

**ШАМИНА
ЛЮБОВЬ
НИКОЛАЕВНА**

Подписано
цифровой подписью:
ШАМИНА ЛЮБОВЬ
НИКОЛАЕВНА

Дата: 2026.10.08

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
основная общеобразовательная школа № 607
Пушкинского района Санкт-Петербурга

Принята на заседании педагогического совета ГБОУ школа № 607
Протокол № 1 от 31.08.2026г.

«Согласовано» _____ Заместитель директора ГБОУ школы № 607 Дворянкина Е. В.	«Утверждаю» _____ Директор ГБОУ школы № 607 Шамина Л. Н. Приказ № 64/З от 31.08.2026г.
--	---

**Рабочая программа
по предмету
«Адаптивная физкультура»
обучающегося 6-Б класса**

Срок реализации 2026-2027 учебный год

Автор-разработчик:
Учитель класса «Особый ребенок» (инд. обучение)

Санкт-Петербург
2026

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Адаптивная физкультура» 6 год обучения класса «Особый ребенок» разработана на основе проекта программы «Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью» под редакцией Баряевой Л. Б. и Яковлевой Н. Н., допущенной к использованию в образовательных учреждениях Научно-методическим экспертным советом Санкт-Петербургской академии постдипломного педагогического образования 19.09.2012 года.

Место предмета в учебном плане:

Рабочая программа в соответствии с учебным планом ГБОУ школы № 607 на 2026-2027 учебный год рассчитана на 17 часов 1 раз в 2 недели, исходя из 34 учебных недель в году. Возможно уменьшение количества часов на изучение некоторых разделов программы в зависимости от выпадения уроков на праздничные дни и за счет уроков повторения. Контроль сформированности БУД (базовых учебных действий) проводится по итогам освоения АООП УО по полугодиям.

Форма контроля: индивидуальная; **методы контроля:** наблюдение, по результату, пооперационный, рефлексивный, диагностика обученности по предмету «Адаптивная физкультура».

Характеристика учащегося:

При разработке адаптированной образовательной программы учитывались индивидуальные психофизиологические особенности обучающегося:

Даниял Б.— интеллектуальная недостаточность, речь не сформирована, обращенную речь понимает в узко-бытовой ситуации, проявляет интерес к окружающему миру, слушает стихи, сказки, рассматривает иллюстрации, энциклопедию, все задания по предмету выполняет совместно с учителем, малоподвижен, передвигается с использованием индивидуальной коляски, не ходит, не стоит, моторика рук слабо развита.

Коррекционная направленность реализации программы обеспечивается через использование в образовательном процессе специальных методов и приемов, создание специальных условий. При построении урока делается акцент на неоднократные повторения и закрепление учебного материала. Необходимо создать положительный эмоциональный фон, положительное эмоциональное отношение ребенка к занятию. Эффективно используются различного рода игровые ситуации, дидактические игры, игровые упражнения.

Предполагаемые результаты освоения программы обучающимися:

Личностные результаты:

- осознание себя в ситуации «здесь и сейчас», в пространстве, своей принадлежности к определённому полу, как «Я».
- социально-эмоциональное участие доступным способом в процессе общения и совместной деятельности.
- владение правилами поведения в учебной ситуации.
- доброжелательность, эмоциональная отзывчивость по отношению к другим, понимание и сопереживание чувствам других;
- владение навыками сотрудничества с взрослыми и детьми в разных социальных ситуациях доступным образом.
- владение алгоритмом действий в игровой, учебной, бытовой ситуации.

Предметные результаты:

1) минимальный уровень

- умение осуществлять доступным способом практическое исследование объектов.

-умение координировать работу различных анализаторов - зрительно-моторная, акустико-моторная, зрительно – акустико - моторная координация.
-закрепление умения осуществлять зрительный контроль за действиями рук и движениями крупной моторики.

-умение узнавать знакомые объекты и знакомых.

-умение наблюдать за объектами, вызывающими интерес.

2) достаточный уровень

-умение производить отдельные доступные действия

- умение узнавать предмет

- умение выделять предмета и выполнять манипуляции с ним

-умение придерживаться правил подвижных игр и следовать инструкции учителя,

- научиться выполнять мелкие дифференцированные движения пальцами рук; развитие общей и тонкой моторики.

