

«Рассмотрено»

На заседании МО №1

от 29.08.2025

председатель МО _____

«Проверено»

Зам.директора по УВР

_____ Е.А. Малафеева

«Утверждаю»

ГБОУ «Реабилитационная школа-интернат
«Восхождение» г.о. Чапаевск»

_____ Н.А. Калабекова

Приказ №160 от 29.08.2025

Рабочая программа
коррекционного курса «Двигательное развитие»
обучающихся 7 класса
с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями),
вариант 2

Пояснительная записка

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 детей с ТМНР имеются нарушения произвольной двигательной активности, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся. Поэтому, работа по обогащению двигательного опыта, поддержанию и развитию способности к произвольному движению и функциональному использованию двигательных навыков является целью данного коррекционного курса.

Основные задачи:

Мотивация произвольной двигательной активности, поддержка и развитие имеющихся движений, расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений.

развитие имеющихся движений (в том числе мелкой моторики) и расширение диапазона двигательных функций использование двигательных навыков для самообслуживания и др.; ориентировка в пространстве; обогащение сенсомоторного опыта.

Цели: Формирование умений: удерживать голову, выполнять движения головой, выполнять движения руками, движения пальцами рук, движения плечами, опираться на предплечья и кисти рук бросать мяч, отбивать мяч от пола, ловить мяч изменять позу в положении лежа, в положении сидя, в положении стоя.

Наряду с вышеуказанными задачами в коррекционном курсе «Двигательное развитие» решаются и 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.

Общесенсорное развитие, у детей с умственной отсталостью, как правило, нарушено. Имеются отклонения в координации, точности и темпе движений. Движения замедленны, неуклюжи. У обучающихся возникают большие сложности при переключении движений, быстрой смене поз и действий. Часть детей с умственной отсталостью имеет замедленный темп, вялость, неловкость движений. У других наблюдается повышенная подвижность, сочетающаяся с нецеленаправленностью, беспорядочностью, нескоординированностью движений.

Характер развития детей зависит от ряда факторов: этиологии, патогенеза нарушений, времени возникновения и сроков выявления отклонений, характера и степени выраженности каждого из первичных расстройств, специфики их сочетания, а также от сроков начала, объема и качества коррекционной помощи.

В связи с выраженными нарушениями и (или) искажениями процессов познавательной деятельности, прежде всего: восприятия, мышления, внимания, памяти непродуктивным оказываются подходы, требующие абстрактного мышления, задействование процессов анализа и синтеза. Вследствие чего возникают серьезные трудности в усвоении «академического» компонента различных программ дошкольного, а тем более школьного образования. Специфика эмоциональной сферы определяется ее неустойчивостью, часто гиперсензитивностью. В связи с неразвитостью волевых процессов дети оказываются не

способны произвольно регулировать свое эмоциональное состояние в процессе деятельности, что не редко вызывает проблемы поведения. Кроме всего перечисленного, трудности в обучении вызываются недоразвитием мотивационно-потребностной сферы обучающихся с умственной отсталостью и ТМНР. Интерес к какой-либо деятельности, если возникает, то, как правило, носит кратковременный, неустойчивый характер.

Воспитательный потенциал курса «Двигательное развитие» реализуется через:

- включение в урок игровых технологий, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;
- использование воспитательных возможностей содержания урока через подбор соответствующих заданий;
- применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командному взаимодействию с одноклассниками.

1.1. Место предмета в учебном плане

В соответствие с недельным учебным планом общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на курс «Двигательное развитие» в 7 классе - 1 часа в неделю (34 ч/в год)

1.2. Программа построена на следующих принципах:

