ШАМИНА ЛЮБОВЬ НИКОЛАЕВНА
Подписано цифровой подписью: ШАМИНА ЛЮБОВЬ НИКОЛАЕВНА
Дата: 2026.10.15 13:59:43 +03'00'

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 по УВР ГБОУ школы № 607 Дворянкина Е.В.	«Утверждаю» _____ Директор ГБОУ школы № 607 Шамина Л. Н. Приказ № 64/3 от 31.08.2026 г.

Рабочая программа
по предмету «Двигательное развитие»
для обучающихся 10 А класса «Особый ребенок»

Срок реализации 2026-2027 учебный год

Автор-разработчик: Мартыненко Марина Владимировна
(Ф. И. О. педагога)

Учитель класса «Особый ребенок» **Высшей** квалификационной категории.

Санкт-Петербург
2026 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Двигательное развитие» в 10-а классе составлена на основе: федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (2 вариант), утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации, от 24 ноября 2022 года № 1026. Рабочая программа, в соответствии с учебным планом ГБОУ школы №607, на 2026-2027 учебный год рассчитана на 102 часа, (исходя из 34 учебных недели в году).

При разработке программы учитывался контингент 10-а класса: дети с умеренной и тяжелой умственной отсталостью; дети с тяжелыми множественными нарушениями развития.

В классе 4 учащихся, которые имеют специальную группу здоровья (IV и V). У детей данного класса имеются значительные отклонения в физическом и двигательном развитии. Замедленность психических процессов, конкретность мышления, нарушения памяти и внимания обуславливают чрезвычайную медлительность образования у них двигательных навыков. Отмечается также инертность нервных процессов, их стереотипность и обусловленные этим трудности переключения с одного действия на другое. Существенно страдают волевые процессы: дети не умеют руководить своей деятельностью. В двигательной сфере отмечаются нарушения координации, точности и темпа движений, сенсомоторики, наблюдаются различные нарушения опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиоз, плоскостопие), мышечная слабость и отставание в росте. Наряду с основным диагнозом у многих имеются различные сопутствующие заболевания, такие как: нарушения сердечно-сосудистой, дыхательной, вегетативной, эндокринной систем, отмечаются нарушения зрения и слуха, ожирение, ограниченность речевого развития. С программой справляются 3 учащийся класса.

Коррекционная направленность реализации программы обеспечивается через использование в образовательном процессе специальных методов и приемов, создание специальных условий, распределения содержания программы, исходя, из психофизиологических особенностей класса и предполагает индивидуальное психолого-медико-педагогическое сопровождение.

Программа может быть реализована, как в очной, так и в дистанционной форме обучения.

Реализация учебной программы обеспечивается УМК, утвержденным приказом по ГБОУ школе №607 № 64/3 от 31.08.2026 года, в списке учебников, используемых в 2026-2027 учебном году.

Требования к уровню подготовки учащегося Личностные результаты:

- Понимание персональной идентичности, осмысление своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «Я».
- Владение правилами поведения в учебной ситуации. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения. - Социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности. Формирование уважительного отношения к окружающим.
- Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире. - Оценка своих поступков по принципу «хорошо»/ «плохо», личная ответственность за свои поступки на основе представлений о базовых нравственных нормах, общепринятых правилах.
- Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
- Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- Проявление интереса и развитие мотивации к двигательной активности.
- Соблюдение основных правил и норм поведения на уроках Двигательное развитие.
- Освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять.
- Освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: передвижение разными способами в т.ч. с использованием технических средств.
- Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.
- Умение радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал и др.
- Улучшение качества имеющихся движений, предупреждение их нарушений.
- Выполнение элементарных поручений учителя.
- Выполнение упражнений с помощью учителя.
- Развитие и закрепление функционально важных навыков, необходимых для использования в повседневной жизни.

Достаточный уровень:

- Освоение знаний в области адаптивной физической культуры.
- Знание основных правил поведения на уроках Двигательное развитие и осознанное их применение.
- Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений.

Сохранение жизненно важных функций организма.

