

**Приложение
к АООП образования
обучающихся с умеренной,
тяжелой и глубокой
умственной отсталостью
(интеллектуальными
нарушениями),
тяжелыми и
множественными
нарушениями развития
(Вариант 2)**

**Государственное бюджетное учреждение Калининградской области
общеобразовательная организация для обучающихся, воспитанников
с ограниченными возможностями здоровья «Школа-интернат №1»**

**Рабочая программа коррекционного курса
«Двигательное развитие»
8 класс**

Учитель: Опалинская О.Э.

Первая квалификационная категория

Пояснительная записка

Рабочая программа коррекционного курса «Двигательное развитие» для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 8 класса составлена на основе федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (ФАООП УО), которая является учебно-методической документацией, определяющей рекомендуемые федеральным государственным образовательным стандартом объем и содержание образования, планируемые результаты освоения образовательной программы, примерные условия образовательной деятельности.

Нормативно-правовую базу разработки рабочей программы коррекционного курса «Адаптивная физкультура» составляют:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 год №1599);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022г. №1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Закон Калининградской области от 01.07.2013 № 241 «Об образовании в Калининградской области» (с изменениями на 28 сентября 2020 года);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 22 марта 2021 г. N 115 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования";
- Устав ГБУ КО «Школы-интерната №1»;
- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями развития (Вариант 2) ГБУ КО «Школы-интерната №1».

Цель коррекционного курса: коррекционно-развивающее обучение, улучшение состояния здоровья, обогащение сенсомоторного опыта, поддержание и развитие способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков и умений.

Задачи:

- поддерживать и развивать имеющиеся движения, физические навыки и умения;
- расширять диапазон движений и профилактика возможных нарушений;
- развивать двигательные способности в процессе обучения;
- осваивать новые способы передвижения (включая передвижение с помощью технических средств реабилитации);
- коррекция и компенсация нарушений физического развития;
- мотивировать двигательную активность;
- формировать способности осознавать и выражать свои интересы;
- формировать умения определять своё самочувствие (как хорошее, или плохое);
- создавать атмосферу принятия и взаимопонимания в коллективе.

Наряду с вышеуказанными задачами в коррекционном курсе «Двигательное развитие» решаются и специальные задачи, направленные на коррекцию умственной деятельности обучающихся:

- развивать тактильные ощущения кистей рук и расширять тактильный опыт;
- развивать зрительное восприятие;
- развивать зрительное и слуховое внимание;
- развивать вербальные и невербальные коммуникативные навыки;
- формировать и развивать реципрокную координацию;
- развивать пространственные представления;
- развивать общую и мелкую моторику;
- развивать зрительно-моторную координацию.

Общая характеристика коррекционного курса «Двигательное развитие»

с учетом особенностей его освоения обучающимися

У обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития недостаточно развита перцептивная (сенсорная) сфера, вследствие этого они испытывают значительные трудности в усвоении учебного материала. У обучающихся также отмечается скованность, неполный объём движений, нарушение их произвольности, недоразвитие мелкой моторики и зрительно-двигательной координации. На уроках обучающиеся быстро устают, отличаются пониженной работоспособностью. Все психические процессы развиты слабо. Внимание произвольное, крайне рассеянное, неустойчивое. Нарушена как логическая, так и механическая память. Мышление как самостоятельный процесс отсутствует, оно опирается на восприятие и включение в него. Экспрессивная речь: могут издавать лишь отдельные звуки.

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций человека (дыхание, работа сердечно - сосудистой системы и других внутренних органов). У большинства обучающихся с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся.

В работе с обучающимися с умеренной и тяжелой умственной отсталостью целесообразно применять специальные педагогические приемы, направленные на развитие интеллектуальной деятельности: название движений. При планировании занятий учитываются возможности проведения их на свежем воздухе.

Обязательным требованием является обеспечение систематического медицинского контроля за физическим развитием и состоянием здоровья обучающихся. На всех занятиях должны быть предприняты меры для предупреждения несчастных случаев.

Чтобы обучающиеся усвоили алгоритм выполнения упражнений и инструкции педагога, требуется многократное повторение, сочетающееся с правильным показом. Упражнения, подвижные игры, игры с элементами спорта подбираются таким образом, чтобы они состояли из простых элементарных движений. Характерной особенностью обучающихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью является инертность нервных процессов, их стереотипность и обусловленные этим трудности переключения с одного действия на другое. Попадая в непривычную для них обстановку, обучающиеся не могут воспроизвести даже хорошо знакомые физические упражнения. Поэтому при планировании уроков необходимо предусмотреть разучивание одних и тех же упражнений в различных условиях.