1. **Принцип единства диагностики и коррекции развития**, который заключается в целостности процесса оказания психолого-педагогической и медико-социальной помощи в развитии ребёнка.
2. **Деятельностный принцип коррекции**. Основан на признании того, что именно активная деятельность самого ребенка является движущей силой развития.
3. **Принцип индивидуально-дифференцированного подхода** — изменения содержания, форм, способов коррекционно-развивающей работы в зависимости от индивидуальных особенностей ребенка.
4. **Принцип комплексности организации коррекционной работы** заключается в особенностях использования методических средств и подходов, различных теоретических и методологических подходов, конкретных техник.
5. **Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к участию в реализации программы**. Принцип определяется той ролью, которую играет ближайший круг общения в психическом развитии ребёнка. Система отношения ребёнка с близкими взрослыми, особенности их межличностных отношений и общения, формы совместной деятельности, способы её осуществления составляют важнейший компонент социальной ситуации развития ребёнка, определяют зону его ближайшего развития.
6. **Принцип усложнения**. Каждое занятие должно проходить ряд этапов: от минимально простого – к сложному.
7. **Учёт эмоциональной сложности материала**. Проводимые игры, занятия, упражнения, предъявляемый материал должны создавать благоприятный эмоциональный фон, стимулировать положительные эмоции. Коррекционное занятие обязательно завершается на позитивном эмоциональном фоне.

В программу включены следующие разделы:

1. Основы знаний.
2. Развитие координации и ловкости движений.
3. Коррекция и развитие пространственно-временной дифференцировки.
4. Коррекция и развитие внимания.

5. Развитие навыка расслабления мышц.
6. Коррекция и развитие мелкой моторики.
7. Коррекция и развитие правильного дыхания.
8. Коррекция и профилактика правильной осанки.
9. Профилактика и коррекция плоскостопия.

Средства, формы и методы коррекционной работы:

- наглядность, коррекционные игры и упражнения, практическая работа;
- проводятся групповые занятия;
- психогимнастика, конструирование, наглядный и практический метод, связь с окружающей средой, опора на жизненный опыт и собственные ощущения.

2. Планируемые результаты освоения программы

2.1 Личностными результатами изучения курса «Двигательное развитие» является формирование следующих умений и навыков (при направляющей помощи):

- Определять и выражать положительное отношение к школьной дисциплине, направленной на поддержание норм поведения в школе.
- В предложенных педагогом ситуациях делать выбор как поступить, опираясь на общепринятые нравственные правила, в первую очередь в отношениях со сверстниками в практике совместной деятельности.
- Оценивать простые ситуации и однозначные поступки как «хорошие» или «плохие» с позиции важности исполнения роли «хорошего ученика».
- Выражать свое эмоциональное состояние, настроение.

2.2 Предметные результаты

Учащиеся должны знать:

- элементарные пространственные понятия;
- элементарные виды движений;
- строевые команды;
- правила бережного обращения с инвентарем и оборудованием;
- требования техники безопасности в процессе урока

Учащиеся должны уметь:

- выполнять исходные положения;
- бросать, перекладывать, перекатывать;
- управлять дыханием;
- ориентироваться в пространстве зала;
- участвовать в двигательной и игровой деятельности;
- работать со спортивным инвентарем.

2.3. Достижение базовых учебных действий:

1. Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся.

- входить и выходить из учебного помещения со звонком;
- ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения), пользоваться учебной мебелью;
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить

из-за парты и т. д.);

- организовывать рабочее место;
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность;
- следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения.

2. Формирование учебного поведения:

- направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание);
- умение выполнять инструкции педагога;
- использование по назначению учебных материалов;
- умение выполнять действия по образцу и по подражанию.

3. Формирование умения выполнять задание:

1) в течение определенного периода времени:

- способен удерживать произвольное внимание на выполнении посильного задания 3-4 мин.

2) от начала до конца:

- при организующей, направляющей помощи способен выполнить посильное задание от начала до конца.

3) с заданными качественными параметрами:

- ориентируется в качественных параметрах задания

4. Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.

- ориентируется в режиме дня, расписании уроков с помощью педагога;
- выстраивает алгоритм предстоящей деятельности (словесный или наглядный план) с помощью педагога.

