

казенное общеобразовательное учреждение Омской области  
«Нововаршавская адаптивная школа – интернат»  
(КОУ «Нововаршавская школа-интернат»)

Рассмотрено  
Методическим объединением  
Протокол № 1  
от 24.08.2023 г. ....

Согласовано  
Заместитель директора  
по УВР \_\_\_\_\_  
Л.Ю. Арнович

Утверждаю  
И.о. директора школы  
\_\_\_\_\_  
Л.Ю. Арнович  
Приказ № 125-од  
от 31.08.2023

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**коррекционного курса Двигательное развитие**  
**5 класс (2 вариант)**  
**по учебному плану 2023-2024 учебный год**

Составитель: Гуцин А.Н. учитель

\_\_\_\_\_

Нововаршавка 2023 г

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа по коррекционному курсу Двигательное развитие предназначена для учащихся 5 класса (2вариант), с умеренной и тяжёлой умственной отсталостью. Рабочая программа разработана в соответствии с:

- Конституция Российской Федерации;
- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12. 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Приказ Минобрнауки РФ от 19.12.2014 г № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Приказ от 5.12. 2022 № 1063 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115»;
- Приказ от 24.12.2022 № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Инструктивное письмо Министерства общего и профессионального образования РФ № 48 от 04.09.1997 «О специфике деятельности специальных (коррекционных образовательных учреждений I-VIII видов)»;
- Инструктивное письмо Минобрнауки РФ от 26 декабря 2000 года № 3 «О дополнении инструктивного письма Минобрнауки России от 04.09.1997 №48»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ № 120 ФЗ (ст. 18) от 24.06. 1999 «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации № АФ-150/06 от 18.04. 2008 «О создании условий для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми-инвалидами»;
- СанПиН № 2.3/2.4.3590-20, утверждённые постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 года № 32;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28;
- Устав казенного общеобразовательного учреждения Омской области «Нововаршавская адаптивная школа-интернат».

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства детей с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся.

## 2. Общая характеристика

### 3.

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

В коррекционном курсе «Двигательное развитие» решаются специальные **задачи**, направленные на коррекцию умственной деятельности школьников:

- развитие тактильных ощущений кистей рук и расширение тактильного опыта;
- развитие зрительного восприятия;
- развитие зрительного и слухового внимания;
- развитие вербальных и невербальных коммуникативных навыков;
- формирование и развитие реципрокной координации;
- развитие пространственных представлений;
- развитие мелкой моторики, зрительно-моторной координации

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства детей с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся.

Целенаправленное развитие движений на специально организованных занятиях, которые проводятся инструкторами лечебной физкультуры и/или учителями адаптивной физкультуры.

Развитие двигательных умений у обучающихся с детским церебральным параличом тесно связано с профилактикой возникновения у них патологических состояний. В ходе работы тело ребенка фиксируется в таких позах (горизонтальных, сидячих, вертикальных), которые снижают активность патологических рефлексов, обеспечивая максимально комфортное положение ребенка в пространстве и возможность реализации движений. Придание правильной позы и фиксация обеспечивается при помощи специального оборудования и вспомогательных приспособлений с соблюдением индивидуального режима. Такая работа организуется в физкультурном зале, в классе и дома в соответствии с рекомендациями врача-ортопеда и специалиста по лечебной физкультуре. Обеспечение условий для придания и поддержания правильного положения тела создает благоприятные предпосылки для обучения ребенка самостоятельным движениям, действиям с предметами, элементарным операциям самообслуживания, способствует развитию познавательных процессов.

При обучении учитывается неоднородность состава класса (группы) и осуществляется индивидуальный подход к учащимся.

#### **Формы организации:**

- индивидуальные,
- групповые,
- коллективные (фронтальные).

#### **Методы обучения:**

- **Практические методы** (метод строго регламентированного упражнения (разучивание по частям, в целом и принудительно-облегчающее) и частично регламентированного (игровой и соревновательный).

- **Методы использования слова** (две функции слова: смысловая, с помощью которой выражается содержание преподаваемого материала, и эмоциональная, позволяющую воздействовать на чувства ученика.)

