Рассмотрено
на заседании
педагогического совета
МБОУ «СОШ № 16»
«29» августа 2025 г.
Протокол № 82

Утверждено
Приказ № 95/14
от «01» сентября 2025 г.
И.о. директора МБОУ «СОШ № 16»
_____ Ковалева Н.А.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета «Двигательное развитие»
для обучающихся 8 класса ОВЗ (Вариант 2)

Сосновый Бор 2025

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по адаптированной общеобразовательной программе для обучающихся с умственной
отсталостью
(интеллектуальными нарушениями) (вариант 2) в условиях обучения на дому

Предмет	Двигательное развитие
Учебный год	2025-2026
Класс	8 Г
Количество часов в год	34 часа
Количество часов в неделю	1

Учитель: Жигулева Ирина Александровна

Пояснительная записка

к рабочей программе «Двигательное развитие» для обучающихся
с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 8 класса

Рабочая программа для обучающихся 8 класса разработана на основе требований к результатам освоения адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с умственной отсталостью (вариант 2), программы формирования универсальных учебных действий. Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и примерной адаптированной основной образовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Общая характеристика предмета

Программа «Двигательное развитие» учитывает особенности психических, физических и двигательных данных обучающегося с УО (интеллектуальными нарушениями), способствует физическому развитию, формирует основы изучаемых двигательных умений и навыков, определяет оптимальный объем знаний и умений по курсу, который доступен обучающемуся с УО (интеллектуальными нарушениями). Обучение ребенка самостоятельным движениям, действиям с предметами, элементарным операциям самообслуживания, способствует развитию познавательных процессов. Программа учитывает особенности физического и психического развития и деятельности обучающегося с УО, способствует его физическому и умственному развитию. Коррекционные занятия помогают учителю обучать ребенка таким жизненно важным двигательным навыкам, как ходьба, бег, прыжки и метания и их совершенствование осуществляется на основе развития у ребенка быстроты, ловкости, гибкости, силы и выносливости, а также использования в занятиях специальных подводящих упражнений.

В процессе физического воспитания необходимо добиваться решения конкретных задач:

- учить ориентироваться в зале по конкретным ориентирам (вход, стены, потолок, пол, углы);
- учить простейшим исходным положениям при выполнении общеразвивающих упражнений и движению в различных пространственных направлениях (вперед, назад, в сторону, вверх, вниз);
- учить навыкам правильного дыхания (по показу учителя);
- учить выполнению простейших заданий по словесной инструкции учителя;
- прививать навыки координации движения толчка двумя ногами в различных видах прыжков;
- обучать мягкому приземлению в прыжках;
- учить прыжку толчком одной ноги и приземлению на две ноги;
- учить правильному захвату различных по величине предметов, передаче и переноске их;
- учить метаниям, броскам и ловле мяча;
- учить выполнять простейшие упражнения в определенном ритме;
- учить сохранению равновесия при движении по гимнастической скамейке;

- учить преодолению простейших препятствий;
- учить целенаправленным действиям под руководством учителя в подвижных играх.

Целенаправленное двигательное развитие в рамках курса происходит на специально организованных занятиях. Форма организации деятельности: индивидуальная. В образовании детей с ОВЗ особое значение придается практической стороне специального образования - развитию жизненной компетенции. Компонент жизненной компетенции рассматривается как овладение знаниями и навыками, уже сейчас необходимыми обучающимся в обыденной жизни. Формируемая жизненная компетенция обеспечивает развитие отношений с окружением в настоящем. Применяются следующие приёмы и методы обучения: беседа, объяснение, сравнение, упражнение, демонстрация, наблюдение.

Целью занятий является обогащение сенсомоторного опыта, поддержание и развитие способности к движению через целенаправленное обучение и тренировку функциональных двигательных навыков.

Задачи:

- поддержание жизненно важных функций организма (дыхание, работа сердечно-сосудистой системы, мышечной и других физиологических систем);
- улучшение качества имеющихся движений, предупреждение их нарушений;
- стимуляция появления новых движений;
- обучение переходу из одной позы в другую;
- развитие и закрепление функционально важных навыков, необходимых для использования в повседневной жизни;
- мотивация двигательной активности

Описание места учебного предмета в учебном плане

Уроки по предмету «Двигательное развитие» проводятся в 8 классе 1 раз в неделю.

Четверть	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	Год
Кол-во часов	8 часов	8 часов	10 часов	8 часов	34 часа

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

В основу обучения положена система простейших физических упражнений, направленных на коррекцию дефектов физического развития и моторики, укрепление здоровья, выработку жизненно необходимых двигательных умений и навыков у учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью.