3. Оценка планируемых результатов освоения программы

Система оценки личностных результатов

Всесторонняя и комплексная оценка овладения обучающимися социальными (жизненными) компетенциями осуществляется на основании применения метода экспертной оценки в конце учебного года и заносится в дневник наблюдений или СИПР, что позволяет не только представить полную картину динамики целостного развития обучающегося, но и отследить наличие или отсутствие изменений по отдельным жизненным компетенциям. Для полноты оценки личностных результатов освоения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) учитывается мнение родителей (законных представителей), поскольку основой оценки служит анализ изменений в поведении обучающегося в повседневной жизни в различных социальных средах. Формой работы участников экспертной группы является психолого-педагогический консилиум.

Оценка результатов осуществляется в баллах:

- 0 - нет фиксируемой динамики;
- 1 - минимальная динамика;
- 2 - удовлетворительная динамика;
- 3 - значительная динамика.

Система оценки предметных результатов

Оценивание проводится по результату наличия динамики у обучающегося и заполняется в СИПР с помощью следующих критериев: положительная динамика, незначительная динамика, отсутствие динамики.

Результаты анализа представляются в форме характеризующей наличный уровень жизненной компетенции.

Норма оценивания при освоении обучающимся образовательной программы:

Отметка «5» - способность самостоятельно по образцу выполнять задание;

Отметка «4» - частичное, избирательное усвоение материала;

Отметка «3» - выполнение задания в сопряженном режиме стойких позитивных изменений (динамика не стабильна, неравномерна);

Отметка «2» - не ставится.

Динамика освоения знаний по предмету:

5 баллов - выполняет действие самостоятельно,

4 балла - выполняет действие по инструкции (вербальной или невербальной), 3 балла - выполняет действие по образцу,

2 балла - выполняет действие с частичной физической помощью,

1 балл - выполняет действие со значительной физической помощью, 0 баллов - действие не выполняет.

Полученные данные заносятся в карту развития.

Система оценки БУД

В процессе обучения осуществляется мониторинг всех групп БУД, который будет отражать индивидуальные достижения обучающихся и позволит делать выводы об эффективности проводимой в этом направлении работы. Уровень сформированности БУД осуществляется на основании применения метода экспертной оценки в конце учебного года и заносится в дневник наблюдений. Для оценки каждого действия используется следующая система оценки:

0 баллов - действие отсутствует, обучающийся не понимает его смысла, не включается в процесс выполнения вместе с учителем;

1 балл - смысл действия понимает, связывает с конкретной ситуацией, выполняет действие только по прямому указанию педагогического работника, при необходимости требуется оказание помощи;

2 балла - преимущественно выполняет действие по указанию педагогического работника, в отдельных ситуациях способен выполнить его самостоятельно;

3 балла - способен самостоятельно выполнять действие в определенных ситуациях, нередко допускает ошибки, которые исправляет по прямому указанию педагогического работника;

4 балла - способен самостоятельно применять действие, но иногда допускает ошибки, которые исправляет по замечанию педагогического работника;

баллов - самостоятельно применяет действие в любой ситуации

4. Содержание программы.

Коррекционный курс содержит разделы:

1. Коррекция и формирование правильной осанки.

Профилактика нарушения осанки и плоскостопия; профилактика выполнения имитационных упражнений.

Профилактика выполнения упражнений в вытяжении. Планируется в соответствии с основными дидактическими требованиями: постепенное повышение нагрузки и переход в конце урока к успокоительным упражнениям; чередование различных видов упражнений, подбор упражнений, соответствующих возможностям учащихся.

2 Формирование и укрепление мышечного корсета.

Профилактика выполнения общеукрепляющих упражнений. Овладение пространственными ориентировками. Развитие подвижности в суставах.

3 Коррекция и развитие сенсорной системы.

Овладение упражнениями для развития тактильно-двигательного восприятия; Развитие зрительного анализатора; Овладения играми на совершенствование сенсорного развития.

4 Развитие точности движений пространственной ориентировки.

Профилактика нарушения осанки и плоскостопия; Овладения пространственными ориентировками.

Содержание каждого раздела представлено по принципу от простого к сложному. Сначала проводится работа, направленная на расширение диапазона воспринимаемых ощущений ребенка, стимуляцию активности.