Практическая полезность курса обусловлена тем, что предполагает формирование умений пользоваться полученными знаниями для решения соответствующих возрасту житейских задач. У обучающихся 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 обучающихся данной категории. Поэтому важно не только дать этим им определенную сумму знаний, но и выработать у них умение действовать в конкретных жизненных ситуациях, придать знаниям бытовую, ситуационную приспособленность.

При обучении используются следующие принципы:

- принцип коррекционно-речевой направленности, воспитывающий и развивающий принципы;
- принцип доступности обучения, принцип систематичности и последовательности;
- принцип наглядности в обучении;
- принцип индивидуального и дифференцированного подхода в обучении и т.д.

Программа построена на основе концентрического принципа размещения материала. Концентризм создаёт условия для постоянного повторения ранее усвоенного материала и разъединения сложных грамматических понятий и умений на составляющие элементы, где каждый отрабатывается отдельно. В результате постепенно увеличивается число связей, лежащих в основе понятия, расширяется языковая и речевая база для обработки умений и навыков.

В образовании обучающихся с умственной отсталостью 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 обучающихся, так как воспитанники коррекционной школы представляют собой весьма разнородную группу обучающихся 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.

Содержание коррекционного курса «Двигательное развитие» представлено следующими разделами: «Коррекция и формирование правильной осанки», «Формирование и укрепление мышечного корсета», «Формирование осознанного дыхания», «Коррекция и развитие сенсорной системы», «Развитие точности движений пространственной ориентировки». Одно коррекционное занятие может включать содержание разных разделов.

Основной формой является коррекционное занятие. Занятие проводится с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, продолжительность занятий 20 мин.

1 этап. Вводный (2- 3 мин.) На данном этапе применяются, упражнения направленные на снятие психомышечного напряжения, развитие концентрации внимания обучающихся, пальчиковая гимнастика, положительный настрой к продуктивной совместной деятельности.

2 этап. Основной (14-16 мин.) Предполагает повторение пройденного и реализацию соответствующего раздела программы. После выполнения основного содержания занятия применяются упражнения на развитие межполушарного взаимодействия (кинезиотерапия).

3 этап. Заключительный (2 мин.) На данном этапе осуществляется закрепление пройденного, детям предлагается перечислить игры, в которые они играли, что им понравилось и чем им не хотелось заниматься.

Описание места коррекционного курса «Двигательное развитие»

Коррекционный курс «Двигательное развитие» входит в часть учебного плана, формируемая участниками образовательных отношений, «Коррекционно-развивающая область».

Реализация рабочей программы коррекционного курса «Двигательное развитие» рассчитана на 34 часов (34 учебные недели, по 1 часу в неделю.)

Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса «Двигательное развитие»

Оценка результативности учебной деятельности.

Предметом итоговой оценки освоения обучающимися адаптированной основной образовательной программы общего образования должно быть достижение предметных и метапредметных результатов освоения адаптированной основной образовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью (Вариант 2).

Предметные результаты связаны с овладением обучающимися содержанием образовательной области и характеризуют достижения обучающихся в усвоении знаний и умений, способность их применять в практической деятельности. В 8 классе работа учеников поощряется качественной оценкой, в этот период оценивается появление значимых предпосылок учебной деятельности.

Основными критериями оценки планируемых результатов являются соответствие/ несоответствие науке и практике; прочность усвоения (полнота и надежность). Чем больше верно выполненных заданий к общему объему, тем выше показатель надежности полученных результатов. Результаты, продемонстрированные учеником, соотносятся с оценками следующим образом:

Личностные результаты освоения программы:

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

Предметные:

- знать основные виды движений;
- уметь выполнять исходные положения;

- уметь выполнять строевые упражнения;
- уметь выполнять изученные общеразвивающие и корригирующие упражнения;
- уметь соблюдать правила техники безопасности;
- развивать элементарные пространственные понятия;
- уметь бросать, ловить, перекатывать двумя и одной рукой;
- уметь выполнять повороты на месте в разные стороны по словесной инструкции;
- уметь ходить и бегать в колонне по одному;
- уметь прыгать на двух ногах и одной ногой;
- уметь перепрыгивать с одной ноги на другую на месте;
- уметь прыгать в длину с места;
- уметь согласовывать движения;
- уметь бросать мяч на дальность;
- уметь соблюдать последовательности действий в игре;
- уметь соблюдать правила игры;
- уметь соблюдать правила игр-эстафет;
- уметь управлять дыханием;
- уметь выполнять перенос груза.

Мониторинг базовых учебных действий

В процессе обучения осуществляется **мониторинг всех групп БУД**, который отражает индивидуальные достижения обучающихся и позволит делать выводы об эффективности проводимой в этом направлении работы.

Для оценки сформированности каждого действия используется система реально присутствующего опыта деятельности и его уровня.