- **Методы наглядного восприятия** (обеспечивают зрительное и слуховое восприятие изучаемого действия. Просмотр, а иногда и прослушивание темпа, ритма движений создают у занимающихся более разностороннее представление о действии, что

расширяет ориентировочную основу для последующего воспроизведения. Наглядное восприятие способствует более быстрому и прочному усвоению, повышает интерес к изучаемым действиям.)

Суть предложенной адаптированной программы по двигательному развитию заключается в том, чтобы учесть все возможные подходы для компенсации, коррекции отклонений в физическом развитии младшего школьника с ограниченными возможностями здоровья с тем, чтобы приблизить его телесные, духовные, нравственные возможности к полноценной социокультурной жизни.

**Практическая полезность** курса обусловлена тем, что предполагает формирование умений пользоваться полученными знаниями для решения соответствующих возрасту житейских задач. У детей с тяжелой интеллектуальной недостаточностью не развита познавательная деятельность, все мыслительные операции (анализ, синтез, сравнения, обобщения), имеются значительные пробелы в элементарных знаниях. Они затрудняются самостоятельно использовать имеющиеся у них знания. Перенос полученных знаний и умений, их применение в несколько изменившихся условиях, самостоятельный анализ ситуации, выбор решения даже простых жизненных задач - все это составляет трудность для детей данной категории. Поэтому важно не только дать этим детям определенную сумму знаний, но и выработать у них умение действовать в конкретных жизненных ситуациях, придать знаниям бытовую, ситуационную приспособленность.

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.

Программа ориентирована на обязательный учёт индивидуально-психологических особенностей учащихся, так как воспитанники коррекционной школы представляют собой весьма разнородную группу детей по сложности дефекта. Поэтому важен не только дифференцированный подход в обучении, но и неоднократное повторение, закрепление. Процесс обучения носит развивающий характер и одновременно имеет коррекционную направленность. При обучении происходит развитие познавательной деятельности, речи, эмоционально-волевой сферы воспитанников с ограниченными возможностями здоровья.

Процесс обучения неразрывно связан с решением специфической задачи коррекцией и развитием познавательной деятельности, личностных качеств ребенка, а также воспитанием трудолюбия, самостоятельности, терпеливости, настойчивости, любознательности, формированием умений планировать свою деятельность.

### 3. Описание места учебного предмета в учебном плане.

Коррекционный курс «Двигательное развитие» входит в обязательную часть учебного плана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и изучается на всех этапах обучения.

В соответствии с планом АООП и годовым календарным графиком КОУ «Нововаршавская школа-интернат» на 2021-2022 учебный год программа рассчитана на 34 часов в год (1 часа в неделю). Согласно производственного календаря на 2023-2024год количество часов составило 3 часа в год.

Кол-во часов в неделю	Кол-во часов в I четверти	Кол-во часов в II четверти	Кол-во часов в III четверти	Кол-во часов в IV четверти	Кол-во часов за год
1	7	8	10	8	33

#### 4. Планируемые результаты освоения коррекционного курса

Предметом итоговой оценки освоения обучающимися курса двигательного развития должно быть достижение предметные и личностные.

##### **Личностные результаты:**

- 1) основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определённому полу, осознание себя как «Я»;
- 2) социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- 3) формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
- 4) формирование уважительного отношения к окружающим;
- 5) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 6) освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя и т.д.), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- 7) развитие самостоятельности и лично ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- 8) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 9) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 10) развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 11) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Предметные мотивация двигательной активности; поддержка и развитие имеющихся движений; расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений; освоение новых способов передвижения (включая передвижение с помощью технических средств реабилитации).

##### **Предметные результаты:**

###### *Знать:*

- правила техники безопасности на занятиях;
- рапорт дежурного;
- строевые команды;
- понятия: интервал, дистанция.

###### *Уметь:*

- выполнять комплекс общеразвивающих упражнений;
- соблюдать дистанцию при построении в шеренгу и колонну;
- ходить в различном темпе, выполнять бег с низкого и высокого старта;
- бежать в медленном темпе до 2 мин;
- мягко приземлится при прыжках в высоту и в длину;
- ловить мяч, выполнять передачу от груди.