Под активностью подразумеваются психические, физические, речевые реакции ребенка, например: эмоционально-двигательная отзывчивость, концентрация внимания, вокализация. В дальнейшем в ходе обучения формируются сенсорно-перцептивные действия. Ребенок учится

не только распознавать свои ощущения, но и перерабатывать получаемую информацию, что в будущем поможет ему лучше ориентироваться в окружающем мире.

5. Учебно-тематический план

7 класс

Название раздела	Количество часов		
	всего	теория	практика
Коррекция и формирование правильной осанки.	9	2	7
Формирование и укрепление мышечного корсета.	10	1	9
Коррекция и развитие сенсорной системы.	8	2	6
Развитие точности движений пространственной ориентировки.	7	2	5
Итого:	34	7	27

Календарно-тематическое планирование

7 класс					
1	Дыхание в ходьбе, медленном беге.	1	счет	Слушают правила выполнения упражнений, делают упражнения под руководством учителя.	Воспитывать внимательность. Развивать память, воображение.
2	Движение руками в исходных положениях. Движение предплечий и кистей рук.	1	предплечие	Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.	Формировать навыки управления своим дыханием.
3	Упражнения для укрепления мышц рук.	1	темп	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа.	Сформировать опыт самостоятельного преодоления затруднения под руководством педагога на основе рефлексивного метода.
4	Наклоны головой. Наклоны туловищем.	1	наклоны	Выполнение общих развивающих упражнений для ног.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение.
5	Сгибание стопы. Перекаты с носков на пятки.	1	осанка	Слушают правила выполнения упражнений, делают упражнения под руководством учителя.	Формировать навыки управления своим дыханием при ходьбе.
6	Подвижная игра «Запомни порядок»	1	порядок	Формирование умения оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам в процессе участия в игровой деятельности.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение.
7	Приседания. Упражнения для мышц ног.	1	движение	Выполнять катание ногами мячей. Музыкально-ритмические упражнения.	Совершенствование двигательной координации. Коррекция гибкости, моторики.
8	Отстукивание и отхлопывание разного темпа.	1	темп	Слушают правила выполнения упражнений, выполняют по команде.	Формировать навыки управления своими пальцами.

9	Упражнения для развития координации движений.	1	хлопок	Упражнения на развитие точности движений, на развитие памяти.	Совершенствование двигательно-моторной координации. Коррекция зрительного и слухового внимания через разучиваемый комплекс упражнений.
10	Ходьба по залу с изменением направления.	1	наклоны	Ходьба по залу с изменением направления, с обходом кеглей и т.д.	Совершенствование двигательно-моторной координации. Коррекция зрительного и слухового внимания через разучиваемый комплекс упражнений.
11	Ходьба ровным шагом, ходьба на носках. Ходьба по кругу, взявшись за руки.	1	на носках	Упражнения на развитие произвольного внимания, мышления, совершенствование равновесия.	Совершенствование двигательно-моторной координации. Коррекция зрительного и слухового внимания через разучиваемый комплекс упражнений.
12	Ходьба в медленном и быстром темпе. Ходьба по линии и с изменением направления по команде учителя.	1	команда	Слушают правила выполнения упражнений, делают упражнения под руководством учителя.	Корректировать недостатки внимания и восприятия: слухового, зрительного и сенсорного.
13	Строевые упражнения.	1	поворот	Строевые упражнения (право, лево, направо, налево, впереди, сзади, рядом).	Корректировать недостатки слуховой памяти через развитие умения запоминать словесную инструкцию, припоминать ранее услышанную слуховую информацию.
14	Подвижная игра «Волшебный мешочек».	1	правила игры	Упражнения на развитие двигательно-моторной координации.	Коррекция недостатков произвольности через развитие внимания, связанного с координацией слухового и двигательного анализаторов.
15	Захват предметов. Передача предметов.	1	подъем	Упражнения на развитие произвольного внимания, мышления, совершенствование равновесия.	Совершенствование двигательно-моторной координации. Коррекция зрительного и слухового внимания через разучиваемый комплекс упражнений.
16	Лазанье по гимнастической скамье, стенке.	1	скамья	Слушают правила выполнения упражнений, делают упражнения под руководством учителя.	Совершенствование двигательно-моторной координации. Коррекция гибкости, моторики.