Планируемые результаты освоения курса

Личностные, предметные результаты освоения коррекционного курса

Ожидаемые предметные результаты:

1. Знание частей тела человека.
2. Знание элементарных видов движений.
3. Умение выполнять исходные положения.
4. Умение бросать, перекладывать, перекатывать мячи.
5. Умение управлять дыханием.
6. Освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться с помощью учителя.

7. Освоение двигательных навыков, последовательности движений с помощью учителя, развитие координации
8. Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости с помощью учителя.
9. Умение радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал и др. с помощью учителя
10. Интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: подвижные игры, физическая подготовка с помощью учителя

Базовые учебные действия.

Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся: - входить и выходить из спортзала со звонком; - ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения), пользоваться учебной мебелью, спортивным инвентарем; - адекватно использовать ритуалы школьного поведения; - принимать цели и произвольно включаться в деятельность; - передвигаться по школе, находить свой класс, спортзал, другие необходимые помещения.

Личностные: осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями; самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей; понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в обществе; готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе. Потребность в занятиях физической культуры Установка на здоровый образ жизни и реализация ее в реальном поведении и поступках; Стремление заботиться о своем здоровье.

Содержание учебного предмета

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. Дети с ТМНР отличаются не только крайне замедленным темпом психомоторного развития, но и явными нарушениями физического статуса. Степень тяжести этих нарушений усугубляется общим недоразвитием двигательного опыта, бедной организацией произвольных движений, скованностью и напряженностью мышечного тонуса. У многих детей отмечаются нарушения осанки, сколиоз, деформации костно-мышечной системы, изменения формы стопы, контрактуры конечностей. Развитие двигательных умений у обучающихся с нарушениями ОДА тесно связано с профилактикой возникновения у них патологических состояний. Вследствие органического поражения ЦНС у детей с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР процессы двигательных и других функций нарушены или искажены.

Выраженные нарушения сенсорно-перцептивных процессов, преобладающие в структуре нарушений при тяжелой и глубокой умственной отсталости, усугубляют восприятие ребенком собственного тела, что дополнительно затрудняет произвольное овладение движениями и их синхронизацию. Сложность и многообразие нарушений моторных функций в сочетании с тяжелыми формами психического недоразвития выдвигают определенные требования к организации учебной среды и междисциплинарному взаимодействию специалистов.

Физическое сопровождение включает в себя правильно организованное рабочее место, индивидуальный ортопедический режим, использование техник и приемов перемещения. Физическое сопровождение должно органично сочетаться с другими

коррекционными мероприятиями и учитываться при определении режима деятельности учащегося.

Тематическое планирование программы «Двигательное развитие»

Деятельность педагога с учетом Программы воспитания школы:

Гражданское:

- формировать российскую гражданскую идентичность в поликультурном, многонациональном и многоконфессиональном российском обществе, в современном мировом сообществе.
- развивать уважение, ценностное отношение к государственным символам России, праздникам, традициям народа России.
- развивать ценностное отношение к прошлому, настоящему и будущему народа России, тысячелетней истории российской государственности.
- формировать готовность к выполнению обязанностей гражданина России, реализации своих гражданских прав и свобод.
- ориентировать на участие на основе взаимопонимания и взаимопомощи в разнообразной социально значимой деятельности, в том числе гуманитарной (добровольческие акции, помощь нуждающимся и т.п.).
- инициировать и поддерживать участие в жизни класса, школы (в том числе самоуправления), местного сообщества, родного края.
- формировать неприятие любой дискриминации граждан, проявлений экстремизма, терроризма, коррупции в обществе.

Патриотическое:

- формировать этнокультурную идентичность, любовь к своему народу, его традициям, культуре.
- развивать уважение, ценностное отношение к историческому и культурному наследию своего и других народов России, символам, праздникам, памятникам, традициям народов, проживающих в родной стране.
- побуждать осознавать себя патриотом своего народа и народа России в целом, свою общероссийскую культурную идентичность.
- побуждать проявлять интерес к познанию родного языка, истории, культуры своего народа, своего края, других народов России.
- развивать ценностное отношение к боевым подвигам, трудовым достижениям своих земляков, жителей своего края, народа России, героев и защитников Отечества в прошлом и современности.
- развивать ценностное отношение к достижениям нашей общей Родины – России в науке, искусстве, спорте, технологиях.

Духовно-нравственное:

- развивать ценностное отношение к основам духовно-нравственной культуры своего народа, других народов России.
- развивать готовность оценивать свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиций традиционных российских духовно-нравственных, социокультурных ценностей и норм с учетом осознания последствий поступков.
- ориентировать на традиционные духовные ценности и моральные нормы народов России, российского общества в ситуациях нравственного выбора.
- развивать неприятие аморальных, асоциальных поступков, поведения, противоречащих традиционным в России духовно-нравственным ценностям и нормам.