**Предметные результаты** связаны с овладением обучающимися содержанием образовательной области и характеризуют достижения обучающихся в усвоении знаний и умений, способность их применять в практической деятельности.

##### **Базовые учебные действия:**

###### *1. Регулятивные:*

- умение проговаривать последовательность действий;
- умение совместно с учителем и другими учениками давать оценку действию;

- умение работать по предложенному учителем плану;
- организующие умения: вовремя приходить на занятие, организованно входить, знать и выполнять правила внутреннего распорядка, санитарно-гигиенические требования,

- умение соотносить выполненное задание с образцом, предложенным учителем,
- умение формулировать совместно с учителем задание.

## 2. *Познавательные:*

- умение ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя;

- умение перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса;

- умение анализировать, сравнивать, группировать различные материалы, инструменты;

## 3. *Коммуникативные:*

- умение осуществлять совместную деятельность;

- умение участвовать в работе группы, распределять обязанности, договариваться друг с другом.

- умение сотрудничать и оказывать взаимопомощь, доброжелательно и уважительно строить свое общение со сверстниками и взрослыми, умение слушать и понимать речь других;

- умение задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером.

## 5.Содержание коррекционно-развивающего курса

Содержание предмета «Двигательное развитие» представлено следующими разделами: Общеразвивающие и корригирующее упражнения, прикладные упражнения, подвижные игры.

№ п/п	Раздел	Содержание раздела
1	Общеразвивающие и корригирующее упражнения	Обучение основным движениям: - Голова (повороты, наклоны, вращения); - Руки (сгибание/разгибание, отведение/приведение); - Туловище (сгибание/разгибание, вращения); - Ноги (сгибание/разгибание, отведение/приведение). ОРУ на месте, в движении. ОРУ с предметами (гимнастические палки, кубики, малые мячи). Работа с инвентарем и оборудованием: - Кубики; - Мячи/малые мячи; - Гимнастическая скакалка; - Гимнастическая скамья, стенка. Упражнения на координацию движений. Строевые упражнения.
2	Прикладные упражнения	Ходьба: - По линии; - По кругу; - По ориентирам; - На носках/на пятках; - В различном темпе по команде учителя. Бег: - За учителем в медленном темпе; - Интервальный бег; - Перебежки по одному/парами. Прыжки: - На одной/двух ногах; - Через предметы разной высоты; - Прыжки по линии; - С высоты с приземлением на гимнастические маты. Лазание. Ползание.
3	Подвижные игры	«Так можно, так нельзя», «Светофор», «Слушай сигнал», «Фигуры», «Волк и овцы», «Ручеек».



**6.Тематическое планирование  
«Двигательное развитие» 5 класс, II вариант**

<b>№ п/п</b>	<b>ТЕМА УРОКА</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Основные виды деятельности обучающихся</b>
<b>I ЧЕТВЕРТЬ</b>			
<b>1</b>	Повторение основных видов движений, выполнение их в различном темпе, сочетание движений туловища, рук и ног.	1	Слушают правила выполнения упражнений. Делают упражнения под руководством учителя.
<b>2</b>	Ходьба, начиная с левой ноги. Бег в медленном темпе с соблюдением строя.	1	Слушают учителя. Соблюдают правила выполнения упражнений.
<b>3</b>	Прыжок в длину с места.	1	Осваивают доступным способом данный вид упражнения.
<b>4</b>	Броски и ловля мяча.	1	Тренируют навыки движения ловли мяча.
<b>5</b>	Подвижные игры «Так можно, так нельзя», «Фигуры».	1	Соблюдают правила игры с мячом.
<b>6</b>	Построение в обозначенном месте (в кругах, квадратах)	1	Слушают инструкцию учителя, строятся в обозначенном месте.
<b>7</b>	Упражнения на равновесие.	1	Выполняют упражнения по образцу и по команде
<b>ИТОГО</b>		<b>7</b>	
<b>II ЧЕТВЕРТЬ</b>			
<b>8</b>	Дыхательные упражнения	1	Правильно выполняют упражнения дыхательной гимнастики.
<b>9</b>	Размыкания, смыкания. Выполнение команд «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Становись!».	1	Слушают правила выполнения упражнений. Делают упражнения под руководством учителя.
<b>10</b>	Упражнения на формирование правильной осанки. Игра «Передай мяч»	1	Соблюдают правила выполнения корректирующих упражнений.
<b>11</b>	Элементы движений с музыкальным сопровождением в различном темпе. Игра под музыку «Птички»	1	Выполняют движения по инструкции учителя.
<b>12</b>	Метание мяча из-за головы с места и на дальность. Упражнения с мячом	1	Выполняют двигательные действия, используют их в игровой форме.
<b>13</b>	Лазание по гимнастической стенке, по наклонной гимнастической скамье.	1	Слушают инструкцию учителя, выполняют