1.5. Используемые педагогические технологии:

- **игровая деятельность** (ведущая при обучении детей с ТМНР, обучение выстраивается с элементами игры, с привлечением их личного жизненного опыта);

- **технология личностно - ориентированного подхода** (основывается на учете индивидуальных особенностей обучаемых, которые рассматриваются как личности, имеющие свои характерные черты, склонности и интересы)

- **здоровьесберегающая технология** (обеспечивает обучаемому возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, формирование у него необходимых знаний, умений, навыков по здоровому образу жизни. Чередование видов деятельности на занятии, которое помогает сохранять интерес к деятельности, обучающиеся не утомляются, сохраняется мотивация к обучению);

- **технологии интегрированного обучения** (тема по предмету так же изучается на уроках окружающего природного мира, и на уроках речи и альтернативной коммуникации, и на уроках изобразительной деятельности, и во внеурочной деятельности, и на коррекционно-развивающих занятиях в предметно-практической деятельности);

- **информационно-компьютерные технологии** (применяется при объяснение нового материала с использованием компьютерной презентации как источника учебной информации и наглядного пособия.).

- **ДОТ. Реализация рабочей программы возможна с использованием дистанционных образовательных технологий (ДОТ).** В обучении с применением ДОТ используются следующие организационные формы учебной деятельности: урок (в режиме online или offline), видео-урок, презентация, консультация для родителей, практическое занятие.

1.6. Используемый учебно-методический комплект, включая электронные ресурсы, а также дополнительно используемые информационные ресурсы.

Используемые учебники:

Физическая культура Лях В. И. 1-4 кл. - М.: Просвещение. 2016

Дополнительная литература:

Пособия для учителя:

1.Асикритов А. Я Программа обучения учащихся с умеренной умственной отсталостью по адаптивной физической культуре в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида (1-9 класс) — СПб ВЛАДОС. Северо – Запад, 2013.

2.БаряеваЛ. Б., Бойков Д. И, Липакова В. И и др. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью / Под. ред. Л. Б. Баряевой, Н. Н. Яковлевой. — СПб ЦДК проф. Л. Б. Баряевой, 2011.

3. Галнгузова Л. Я, Мещерякова С. Ю. Педагогика детей раннего возраста. — М.: ВЛАДОС, 2007.

Пособия для учащихся:

1. Музыкальная гимнастика для пальчиков: Сост. М. Ковалевская, худ. А. Веселов. — СПб.: Союз художников, 2007.
2. Образовательная программа "Сенсорная стимуляция детей и подростков с глубокой умственной отсталостью". Под ред. Л. Б. Баряевой, Н. Н. Яковлевой. СПб.: 2012. - 45с.
3. Сборник программ коррекционных курсов для детей и подростков с глубокой умственной отсталостью. Под ред. Н. Н. Яковлевой. СПб.: ЦДК проф. Л. Б. Баряевой, 2015. - 54с

Электронные образовательные ресурсы:

nsportal.ru/...sad/.../igrovye-priyomy-razvitiya-artikulyatsionnoy-motoriki-i-korrektzi.
moluch.ru/archive/64/10336/www.logopedprofi.ru >
ogoportal.ru www.logoped.ru/big06.htmnsportal.ru/detskiy-sad/razvitie.../igry
uprazhneniya-na-razvitie-vyrazitelnosti-rechidoshkolnik.ru/razvitie-rechi/8559
intonacionnaya-virazitelnost.htmlwww.eti-deti.ru/korrekt/34.html
podderzhi-mechtu.ru/.../
ourlifeintheukchild.blogspot.com/2013/10/blog-post_8217.html

2. Содержание учебного предмета.

Целью обучения по программе «Адаптивной физкультуры» является формирование развитие интереса к двигательной деятельности, формирование двигательных качеств, поддержание и развитие способности к движению, научиться держать предметы, фиксировать их и действовать ими, придерживаться правил подвижных игр и следовать инструкции учителя, научиться выполнять мелкие дифференцированные движения пальцами рук; развитие общей и тонкой моторики.

-раздел «**Пальчиковая гимнастика**»: развитие моторики рук, формирование двигательных качеств, поддержание и развитие способности к равновесию.

-раздел «**Манипулирование предметами, равновесие**»: научиться захвату предметов, манипулирование предметами, ориентация в трёхмерном пространстве.

-раздел «**Стимуляция захвата предмета и развития координации**» научиться захватывать и удерживать предметы разной формы и игрушки.

При проведении уроков по предмету «Адаптивная физкультура» проводить интеграцию с другими учебными предметами, такими как: «Речь и альтернативная коммуникация», «Окружающий социальный мир», «Человек», «Двигательное развитие».