- деятельность осуществляется на уровне совместных действий с педагогом;
- деятельность осуществляется по подражанию;
- деятельность осуществляется по образцу;
- деятельность осуществляется по последовательной инструкции;
- деятельность осуществляется с привлечением внимания ребенка взрослым к предмету деятельности;
- самостоятельная деятельность;
- умение исправить допущенные ошибки.

Для оценки степени дифференцированности отдельных действий и операций внутри целостной деятельности используются условные обозначения:

Баллы
<p>5 - «выполняет действие самостоятельно (без опоры на внешние средства; внешними средствами являются непосредственная помощь учителя, алгоритмы, образцы)» / «самостоятельно показывает называемый объект окружающего мира / самостоятельно называет указанный объект окружающего мира»</p>
<p>4 - «выполняет действие <u>по образцу</u>» (обучающийся ориентируется на наглядный результат действия). Например: ребенку предъявляют тарелку с бутербродом и предлагают сделать такой же бутерброд.</p> <p>- «выполняет действие по алгоритму» (обучающийся ориентируется на наглядно представленную – предметную или графическую последовательность действий) (например, складывает предметы одежды с опорой на наглядно представленную последовательность, рассказывает по мнемокартинкам,</p>
<p>3 - «выполняет действие по инструкции» (педагог предъявляет инструкцию с использованием жеста, визуальную, речевую) / покажи, где снегирь (покажи птичку с красной грудкой); желтый как лимон; где корова? (учитель приставляет вытянутые</p>

указательные пальцы к голове, изображает рога) и т. п.

2 - «выполняет действие по подражанию» (педагог показывает образец выполнения действия, обучающийся повторяет это действие) / не всегда показывает называемый объект окружающего мира / не всегда называет указанный объект окружающего мира.

1 - «выполняет действие с частичной физической помощью» (педагог периодически оказывает физическую помощь - при выполнении отдельных операций действия использует прием «рука в руке», меняет локализацию прикосновения, придерживая ребенка за запястье, предплечье, локоть и др.).

0 - «выполняет действие со значительной физической помощью» (педагог выполняет всё действие вместе с обучающимся, использует прием «рука в руке») / «не показывает называемый объект окружающего мира / не называет указанный объект окружающего мира».

Для обучающихся по безоценочной системе:

- 5 баллов соответствуют уровню «высокий» и в отчётной документации обозначаются «В»;
- 3 балла – 4 балла соответствуют уровню «средний» и в отчётной документации обозначаются «С»;
- 0 баллов – 2 балла соответствуют уровню «низкий» и в отчётной документации обозначаются «Н».

Для обучающихся по оценочной системе:

- 5 баллов соответствуют оценке «отлично» и в отчётной документации обозначаются «5»;
- 3 балла – 4 балла соответствуют оценке «хорошо» и в отчётной документации обозначаются «4»;
- 0 баллов – 2 балла соответствуют оценке «удовлетворительно» и в отчётной документации обозначаются «3».

Содержание коррекционного курса «Двигательное развитие»

В основу обучения положена система простейших физических упражнений, направленных на коррекцию дефектов физического развития и моторики, укрепление здоровья, выработку жизненно необходимых двигательных умений и навыков у учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. Необходимо отметить, что учащиеся этой категории имеют значительные отклонения в физическом и двигательном развитии. Это сказывается на содержании и методике занятий. Замедленность психических процессов, конкретность мышления, нарушения памяти и внимания обуславливают чрезвычайную медлительность образования у них двигательных навыков. Содержание коррекционного курса включает в себя повторение и закрепления пройденного материала, с его последующим усложнением (увеличение объема и сложности материала).

Коррекция и закрепление навыка правильной осанки

Упражнения на формирование правильной осанки и профилактики плоскостопия, чередование различных видов упражнений, подбор упражнений, соответствующих возможностям учащихся.

Цель: Профилактика нарушения осанки и плоскостопия; выполнения имитационных упражнений.

Планируемые результаты:

Предметные:

- выполнять упражнения по показу и сигналу;
- выполнять упражнения самостоятельно;
- уметь выполнять упражнения с предметами;
- уметь соблюдать последовательности действий в игре;

- уметь соблюдать правила игры;
- уметь соблюдать правила игры с элементами спортивных игр;
- уметь соблюдать правила игр-эстафет.

Познавательные:

- знать понятие «правильная осанка»;
- знать гигиенические основы занятий;
- знать названия частей тела.

Регулятивные:

- сохранять учебную задачу;
- понимать системы общепринятых правил и требований;

Коммуникативные:

- слушать и слышать педагога;
- владеть элементарными навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия;
- обращаться за помощью и принимать помощь учителя, одноклассника;
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения.