17	Подвижная игра «Вот так позы».	1	поза	Упражнения на развитие произвольного внимания, мышления, совершенствование равновесия.	Совершенствование двигательно-моторной координации. Коррекция зрительного и слухового внимания через разучиваемый комплекс упражнений.
18	Подвижная игра «Кошка и мышки»	1	взаимопомощь	Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.	Формировать навыки взаимоконтроля; корректировать недостатки личностной сферы.
19	Броски мячей. Перекачивание мячей.	1	ветер	Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.	Формировать навыки взаимоконтроля; корректировать недостатки личностной сферы.
20	Подвижная игра «Аист ходит по болоту»	1	болото	Формирование умение радоваться своим успехам и успехам других.	Коррекция недостатков моторного развития через совершенствование координации движений.
21	Упражнения с предметами на голове стоя у стены, в движении, под музыку.	1	под музыку	Выполнение упражнений с предметами на голове (мешочек с песком, кубик и т. д) стоя у стены, в движении, под музыку.	Развитие сомато-пространственных действий; развитие восприятия пространства.
22	Повторение основных положений рук, ног, туловища, головы.	1	ритм	Умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении.
23	Ходьба по гимнастической скамейке с различными положениями рук.	1	ловкость	Ходьба по гимнастической скамейке с различными положениями рук (в стороны, за голову, на пояс, вверх, вперёд, к плечам).	Развитие умения соотносить названия действий с собственными движениями.
24	Упражнения с предметами и без них. Подвижная игра «Кошка и мышки».	1	разминка	Слушают учителя, выполняют задание с помощью и по инструкции.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений.
25	Повторение основных видов движений, выполнение их в	1	направление	Слушают учителя, выполняют задание с помощью и по инструкции.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации

	различном темпе, сочетание движений туловища, рук и ног.				движений.
26	Ходьба, начиная с левой ноги. Ходьба с носка. Бег в медленном темпе с соблюдением строя.	1	темп	Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.	Коррекция недостатков мышления, памяти, внимания через определение уровня владения основными пространственными категориями.
27	Прыжки на одной ноге с продвижением ноги. Прыжок в длину.	1	прыжки	Формирование знаний о правилах техники выполнения двигательных действий.	Формировать навыки взаимоконтроля; корректировать недостатки личностной сферы.
28	Прыжок боком через гимнастическую скамейку.	1	правила	Прыжки в глубину с высоты 30-50 см.	Формировать навыки взаимоконтроля; корректировать недостатки личностной сферы.
29	Перебрасывание мячей из одной руки в другую. Подбрасывание мяча перед собой и ловля его.	1	плоскость	Упражнения на развитие общей моторики, координации движений.	Формировать мотивацию деятельности и активные личностные установки.
30	Подвижные игры «Так можно, так нельзя», «Фигуры»	1	фигура	Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.	Корректировать недостатки слуховой памяти через развитие умения запоминать словесную инструкцию.
31	Размыкания, смыкания. Выполнение команд «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Становись!».	1	сотрудничество	Выполнение двигательных действий, использование их в игровой деятельности.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений.
32	Упражнения на формирование правильной осанки	1	наклон	Выполнение простейших упражнений для развития и формирования правильной осанки.	Развитие пространственных действий; развитие восприятия пространства.

33	Элементы движений с музыкальным сопровождением в различном темпе.	1	мелодия	Выполнение двигательных действий с музыкальным сопровождением в различном темпе.	Формировать мотивацию деятельности и активные личностные установки.
34	Лазание по гимнастической стенке, по наклонной гимнастической скамье.	1	наклонная	Расширение диапазона движений и проведение профилактики возможных нарушений.	Коррекция памяти через разучивание и выполнение упражнений.
	Итого:				34ч.