В процессе обучения по предмету, учащиеся овладевают новыми словами и терминами, такими как: конструктор, игра, назад - вперед, вправо - влево, лови, кидай, брось, положи, различные игрушки со световым и звуковым эффектом и т.д.

3. Учебно-тематический план

№ п/п	Раздел программы.	Количество часов.
1	Пальчиковая гимнастика	8
3	Стимуляция захвата предмета и развития координации	4
4	Манипулирование предметами, равновесие	5
Итого:		17

4. Календарно-тематическое планирование.

Дата		№ урока		Тип/форма урока	Тема урока	Предполагаемый результат	Виды деятельности учащейся	Оборудование урока (ЭСО, ТСО, наглядные пособия)
По учеб. плану	По факту	С нач. уч. года	По тем е					
1 полугодие – 8 часов								
Пальчиковая гимнастика – 4 часа								
03.09 17.09		1 2	1 2	Урок формирования новых знаний	Хлопанье в ладоши	Уметь направлять ладошки друг к другу и издавать хлопок ладонями	Тренировочные упражнения на развитие моторики рук	Наглядные материалы, стишки для упражнения
01.10 15.10		3 4	3 4	Урок формирования новых знаний	Игра: «Сорока, воровка кашу варила...»	Уметь поочередно сжимать и разжимать пальцы рук правой и левой руки	Тренировочные упражнения на развитие моторики рук	Наглядные материалы, стишки для упражнения
Стимуляция захвата предмета и развития координации – 4 часа								
05.11 19.11		5 6	1 2	Урок формирования новых знаний	Захват и удержание предметов разной формы	Уметь держать предметы, фиксировать их и действовать с их помощью	Упражнения для координации движений, функций равновесия	Гимнастическая палка, мяч небольшого диаметра
03.12 17.12		7 8	3 4	Урок формирования и закрепления умений и навыков	Захват и удержание предметов разной фактуры	Уметь держать предметы, фиксировать их и действовать ими	Практические и игровые упражнения	Игрушки и предметы со световыми, звуковыми эффектами
2 полугодие - 9 часов								
Пальчиковая гимнастика – 4 часа								
14.01 28.01		9 10	5 6	Урок формирования новых знаний	Игры- потешки с руками	Уметь выполнять действия по просьбе, образцу.	Тренировочные упражнения на	Наглядные материалы, стишки для упражнения

							развитие моторики рук	
11.02 25.02		11 12	7 8	Урок формирования и закрепления умений и навыков	Игры в ладушки	Уметь выполнять действия по просьбе, образцу.	Тренировочные упражнения на развитие моторики рук	Наглядные материалы, стишки для упражнения
Манипулирование предметами, равновесие – 5 часов								
11.03 25.03		13 14	1 2	Урок формирования новых знаний	Кубики разного цвета и размера	Уметь самостоятельно производить захват рукой кубиков	Тренировочные упражнения на развитие моторики рук	Кубики разного цвета и размера
15.04 29.04 13.05		15 16 17	3 4 5	Урок формирования новых знаний	Фигурки из кубиков	Уметь ориентироваться в трёхмерном пространстве, при постройке башенки	Тренировочные упражнения на развитие моторики рук	Разноцветные кубики.

Лист корректировки рабочей программы
(календарно-тематического планирования (КТП) рабочей программы).

Предмет: «Адаптивная физкультура»

Класс: 6 «Б»

Учитель:

2026-2027 учебный год

№ уро ка	Даты по осн. КТП	Даты прове дения	Тема	Количество часов		Причины корректиро вки	Способ корректиров ки
				По плану	Дано		

«___» _____ 2026

Учитель _____

«СОГЛАСОВАНО»

Зам. директора ГБОУ школы № 607 _____ /Дворянкина Е.В./

«___» _____ 2026

Лист корректировки рабочей программы
(календарно-тематического планирования (КТП) рабочей программы).

Предмет: «Адаптивная физкультура»

Класс: 6 «Б»

Учитель:

2026-2027 учебный год

№ уро ка	Даты по осн. КТП	Даты прове дения	Тема	Количество часов		Причины корректиро вки	Способ корректиров ки
				По плану	Дано		

«___» _____ 2026

Учитель _____

«СОГЛАСОВАНО»

Зам. директора ГБОУ школы № 607 _____ /Дворянкина Е.В./

«___» _____ 2026