Формирование и укрепление мышечного корсета

Упражнения для укрепления мышц спины и брюшного пресса, на гибкость и растяжку.

Цель: Выполнение общеукрепляющих упражнений. Развитие подвижности в суставах.

Планируемые результаты:

Предметные:

- знать и показывать названия частей тела;
- уметь выполнять исходные положения по словесной инструкции;
- уметь выполнять имитационные упражнения;
- уметь выполнять корригирующие упражнения;
- уметь выполнять упражнения с предметами, спортивным инвентарем;
- знать основные виды движений;
- перекаты по позвоночнику вправо – влево, вперед – назад в положении группировки;
- знать и уметь выполнять разученные упражнения.

Познавательные:

- уметь выполнять действия по образцу и по подражанию;
- использовать по назначению учебные материалы.

Регулятивные:

- принимать цели и произвольно включаться в деятельность.

Коммуникативные:

- слушать и слышать педагога;
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения.

Формирование осознанного дыхания

Упражнения для формирования правильного дыхания при выполнении физических упражнений. Упражнения на дыхание различных методик (Стрельникова, Бутейко).

Цель: Овладение упражнениями для развития осознанного дыхания.

Планируемые результаты:

Предметные:

- уметь выполнять простейшие дыхательные упражнения без сочетания с физическими упражнениями;
- уметь выполнять простейшие дыхательные упражнения с сочетанием с физическими упражнениями;
- уметь выполнять грудное, брюшное и полное дыхание в исходном положении «лежа на спине», «сидя», «стоя»;

- уметь выполнять простейшие дыхательные упражнения с использованием звука;
- уметь выполнять дыхательные упражнения с удлинённым и усиленным выдохом;
- уметь дышать через нос, через рот;
- уметь изменять длительности вдоха и выдоха.

Познавательные:

- уметь выполнять действия по образцу и по подражанию;
- использовать по назначению учебные материалы.

Регулятивные:

- принимать цели и произвольно включаться в деятельность;
- следовать предложенному плану и работать в общем темпе.

Коммуникативные:

- слушать и слышать педагога;
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения.

Коррекция и развитие сенсорной системы

Упражнения, игры направленные на развитие тактильно-двигательного восприятия.

Цель: Овладение упражнениями для развития тактильно-двигательного восприятия.

Овладения играми на совершенствование сенсорного развития. Развитие зрительного анализатора.

Планируемые результаты:

Предметные:

- уметь бросать, ловить, отбивать, прокатывать мячи различного диаметра одной рукой на месте и с продвижением;
- уметь играть, соблюдая правила.

Познавательные:

- уметь выполнять действия по образцу и по подражанию;
- использовать по назначению учебные материалы.

Регулятивные:

- принимать цели и произвольно включаться в деятельность;
- следовать предложенному плану и работать в общем темпе.

Коммуникативные:

- слушать и слышать педагога;
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения.

Развитие точности движений и пространственной ориентировки

Упражнения, игры направленные на развитие координационных способностей и пространственной ориентировки.

Цель: Овладения пространственными ориентировками.

Планируемые результаты:

Предметные:

- уметь ориентироваться в окружающем пространстве, в схеме тела;
- формировать способности вести совместные действия с партнером;
- соблюдать последовательности действий в игре, игре-эстафете
- уметь ходить по разным возвышенностям.

Познавательные:

- уметь выполнять действия по образцу и по подражанию;
- использовать по назначению учебные материалы.

Регулятивные:

- принимать цели и произвольно включаться в деятельность;
- следовать предложенному плану и работать в общем темпе;

Коммуникативные:

- слушать и слышать педагога;

- адекватно использовать ритуалы школьного поведения;
- принимать и оказывать помощь.

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности

№ пп.	Тема	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности
1	Вводное занятие: инструктаж техники безопасности. Физические упражнения.	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание. Соблюдать правила поведения. Выполнение простейших упражнений в вытяжении. Теоретические сведения. Правила безопасности на уроке двигательное развитие. Учится слушать учителя, соблюдать правила поведения. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
2	Общеразвивающие и корригирующие упражнения	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Ходьба вдоль линии. Ходьба по узкой возвышенности, руки за спину. Ходьба «змейкой» между конусами. Ходьба по прямой приставными шагами правым и левым боком. Поворот кругом переступанием. Выполнение простейших упражнений для развития кистей рук и пальцев. Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Выполнение простейших дыхательных упражнений без сочетания с физическими упражнениями. Кинезиотерапия. Учится слушать учителя, соблюдать правила поведения. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
3	Упражнения для формирования и закрепления навыков правильной осанки. Преодоление препятствий при ходьбе (беге): перешагивание, перепрыгивание, подлезание, перелезание, обход (оббегание)	1	Приветствие, организация начала занятия. Принятие п. и. положения для правильной осанки (пятки, икроножные мышцы, ягодицы, лопатки, затылок). Разминка: упражнение на основные группы мышц. Упражнения для формирования и закрепления навыков правильной осанки. Преодоление препятствий при ходьбе (беге): перешагивание, перепрыгивание, подлезание, перелезание, обход (оббегание). Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание. Соблюдать правила поведения. Выполнение простейших упражнений в вытяжении. Теоретические сведения. Правильная осанка. Учится слушать учителя, соблюдать правила поведения. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
4	Прокатить мяч между предметами одной и другой рукой.	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед стоя), повороты (вправо, влево, стоя). Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые движения». Выполнение