- формировать ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства.
- развивать понимание ценности межрелигиозного, межнационального согласия людей, граждан, народов в России, умение общаться с людьми разных народов, вероисповеданий.
- развивать уважительное отношение к религиозным традициям и ценностям народов России, религиозным чувствам сограждан.
- развивать уважение к старшим, к российским традиционным семейным ценностям, институту брака как союзу мужчины и женщины для создания семьи, рождения и воспитания детей.
- развивать нравственные и эстетические чувства к родному языку, русскому языку и литературе как части духовной культуры своего народа, российского общества, устойчивый интерес к чтению.

Эстетическое:

- развивать восприимчивость к разным видам искусства, понимание его эмоционального воздействия, влияния на душевное состояние и поведение людей.
- развивать ценностное отношение к художественному творчеству своего и других народов, его значение в культуре.
- развивать понимание значения художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения в современном обществе, значения нравственных норм, ценностей, традиций в искусстве.
- развивать понимание ценности отечественного и мирового художественного наследия, роли народных традиций и народного творчества в искусстве.
- ориентировать на самовыражение в разных видах искусства, художественном творчестве.

Физическое:

- развивать ценностное отношение к жизни, здоровью и безопасности человека в обществе, к сохранению здоровья своего и других людей.
- формировать здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность).
- формировать неприятие вредных привычек (курение, употребление алкоголя, наркотиков, игровая и иные формы зависимостей), понимание их последствий, вреда для физического и психического здоровья.
- формировать знание о правилах безопасности, в том числе безопасного поведения в информационной, интернет-среде.
- развивать умение адаптироваться к стрессовым ситуациям, меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысляя собственный опыт.
- развивать умение осознавать эмоциональное состояние своё и других людей, стремление управлять собственным эмоциональным состоянием.
- развивать первоначальные навыки рефлексии физического состояния своего и других людей, готовность оказывать первую помощь себе и другим людям.

Трудовое:

- развивать ценностное отношение к труду, результатам трудовой деятельности своей и других людей.
- формировать готовность к участию в решении практических трудовых дел, задач (в семье, школе, своей местности) технологической и социальной направленности, способный инициировать, планировать и выполнять такого рода деятельность.

- развивать интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода на основе изучаемых предметных знаний.
- формировать понимание важности обучения труду, накопления навыков трудовой деятельности на протяжении жизни для успешной профессиональной самореализации в обществе.
- формировать умение понимать необходимость человека адаптироваться в профессиональной среде в условиях современного технологического развития, готовность к адаптации.
- формировать понимание необходимости осознанного выбора и построения индивидуальной траектории образования и жизненных планов получения профессии, трудовой деятельности с учетом личных и общественных интересов и потребностей.

Экологическое:

- ориентировать на применение знаний естественных и социальных наук для решения задач в области охраны окружающей среды, планирования своих поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды.
- формировать понимание глобального характера экологических проблем, путей их решения, значение экологической культуры в современном мире.
- формировать неприятие действий, приносящих вред природе, окружающей среде.
- развивать ответственность как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред.
- Инициировать и поддерживать готовность к участию в практической деятельности экологической, природоохранной направленности.

Познавательное:

- развивать познавательные интересы в разных предметных областях с учетом индивидуальных способностей, достижений.
- ориентировать на систему научных представлений о закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой.
- развивать личные навыки использования различных средств познания, накопления знаний о мире (языковая, читательская культура, деятельность в информационной, цифровой среде).

развивать умение демонстрировать навыки наблюдений, накопления фактов, осмысления опыта в естественнонаучной и гуманитарной областях познания, навыки исследовательской деятельности.

№ п/п	Наименование темы	Количество часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1.	Восприятие собственного тела Восприятие вестибулярных/кинестетических раздражителей Восприятие тела как единого целого Восприятие различных частей тела	8	Представления о своем теле, его строении, о своих двигательных возможностях, правилах здорового образа жизни (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена).
2.	Обучение двигательным действиям Контроль положения	8	Выполнение упражнений

	головы Контроль тела в положении лежа		
3.	Развитие физических способностей Развитие чувства ритма Развитие выносливости Развитие гибкости Развитие функции руки	10	Выполнение упражнений
4.	Знакомство с предметами с помощью рук Обучение функциональным действиям руками	8	Выполнение упражнений

Материально-техническое обеспечение коррекционного курса

1. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубоко умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями развития (вариант 2).

2. Интернет ресурсы.

Технические средства обучения

1. Компьютер, мультимедийное оборудование.

2. Многофункциональное устройство принтер-сканер-копир (чёрно-белый).

Учебно-практическое оборудование

-Мяч набивной;

-Сюжетные картинки;

-Спортивный инвентарь, колокольчик.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 275152970271060640478711546600923288287568428897

Владелец Березина Анна Николаевна

Действителен с 30.10.2024 по 30.10.2025