			движения.
14	Вис на гимнастической стенке с подниманием ног на 90 градусов. Упражнение в висячем положении спиной к стене	1	Выполняют действия по инструкции учителя
15	Увеличение, уменьшение круга движением вперед, назад, на ориентир	1	Тренируют навыки движения вперед, назад
	ИТОГО	8	
<b>III ЧЕТВЕРТЬ</b>			
16	Бег парами наперегонки.	1	Выполняют двигательные действия.
17	Комплекс корригирующей гимнастики.	1	Разучивают комплекс упражнений с мячом.
18	Прыжки в глубину с высоты 30-50 см.	1	Упражнения на развитие двигательно-моторной координации.
19	Удары мяча об пол двумя руками. Переноска нескольких предметов одновременно.	1	Разучивают команды по показу учителя.
20	Ходьба по гимнастической скамье с предметами. Повороты кругом с переступанием на гимнастической скамье.	1	Выполняют двигательные действия с предметами.
21	Подвижные игры «Фигуры», «Волк и овцы».	1	Слушают правила выполнения игры. Выполняют по команде.
22	Упражнение с гимнастической палкой. Игра «Вот так позы!»	1	Развивают двигательно-моторную координацию
23	Прыжки в длину с места в ориентир		
24	Упражнения для профилактики плоскостопия у гимнастической стенки	1	Слушают правила выполнения упражнений, делают под руководством учителя
25	Упражнение с большим мячом. Ловля мяча после хлопка	1	Развивают точность движений и память
	ИТОГО	10	
<b>IV ЧЕТВЕРТЬ</b>			
26	Дыхательные упражнения. Правильное дыхание при выполнении простейших упражнений.	1	Правильно выполняют дыхательные действия.
27	Ходьба в различном темпе по инструкции учителя. Ходьба с различным положением рук. Бег наперегонки.	1	Соблюдают правила выполнения и последовательность действий упражнения.
28	Размыкания на вытянутые руки. Повороты направо, налево. Равнение в шеренге.	1	Совершенствуют физические качества силы и быстроты.
29	Прыжок боком через гимнастическую скамейку. Прыжки в глубину с высоты 30-50 см.	1	Слушают учителя и выполняют упражнения.
30	Подвижные игры «Ручеек», «Точно в цель».	1	Слушают правила игры, выполняют двигательные действия в

			игровой форме.
<b>31</b>	Комплекс упражнений с малыми мячами. Метание малого мяча в цель правой и левой рукой.	1	Совершенствуют физические качества ловкости и силы.
<b>32</b>	Ходьба с мешочками песка на голове. Подъем предметов различной величины	1	Слушают учителя, выполняют задание по инструкции.
<b>33</b>	Перелазания через препятствие. Ходьба по залу по следам с обходом кеглей	1	Совершенствуют физические качества ловкости и равновесия
<b>ИТОГО</b>		<b>8</b>	
<b>ВСЕГО ЧАСОВ ЗА ГОД</b>		<b>33</b>	

## **7. Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса**

1. технические и электронные средства обучения:
  - автоматизированное рабочее место учителя с программным обеспечением,
  - телевизор, CD/DVD –проигрыватели,
  - аудиомэагнитофон,
  - мультимедиапроектор; экран,
  - аудиозаписи,
2. демонстрационный и раздаточный дидактический материал:
  - мячи, обручи, скакалки,
  - коврики для упражнений,
  - секундомер,
  - гимнастические стенки
3. спортивный зал