	Дыхательные упражнения по методу Бутейко		движений пальцами рук с массажным мячиком: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание. Прокатить мяч между предметами одной и другой рукой. Кинезиотерапия. Дыхательные упражнения по Бутейко. Вдох – выдох по показу учителя (дыхание через нос, через рот). И. п. лежа на животе. Полное дыхание (задействованы как верхние, так и нижние отделы легких). Задерживание дыхания в покое и в движении. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
5	Игры на совершенствование сенсорного развития. Профилактика плоскостопия	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Выполнение простейших дыхательных упражнений без и с сочетанием с физическими упражнениями. Выполнение мелких точных координационных движений кистью, пальцами. Игры на совершенствование сенсорного развития по усмотрению учителя. Теоретические сведения. Спортивный инвентарь. Виды спорта. Подошвенные сгибания стоп и пальцев с захватом ими разных мелких предметов (мячей, палочек, платочков). Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
6	Прыжки через препятствия на двух ногах. Прыжки в длину с места. Упражнения для формирования и закрепления навыков правильной осанки.	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Знание частей тела, соприкасающихся со стеной при правильной осанке. Принятие п. и. положения для правильной осанки. Упражнения для формирования и закрепления навыков правильной осанки у стены. Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, широким шагом, в полуприседе, ползание). Ходьба, ходьба по извилистой дорожке с мешочком на голове. Выполнение простейших упражнений для развития пальцев и кистей рук. Прыжки через препятствия на месте на двух ногах. Прыжки в длину с места. Выполнение простейших упражнений в вытяжении. Выполнение простейших дыхательных упражнений без сочетания с физическими упражнениями. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
7	Основные положений рук, ног, туловища, головы. Профилактика плоскостопия.	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Положение рук: вперед, вверх, в стороны, на пояс, перед грудью, за голову, к плечам, за спину. Наклоны и повороты головы. Движение предплечий и кистей рук в различных направлениях. Наклоны и повороты туловища. Приседания. Прыжки. Ходьба на носках, на наружных сводах стоп, по массажной дорожке. Упражнения с «массажными мячиками». Правильное дыхание: вдох – через нос, выдох – через рот. Пальчиковая гимнастика. Выполнение простейших упражнений в вытяжении. Теоретические сведения. Знание частей тела. Игра на внимание. Учителя слушать учителя, соблюдать правила поведения. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
8	Упражнения для формирования и закрепления навыков	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Упражнения из и.п. лежа на спине. Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед), повороты (вправо, влево). Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, за спину.

	правильной осанки.		Выполнение движений плечами. Выполнение движений ногами: поочередное поднятие согнутой ноги в колени до руки (правая рука - левое – колено и наоборот). Выполнение движений пальцами рук с массажным мячиком: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание. Игра «Кто правильнее», «Повтори фигуру». Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
9	Упражнения для укрепления мышц живота и спины из различных и. п. Элементы движений под музыку в различном темпе.	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Принятие правильно положение головы, туловища, ног в различных и. п. стоя, сидя, лёжа на спине, на животе. Упражнения для укрепления мышц живота и спины из различных и. п. Элементы движений под музыку в различном темпе. Простейших упражнений в вытяжении. Правильное дыхание: вдох – через нос, выдох – через рот. Выполнение упражнений для укрепления мышц живота и спины. Учится слушать учителя, соблюдать правила поведения. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
10	Бросание и ловля мяча разными способами, руками, ногами из разных и.п. Ходьба по разной возвышенности.	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Упражнения из разных и.п. Принятие правильно положение головы, туловища, ног в различных и. п. стоя, сидя, лёжа на спине, на животе. Бросание и ловля мяча разными способами, руками, ногами из разных и.п. Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание. Ходьба по разной возвышенности. Правильное дыхание: вдох – через нос, выдох – через рот. Кинезиотерапия. Выполнение упражнения для укрепления мышц глаза (закрытыми и открытыми глазами). Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
11	Общеразвивающие и корригирующие упражнения	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Выполнение ходьбы приставным шагом по гимнастической палке, по обручу, по канату. Выполнение поворотов на месте (направо, налево, кругом). Выполнение мелких точных координационных движений кистью, пальцами с маленьким мячом. общеразвивающие и корригирующие упражнения. Выполнение простейшие упражнения в вытяжении. Выполнение упражнения для укрепления мышц глаза (закрытыми и открытыми глазами). Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
12	Упражнения для укрепления тазового пояса, бёдер, ног и рук. Игра на внимание.	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Ходьба с выполнением движений руками: вперед, вверх, в стороны, «круговые движения». Упражнения из и. п. лежа на животе, спине. Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед), повороты (вправо, влево). Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, за спину. Перекаты. Отжимание с колен. Выполнение простейшие упражнения в вытяжении. Правильное выполнение имитационных упражнений. Упражнения для укрепления тазового пояса, бёдер, ног и рук. Выполнение мелких точных координационных движений кистью, пальцами. Сгибание пальцев в кулак и разгибание

