

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЛЕСНОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА»  
САКСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР  
МБОУ «Лесновская  
средняя школа»

\_\_\_\_\_ Н.А. Седова  
подпись            инициалы, фамилия  
30 августа            2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ  
«Лесновская средняя школа»

\_\_\_\_\_ А.Ю.Орден  
подпись            инициалы, фамилия  
Приказ от 30 августа 2023 г.  
№ 322

**АДАптированная рабочая программа**

Предмет Двигательное развитие

Учитель: Романенко Ольга Александровна

Ф.И.О. учителя-разработчика

**Класс 6Б**

**2023/2024 учебный год**

Количество часов:

Всего 34 часа; в неделю 1 час

Рабочая программа разработана на основе: АООП обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), Приказ №1026 от 24.11.2022г.

Лесновка, 2023г.

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2). У большинства детей с тяжёлыми и множественными нарушениями развития (ТМНР) имеются грубые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся.

**Цель занятий:** работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

### Основные задачи:

- мотивация двигательной активности;
- поддержка и развитие имеющихся движений;
- расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений.

## 2. Планируемые результаты освоения «Коррекционно-развивающих занятий»

В соответствии с требованиями ФГОС к адаптированной основной общеобразовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2 для обучающихся с умственной отсталостью) **результативность обучения может оцениваться только строго индивидуально с учетом особенностей психофизического развития и особых образовательных потребностей обучающегося.**

### *Возможные результаты:*

- -овладение начальными навыками адаптации в классе;
- развитие мотивов учебной деятельности;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие элементарных пространственных понятий;
- знание частей тела человека;
- знание элементарных видов движений;
- умение выполнять исходные положения;
- умение бросать, перекладывать, перекатывать;
- умение управлять дыханием.

### 3.Содержание учебного курса

№ урока	Название темы	Необходимое количество часов для ее изучения
<b>Укрепление мышц спины</b>		<b>5</b>
1	Игровые упражнения на формировании правильной осанки.	1
2	Формирование знаний о положении тела при правильной осанке.	1
3	Упражнения на коврике на укрепление мышц спины.	1
4	Комплекс ОРУ для мышц спины. Комплекс упражнений с гимнастическими палками для мышц спины.	1
5	Формирование правильной осанки Дыхательные упражнения в образном оформлении.	1
<b>Укрепление мышц брюшного пресса</b>		<b>4</b>
6	Упражнения для укрепления брюшного пресса.	1
7	Упражнение с гимнастическим мячом.	1
8	Комплекс упражнений для укрепления мышц брюшного пресса.	1
9	Комплекс упражнений с гимнастической палкой.	1
<b>Профилактика и коррекция стоп</b>		<b>3</b>
10	Упражнения для развития стоп: «Ходьба», «Лошадка».	1
11	Комплекс ОРУ для стоп.	1
12	Легкий бег на носках. Ходьба с имитацией походки птиц.	1
<b>Развитие и укрепление плечевого пояса</b>		<b>4</b>
13	Упражнения для развития плечевого пояса.	1
14	Силовые упражнения в игровой форме у стены.	1
15	ОРУ для укрепления плечевого пояса.	1
16	Комплекс упражнений с гимнастической палкой.	1
<b>Укрепление мышц тазового пояса, бёдер, ног</b>		<b>9</b>
17	Упражнения в равновесии, «Елочка», «Зайчик».	1
18	Упражнения в равновесии, «Елочка», «Зайчик», «Бабочка».	1
19	ОРУ для укрепления мышц тазового пояса.	1
20	ОРУ для укрепления мышц бёдер.	1

21	ОРУ для укрепления мышц ног.	1
22	Ходьба и бег с заданием.	1
23	Легкий бег.	1
24	Легкий бег, прыжковые упражнения.	1
25	Повторение.	1
<b>Развитие вестибулярного аппарата</b>		<b>5</b>
26	Упражнения в равновесии. Стойка с закрытыми глазами.	1
27	Игры на развитие равновесия. Стойка с закрытыми глазами.	1
28	Игры на развитие равновесия.	2
29	Ходьба по прямой линии, по кубикам.	1
<b>Оздоровительная гимнастика</b>		<b>4</b>
30	Дыхательная гимнастика.	1
31	Упражнения на мелкую моторику.	1

### Тематический план

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов
1	Укрепление мышц спины.	5
2	Укрепление мышц брюшного пресса	4
3	Профилактика и коррекция стоп.	3
4	Развитие и укрепление плечевого пояса.	4
5	Укрепление мышц тазового пояса, бёдер, ног.	9
6	Развитие вестибулярного аппарата.	5
7	Оздоровительная гимнастика.	4
<b>Итого:</b>		<b>34</b>



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 504074246255880625918708617174458765454418972480

Владелец Орден Анна Юрьевна

Действителен с 25.05.2023 по 24.05.2024