- Освоение новых двигательных навыков, положений и движений.
- Развитие и совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости. - Знание и применение правил бережного обращения с инвентарём, ориентирование в спортивном зале.
  - Проявление интереса к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности:
  баскетбол, хоккей на полу, футбол, бадминтон.
- Выполнение строевых команд по словесной инструкции учителя.
- Выполнение упражнений по показу и словесной инструкции учителя.
- Взаимодействие со сверстниками в организации и проведении подвижных и спортивных игр.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ 10	Тема	Количество часов	Дата
1	Укрепление мышц спины. Игровые упражнения на формировании правильной осанки: «Делай как я», «Пройди не упади», «Прямая спина».	2	**01.09 03.09**
2	Укрепление мышц спины Упражнения на формирование осанки. Упражнения: «Кошечка», «Книжка». Игра: «Кошки-мышки».	2	**08.09 10.09**
3	Укрепление мышц брюшного пресса. Упражнения на пресс. упражнения: «Змея», «Ящерица», «Велосипед».	2	**15.09 17.09**
4	Оздоровительная гимнастика. Дыхательная гимнастика.	2	**22.09 24.09**
5	Профилактика и коррекция стоп. Упражнения развитие стоп: «Ходьба», «Лошадка».	2	**29.09 01.10**
6	Развитие и укрепление плечевого пояса. Упражнение «Пчелка», «Дощечка», «Мельница».	2	**06.10 08.10**
7	Укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног. Упражнения в равновесии, «Елочка», «Зайчик»,	2	**13.10 15.10**
8	Укрепление мышц спины. Комплекс ОРУ для мышц спины.	2	**20.10 22.10**
9	Развитие вестибулярного аппарата. Упражнения в равновесии. Стойка с закрытыми глазами.	2	**05.11 10.11**
10	Оздоровительная гимнастика. Упражнения на мелкую моторику.	2	**12.11 17.11**
11	Укрепление мышц спины. Комплекс упражнений с гимнастическими палками для мышц спины.	2	**19.11 24.11**
12	Укрепление мышц брюшного пресса. упражнение с гимнастическим мячом.	2	**26.11 01.12**
13	Укрепление мышц спины. Упражнения на коврике на укрепление мышц спины.	2	**03.12 08.12**
14	Оздоровительная гимнастика. Упражнения на гимнастическом мяче.	2	**10.12 15.12**
15	Профилактика и коррекция стоп. Комплекс ОРУ для стоп.	2	**17.12 22.12**

16	Развитие и укрепление плечевого пояса. Силовые упражнения в игровой форме у стены и полу	2	**24.12** **29.12**
17	Оздоровительная гимнастика. Развитие мелкой моторики пальцев рук (работа с тренажером).	2	**12.01** **14.01**
18	Укрепление мышц спины. Упражнения на коврике на укрепление мышц спины.	2	**19.01** **21.12**
19	Укрепление мышц брюшного пресса. Упражнения с гимнастическим мячом.	2	**26.01** **28.01**
20	Оздоровительная гимнастика. Комплекс общеразвивающих упражнений.	2	**02.02** **04.02**
21	Профилактика и коррекция стоп. Легкий бег на носках. Ходьба с имитацией походки птиц и животных	2	**09.02** **11.02**
22	Развитие и укрепление плечевого пояса. ОРУ для укрепления плечевого пояса.	2	**16.02** **18.02**
23	Укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног. ОРУ для укрепления мышц тазового пояса, бёдер, ног	2	**25.02** **02.03**
24	Развитие вестибулярного аппарата. Ходьба и бег с заданием.	2	**04.03** **09.03**
25	Укрепление мышц спины. ОРУ с гимнастическими палками.	2	**11.03** **16.03**
26	Оздоровительная гимнастика. Упражнение на развитие мелкой моторики «Лепка комков».	2	**18.03** **23.03**
27	Укрепление мышц спины. Комплекса ОРУ для мышц спины.	2	**25.03** **06.04**
28	Укрепление мышц спины. Формирование знаний о положении тела при правильной осанке.	2	**08.04** **13.04**
29	Укрепление мышц брюшного пресса. ОРУ с малым мячом.	2	**15.04** **20.04**
30	Профилактика и коррекция стоп. Ходьба с заданием на стопы	2	**22.04** **27.04**
31	Укрепление мышц плечевого пояса. Комплекс упражнений с гимнастической палкой.	2	**29.04** **04.05**
32	Укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног. Легкий бег, прыжковые упражнения.	2	**06.05** **11.05**
33	Развитие вестибулярного аппарата. Ходьба по прямой линии, по кубика, точкам, гимнастической палке, по обручу, по канату, по гимнастической стенки.	**4**	**13.05** **18.05** **20.05** **25.05**
	Всего	**68**	

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС

Название предмета	Уровень обучения	Название учебной программы	Вид учебной программы	Используемые учебники	Используемые пособия для учителя, для учащихся	Соответствие УМК

Двигательное развитие	Коррекционный	Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (2 вариант), утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации, от 24 ноября 2022 года № 1026	Государственная	_____	1«Программа обучения учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью» Баряевой Л.Б., Яковлевой Н.Н., СПб, 2011 г. 2. Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта: программнометодические материалы/под ред. И.М. Бгажноковой. -М. Гуманитар.изд. центр ВЛАДОС, 2010г. 3. Особенности преподавания физической культуры детям и подросткам с умеренной и тяжелой умственной отсталостью Л. В. Токарская, Н. А. Дубровина, Н. Н. Бабийчук; М-во образования и науки РФ, Урал. федер. ун-т. — Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2015г. 4. Частные методики адаптивной физической культуры: Учебное пособие	Соответствует

					/Под ред. Л. В. Шапковой. — М.: Советский спорт, 2003г.	

Лист корректировки рабочей программы

(календарно-тематического планирования (КТП) рабочей программы)

Предмет Двигательное развитие

Класс 10А

Учитель Мартыненко М.В.

2026-2027 учебный год

№ урока	Даты по осн. КТП	Даты проведения	Тема	Количество часов		Причины корректировки	Способ корректировки
				По плану	Дано		

«____» _____202__г.

Учитель _____ (_____)

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора по УВР ГБОУшколы№ 607 _____Дворянкина Е.В.

«_____» _____202__г.