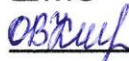


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Новосибирской области
Администрация Татарского муниципального округа
МБОУ Лопатинская СОШ

Рассмотренно

ШМО



Кирдяшова О.В.

Протокол №1 от «28» 08. 2026г

Согласовано

Зам.директора по УВ



Герасимова

Приказ №1 от «29» 08.

Адаптированная рабочая программа
по коррекционному курсу «Двигательное развитие»
для обучающегося с УО (интеллектуальными нарушениями)
ТМНР (вариант 2) 1 (дополнительного) класса

Адаптированная рабочая программа

коррекционного курса «Двигательное развитие»

для обучающегося, передвигающегося с помощью технических средств или взрослого

Подготовительный класс, вариант 2

2026–2027 учебный год

Количество часов: 1 час в неделю

Расчётное количество часов: 33 часа при 33 учебных неделях.

Для ребёнка, который самостоятельно не ходит, содержание курса необходимо строить **не на формировании ходьбы**, а на развитии доступной двигательной активности: движений головы, туловища, рук, пальцев, зрительно-моторной координации, возможностей выбора позы и участия в практической деятельности. Цели и упражнения уточняются в СИПР с учётом рекомендаций специалистов и индивидуальных возможностей ребёнка. Для варианта 2 СИПР является основным документом индивидуализации содержания образования.

Важно: упражнения на изменение положения тела, пересаживание, вертикализацию, растяжение и нагрузку на суставы выполняются только по рекомендациям медицинских и реабилитационных специалистов и обученным взрослым.

1. Цель программы

Развитие доступных двигательных возможностей обучающегося, формирование контроля положения тела, координации движений и навыков участия в учебной, игровой и бытовой деятельности.

2. Задачи программы

- развивать контроль положения головы и туловища;
- формировать доступные движения рук и пальцев;
- развивать зрительно-моторную координацию;
- учить тянуться к предмету и удерживать его;
- формировать умение выполнять движения по подражанию;
- развивать способность участвовать в изменении положения тела;
- формировать навыки безопасного взаимодействия со взрослым;
- развивать ориентировку в положении тела и окружающем пространстве;
- стимулировать двигательную инициативу;
- формировать умение сообщать о желании продолжить, остановиться или получить помощь.

3. Основные направления содержания

Раздел	Количество часов
Диагностико-пропедевтический период	2
Контроль положения тела и головы	6
Движения рук и верхнего плечевого пояса	8
Мелкая моторика и движения пальцев	6
Зрительно-моторная координация	4
Участие в изменении положения тела	4
Дыхательные, ритмические и расслабляющие упражнения	2
Повторение и итоговая диагностика	1
Итого	33

4. Календарно-тематическое планирование

Раздел 1. Диагностико-пропедевтический период — 2 часа

№	Тема занятия	Основное содержание
1	Знакомство с двигательными занятиями	Реакция на голос, прикосновение, движение предмета
2	Мои двигательные возможности	Выбор доступных движений и удобного положения

Раздел 2. Контроль положения тела и головы — 6 часов

№	Тема занятия	Основное содержание
3	Удобное положение тела	Размещение в кресле, на стуле или мате
4	Поворот головы	Поворот к предмету или источнику звука
5	Удержание головы	Кратковременное удержание положения с поддержкой
6	Ориентировка в положении тела	Сидя, лёжа, с опорой
7	Перенос взгляда и головы	Перевод внимания справа налево и сверху вниз
8	Закрепление навыков положения тела	Выполнение упражнения с уменьшением помощи

Раздел 3. Движения рук и верхнего плечевого пояса — 8 часов

№	Тема занятия	Основное содержание
9	Поднимание и опускание рук	Движения по показу взрослого

№	Тема занятия	Основное содержание
10	Движения рук вперёд	Потягивание к игрушке
11	Движения рук в стороны	Перемещение рук к ориентиру
12	Касание предмета	Касание ладонью или тыльной стороной руки
13	Захватывание предмета	Удержание крупной игрушки
14	Перекалывание предмета	Перемещение из одной руки в другую
15	Передача предмета взрослому	Действие по инструкции «дай»
16	Освобождение руки	Выпускание предмета по сигналу

Раздел 4. Мелкая моторика и движения пальцев — 6 часов

№	Тема занятия	Основное содержание
17	Движения пальцами	Разжимание и сжимание пальцев
18	Надавливание	Нажатие на крупную кнопку или мягкий предмет
19	Перебирание материалов	Работа с крупными безопасными предметами
20	Вкалывание деталей	Помещение крупных деталей в ёмкость
21	Снятие и надевание колец	Действия с пирамидкой
22	Шнуровка и нанизывание	Выполнение с физической или частичной помощью