## 8.Список литературы

### Нормативно-правовая база

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», с приказом от 19.12.2014 № 1599 об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)(2 вариант),

«Программы образования учащихся с умеренной и тяжёлой умственной отсталостью» под ред. Л. Б. Баряевой и Н. Н. Яковлевой (СПб ЦДК проф. Л.Б. Баряевой, 2011г),

Адаптированная основная общеобразовательная программа для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) КОУ «Нововаршавская школа-интернат» (2 вариант),

Учебный план казённого общеобразовательного учреждения Омской области, «Нововаршавская адаптивная школа-интернат» на 2021-2022 учебный год,

### Учебно-методическая литература

С. С. Зиянгиярова «Программно - методическое обеспечение 3-го урока физической культуры (ЛФК) для учащихся 1 – 5 классов «Специальной (коррекционной) общеобразовательной школы – интерната 8 вида». – П.,:КЦФКиЗ, 2010 – 66с.;

Журналы «Здоровье детей»;

Шмаков С. А. «Игры, развивающие психические качества личности школьника: Методическое пособие. – М.:ЦГЛ, 2004;

Ковалько В. И. «Здоровье сберегающие технологии в начальной школе. 1 – 4 классы. М.: «ВАКО, 2004;

«Методика занятий по лечебной физкультуре в коррекционной школе» Селезнёва Л. И., учитель ЛФК государственного специального (коррекционного) образовательного учреждения школы № 9 г. Новороссийска;

Аудио записи «Музыка для массажа», «Музыка для души»;

Программа обучения глубоко умственно отсталых детей. Составитель-НИИ дефектологии АПН СССР, 1983г.;

Программно-методические материалы «Обучение детей с выраженным недоразвитие интеллекта» Под редакцией кандидата психологической наук, профессора - Бгажнокова И. М. Москва, 2012г.

**Календарно-тематический план коррекционно-развивающего курса  
«Двигательное развитие» 5 класс, 2 вариант  
Количество часов всего 33, в неделю 1 часа**

№	Тема	Кол-во часов	Дата по плану	Дата по факту
<b>1 четверть</b>				
1	Повторение основных видов движений, выполнение их в различном темпе, сочетание движений туловища, рук и ног.	1	06.09.2023	
2	Ходьба, начиная с левой ноги. Бег в медленном темпе с соблюдением строя.	1	13.09.2023	
3	Прыжок в длину с места.	1	20.09.2023	
4	Броски и ловля мяча.	1	27.09.2023	
5	Подвижные игры «Так можно, так нельзя», «Фигуры».	1	04.10.2023	
6	Построение в обозначенном месте (в кругах, квадратах)	1	11.10.2023	
7	Упражнения на равновесие.	1	18.10.2023	
	<b>ИТОГО</b>	<b>7</b>		
<b>2 четверть</b>				
8	Дыхательные упражнения	1	01.11.2023	
9	Размыкания, смыкания. Выполнение команд «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Становись!».	1	08.11.2023	
10	Упражнения на формирование правильной осанки. Игра «Передай мяч»	1	15.11.2023	
11	Элементы движений с музыкальным сопровождением в различном темпе. Игра под музыку «Птички»	1	22.11.2023	
12	Метание мяча из-за головы с места и на дальность. Упражнения с мячом	1	29.11.2023	
13	Лазание по гимнастической стенке, по наклонной гимнастической скамье.	1	06.12.2023	
14	Вис на гимнастической стенке с подниманием ног на 90 градусов. Упражнение в вися спиной к стене	1	13.12.2023	
15	Увеличение, уменьшение круга движением вперед, назад, на ориентир	1	20.12.2023	
	<b>ИТОГО</b>	<b>8</b>		
<b>3 четверть</b>				
16	Бег парами наперегонки.	1	10.01.2024	
17	Комплекс корригирующей гимнастики.	1	17.01.2024	
18	Прыжки в глубину с высоты 30-50 см.	1	24.01.2024	
19	Удары мяча об пол двумя руками. Переноска нескольких предметов одновременно.	1	31.01.2024	
20	Ходьба по гимнастической скамье с предметами. Повороты кругом с переступанием на гимнастической скамье.	1	07.02.2024	