			с изменение темпа. Игра на внимание. Теоретические сведения. Части тела. Правильная осанка. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
13	Корректирующие упражнения. Упражнения с мешочком с песком для формирования и закрепления навыков правильной осанки.	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Принятие и.п. - положения для правильной осанки у стенки (пятки, икроножные мышцы, ягодицы, лопатки, затылок). Упражнения с мешочком с песком для формирования и закрепления навыков правильной осанки. Корректирующие упражнения. Выполнение простейшие упражнения для развития пальцев и кистей рук. Игра «Буратино». Выполнение простейших упражнений в вытяжении. Теоретические сведения. Части тела. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
14	Упражнения с массажными мячами. Дыхательные упражнения.	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Выполнение поворотов на месте (направо, налево). Упражнения с массажными мячами. Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание. Кинезиотерапия. Дыхательные упражнения: «Насос» «Сова», «Ветерок», «Дровосек». Выдох произвольный. Опустить голову на грудь, выдох. Учитя слушать учителя, соблюдать правила поведения. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
15	Коррекционные подвижные игры.	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Упражнения из и.п. стоя. Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед), повороты (вправо, влево). Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, стороны, «круговые движения». Выполнение мелких точных координационных движений кистью, пальцами. Выполнение движений пальцами рук с гимнастической палкой: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание, вращение палки вперед, назад. Выполнение движений плечами. Коррекционные подвижные игры «Мяч по кругу», «Зоопарк», «Узнай друга». Кинезиотерапия. Учитя слушать учителя, соблюдать правила поведения. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
16	Упражнения с гимнастической палкой для укрепления тазового пояса, бедер, ног и рук. Ходьба по разной возвышенности с предметом в руках.	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Поднимание и опускание на носках из различных и.п. Упражнения на уменьшенной площади опоры в виде ходьбы по гимнастической палке, по канату, положенному на пол. Правильное дыхание: вдох – через нос, выдох – через рот. Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание. Упражнения с гимнастической палкой для укрепления мышц тазового пояса, бедер, рук и ног. Ходьба по разной возвышенности с предметом в руках. Теоретические сведения. Части тела. Гигиена тела. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.

17	Игры с предметами для развития координационных способностей	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Выполнение ходьбы приставным шагом по гимнастической палке, по обручу, по канату. Выполнение поворотов на месте (направо, налево, кругом). Игры для развития координационных способностей по усмотрению учителя. Выполнение мелких точных координационных движений кистью, пальцами. Выполнение простейшие упражнения в вытяжении. Выполнение простейших дыхательных упражнений без сочетания с физическими упражнениями. Учится слушать учителя, соблюдать правила поведения. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
18	Ходьба по сенсорной тропе. Имитационные упражнения.	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Ходьба по сенсорной тропе. Имитационные упражнения. «Медведь», «Заяц», «Лиса», «Аист», «Крокодил», «Колобок». Выполнение мелких точных координационных движений кистью, пальцами с мелкими предметами. Выполнение простейшие упражнения в вытяжении. Дыхательная гимнастика. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
19	Игры на развитие пространственной ориентации. Ходьба с перешагиванием предметов разной высоты под музыку в различном темпе.	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Принятие п. и. положения для правильной осанки у гимнастической стенки. Упражнения (движения головы, рук, ног, приседания, скольжение спиной по стенке). Игры на развитие пространственной ориентации «Что справа, что слева», «Впереди», «Сзади», «По следам», Ходьба с перешагиванием предметов разной высоты под музыку в различном темпе. Пальчиковая гимнастика. Выполнение простейших упражнений в вытяжении. Выполнение упражнения для укрепления мышц глаза (закрытыми и открытыми глазами). Учится слушать учителя, соблюдать правила поведения. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
20	Упражнения с мячом, обручем в парах. Дыхательные упражнения.	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине). Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх. Выполнение мелких точных координационных движений кистью, пальцами. Передача мяча в парах из рук в руки. Броски мяча двумя руками над собой и ловля. Упражнения мячом в парах: бросок мяча и ловля, кат обруча одной рукой. Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание. Прыжки с одной ноги на другую. Прыжки через препятствия. Выполнение простейших дыхательных упражнений с сочетанием с физическими упражнениями по Стрельниковой. Теоретические сведения. Виды спорта. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
21	Эстафеты с ходьбой, ходьбой правым и	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Выполнение поворотов на месте (направо, налево). Выполнение ходьбы приставным шагом по