Раздел 5. Зрительно-моторная координация — 4 часа

№	Тема занятия	Основное содержание
23	Следи за предметом	Прослеживание игрушки взглядом
24	Дотянись до предмета	Направленное движение руки
25	Выбор предмета	Выбор из двух предметов взглядом или рукой
26	Попади в цель	Касание или перемещение предмета к ориентиру

Раздел 6. Участие в изменении положения тела — 4 часа

№	Тема занятия	Основное содержание
27	Поворот с помощью взрослого	Участие в изменении положения тела
28	Перемещение руки и корпуса к предмету	Потягивание, наклон с поддержкой
29	Подготовка к пересаживанию	Участие в безопасном переносе веса тела
30	Участие в бытовом перемещении	Положение тела при одевании и пересаживании

Конкретные действия на занятиях определяются только индивидуальными рекомендациями специалистов. Если ребёнку противопоказаны отдельные положения или движения, они заменяются безопасными упражнениями в исходном положении.

Раздел 7. Дыхательные, ритмические и расслабляющие упражнения — 2 часа

№	Тема занятия	Основное содержание
31	Спокойное дыхание и расслабление	Паузы, мягкие ритмические движения
32	Ритмические движения	Движения руками под музыку или счёт

Раздел 8. Повторение и итоговая диагностика — 1 часа

№	Тема занятия	Основное содержание
33	Повторение доступных двигательных действий	Выбор наиболее успешных упражнений
	Итоговое занятие	Наблюдение за динамикой и самостоятельной активностью

5. Планируемые результаты

К концу учебного года обучающийся может:

- сохранять удобное положение тела при поддержке;
 - поворачивать голову к предмету, человеку или источнику звука;
 - фиксировать взгляд на игрушке;
 - переводить взгляд между двумя предметами;
 - выполнять доступные движения руками;
 - тянуться к предмету;
 - касаться и удерживать крупный предмет;
 - перекладывать предмет с помощью взрослого;
 - отпускать предмет по сигналу;
 - нажимать на крупную кнопку;
 - вкладывать и вынимать крупные детали;
 - выбирать предмет взглядом, рукой или доступным способом;
 - участвовать в повороте и изменении положения тела;
 - выполнять движения по подражанию;
 - реагировать на начало и завершение упражнения;
 - сообщать о необходимости остановиться, отдохнуть или получить помощь;
 - участвовать в двигательном упражнении в течение доступного времени.
-

6. Формы организации занятий

- индивидуальные занятия;
- упражнения в кресле или другом техническом средстве;
- занятия на мате при наличии разрешения специалистов;
- двигательные игры в положении сидя или лёжа;

- упражнения с предметами;
 - музыкально-ритмические упражнения;
 - действия по подражанию;
 - совместные движения со взрослым;
 - включение двигательных упражнений в бытовые ситуации.
-

7. Методы и приёмы

- показ движения;
 - совместное выполнение;
 - частичная физическая помощь;
 - использование зрительных, слуховых и тактильных стимулов;
 - фиксация доступного положения тела;
 - медленный темп выполнения;
 - короткие серии упражнений;
 - чередование нагрузки и отдыха;
 - выбор предмета или действия;
 - постепенное уменьшение помощи;
 - положительное подкрепление двигательной инициативы.
-

8. Материально-техническое обеспечение

- адаптированное кресло или система позиционирования;
 - мягкие маты;
 - валики и подушки для поддержки;
 - крупные мячи;
 - мягкие игрушки;
 - предметы с различной фактурой;
 - крупные кольца и пирамидки;
 - сортеры и вкладыши;
 - крупные кнопки и звучащие игрушки;
 - музыкальные инструменты;
 - ленты, флажки;
 - контрастные предметы;
 - зеркало;
 - визуальные карточки;
 - индивидуальные средства коммуникации.
-

9. Контроль и оценка динамики

Оценивание проводится без отметок, на основе наблюдения за индивидуальной динамикой.

Отслеживаются:

- устойчивость и безопасность положения тела;
- контроль головы;
- способность следить за предметом;
- двигательная инициатива;
- движения рук и пальцев;
- способность удерживать предмет;
- участие в совместном действии;
- выбор движения или предмета;
- реакция на инструкции;
- необходимость физической помощи;
- способность сообщить об усталости, дискомфорте или желании продолжить.

Уровни сформированности навыка

1. выполняет действие при полной физической помощи;
2. участвует в действии с частичной помощью;
3. выполняет по показу или словесной подсказке;
4. выполняет доступное движение самостоятельно;
5. использует двигательный навык в новой бытовой ситуации.