	левым боком, с перешагиванием. Игра с обручами и мешочками с песком.		гимнастической палке, по обручу, по канату. Ходьба, перешагивая через гимнастические палки разной высоты. Ходьба, обходя фишки справа, налево, ходьба правым и левым боком, с перешагиванием. Ходьба, наступая внутрь обруча и из него. Игра с обручами и мешочками с песком «Попади в цель». Выполнение простейшие упражнения для развития пальцев и кистей рук. Выполнение простейших упражнений в вытяжении. Кинезиотерапия. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
22	Упражнения для увеличения гибкости и подвижности суставов. Перелезание через препятствия	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Упражнения для увеличения гибкости и подвижности суставов (и.п. лежа, сидя). Принятие правильного положения головы, туловища, ног в различных и. п.: сидя, лёжа на спине, на животе. Правильное дыхание: вдох – через нос, выдох – через рот. Упражнения для укрепления мышц глаза. Кинезиотерапия. Перелезание через препятствия. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
23	Упражнения, игры на совершенствование сенсорного развитие	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Ходьба по сенсорной тропе. Упражнения, игры на совершенствование сенсорного развитие на усмотрения учителя. Выполнение простейших дыхательных упражнений без сочетания с физическими упражнениями. Выполнение мелких точных координационных движений кистью, пальцами. Теоретические сведения. Здоровый образ жизни. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
24	Игры – эстафеты с предметом	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Выполнение простейших упражнений для развития кистей рук и пальцев. Выполнение простейших дыхательных упражнений без сочетания с физическими упражнениями. Выполнение мелких точных координационных движений кистью, пальцами. Игры – эстафеты с предметом. Выполнение упражнения для укрепления мышц глаза (закрытыми и открытыми глазами). Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
25	Прыжки ноги вместе-ноги врозь, на одной ноге продвижением вперед. Упражнение для правильного дыхания.	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине). Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх. Выполнение мелких точных координационных движений кистью, пальцами. Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание. Прыжки ноги вместе-ноги врозь, на одной ноге с продвижением вперед. Упражнение для правильного дыхания с использованием звуковой гимнастики. Учитя слушать учителя, соблюдать правила поведения. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.

26	Игры на развитие пространственной ориентировки. Перенос груза	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине). Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, «круговые движения». Выполнение мелких точных координационных движений кистью, пальцами. Игры на развитие пространственной ориентировки «Что пропало», «Хлоп, стоп, раз», «Повтори», «Один, два, три, пять». Перенос груза. Бросание и ловля мяча двумя руками, снизу, от груди, из-за головы. Кинезиотерапия. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
27	Упражнения для увеличения гибкости и подвижности суставов с предметом.	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Упражнения для увеличения гибкости и подвижности суставов с предметом (и.п. лежа, сидя). Принятие правильного положения головы, туловища, ног в различных и. п.: сидя, лёжа на спине, на животе. Правильное дыхание: вдох – через нос, выдох – через рот. Упражнения для укрепления мышц глаза. Кинезиотерапия. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
28	Упражнения на закрепления формирование правильной осанки из разных и.п.	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Принятие п. и. положения для правильной осанки. Выполнение имитационных упражнений. Выполнение простейшие упражнения для развития пальцев и кистей рук. Упражнения на формирование правильной осанки из разных и.п. на усмотрения учителя. Ходьба, перешагивание с мешочком на голове, руки на поясе. Выполнение простейших упражнений в вытяжении. Кинезиотерапия. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
29	Игры на совершенствование сенсорного развития	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Принятие п. и. положения для правильной осанки у стенки. Выполнение имитационных упражнений. Выполнение простейшие упражнения для развития пальцев и кистей рук. Выполнение простейших упражнений в вытяжении. Игры на совершенствование сенсорного развития на усмотрения учителя. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
30	Коррекционные игры. Упражнения на дыхание с использованием звуковой гимнастики.	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Сохранение правильной осанки у гимнастической стенки. Выполнение имитационных упражнений. Выполнение простейшие упражнения для развития пальцев и кистей рук. Выполнение простейшие упражнения в вытяжении. Коррекционные игры на усмотрения учителя. Упражнения на дыхание с использованием звуковой гимнастики по Бутейко. Учителя слушать учителя, соблюдать правила поведения. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
31	Общеразвивающие и корригирующие упражнения Упражнения, игры на	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Сохранение правильной осанки у стенки. Выполнение имитационных упражнений. Выполнение простейшие упражнения для развития пальцев и кистей рук. Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Упражнения, игры на равновесие на усмотрения учителя. Знание названия и правила

	равновесие.		изучаемых игр, умение играть, соблюдая правила. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
32	Игры – эстафеты с предметами	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Выполнение простейших упражнений для развития кистей рук и пальцев. Выполнение простейших дыхательных упражнений без сочетания с физическими упражнениями. Выполнение мелких точных координационных движений кистью, пальцами. Игры – эстафеты с предметами. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
33	Упражнения для увеличения гибкости и подвижности суставов с предметом.	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Упражнения для увеличения гибкости и подвижности суставов с предметом (и.п. лежа, сидя). Принятие правильного положения головы, туловища, ног в различных и. п.: сидя, лёжа на спине, на животе. Правильное дыхание: вдох – через нос, выдох – через рот. Упражнения для укрепления мышц глаза. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
34	Закрепление игр на совершенствование сенсорного развития	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Ходьба по сенсорной тропе. Закрепление игр на совершенствование сенсорного развития на усмотрения учителя. Выполнение простейших дыхательных упражнений без сочетания с физическими упражнениями. Выполнение мелких точных координационных движений кистью, пальцами. Теоретические сведения. Строение человека, внутренних органов. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
	Итого	34	

Описание материально-технического обеспечения коррекционного курса «Двигательное развитие»

1.	Мат поролоновый	1
2.	Мягкий модуль	1
3.	Канат	1
4.	Дорожка «массажная»-	1
5.	Набор «Следочки-Ладочки»	1
6.	Набор балансировочные платформы "Речные камни"	1
7.	Полусфера балансировочная	8
8.	Набор «Коврик массажный»	1
9.	Коврик массажный "Микс универсальный" из 8 модулей (шипы, шишки, ежики, трава)	1
10.	Дартс Дисней с мячиками (дротиками) на липучках	2
11.	Кольцеброс	2
12.	Подушка воздушная	2
13.	Дуга для пролезания h-50 см, h -60 см.	2
14.	Фрутоковрик 120х40 см (ковролин с массажными элементами из пластмассы).	1

Дидактический материал

№п/п	Наименование
1.	Картинки с изображением видов спорта
2.	Игрушки мелкие пластмассовые (шарики, кубики)
3.	Игрушки со съёмными деталями
4.	Картинки с изображением спортивного инвентаря
5.	Картинки с изображением животных

Раздаточный материал

№п/п	Наименование	Количество
1.	Мячи в ассортименте	20
2.	Флажки	6
3.	Мячи «ежики»	10
4.	Гимнастические палки	10
5.	Обручи	10
6.	Кегли	6
7.	Мешочек с песком	10
8.	Ленточки	10
9.	Кубики	6
10.	Конусы	5
11.	Гантели	10
12.	Скакалки	10
13.	Массажный шарик Су-Джок	15

Учебно-методическая и справочная литература

№п/п	Название	Автор	Издательство, год издания	Кол-во экз-в
Литература для учителя				
1	Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии	Л.В. Шапкина	Советский спорт, М., 2002	1
2	Психолого-педагогическая диагностика умственного развития детей	С.Д. Забрамная	М., 1995	1
3	Педагогическая коррекция.	В. П. Кащенко	М., 1994	1
4	Коррекционная педагогика: Основы обучения и воспитания детей с отклонениями в развитии.	Под ред. Б.П. Пузанова	М., 2001.	1
5	Коррекционная роль обучения во вспомогательной школе	Под ред. Г. М Дульнева	Педагогика, М. 1971.	1
6	Адаптированная физкультура с основами кинезитерапии.	Под ред. С.М. Бубновский	Издание 2-е, дополненное, М., 2008	1
7	Обучение детей с нарушениями интеллектуального развития	Под ред. Б. П. Пузанова	М., 2000	1
8	Дети – олигофрены	М. С. Певзнер	М., 1959.	1
9	Кто они, дети с отклонениями в развитии	В. Г. Петрова, И. В.Белякова	М., 1998.	1
10	Аксенова О. Э. Адаптивная физическая культура в школе. Начальная школа	// Под общей редакцией С. П. Евсеева, СПб ГАФК им. П. Ф. Лесгафта.	СПб., 2003.	
11	Монтессори-педагогика и Монтессори-терапия.	Н. В Андриющенко	Речь, СПб. 2010.	1