

ГКОУ «Плоскошская специальная школа - интернат»

Рассмотрено
на заседании ШМО
учителей
Протокол № 1
от «27» августа 2025г.

Согласовано
на заседании
Методического совета
Протокол № 1
от «28» августа 2025г.

Утверждаю
Директор ГКОУ «Плоскошская
специальная школа-интернат»
_____/В.В. Балакирев/
Приказ № 84
от «29» августа 2025г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕГО КУРСА

«ДВИГАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ»

К АДАПТИРОВАННОЙ ОСНОВНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ПРОГРАММЕ

10 класс
(2 вариант)

Составитель:
Венедиктова Елена Сергеевна

п. Плоскошь
2025 г.

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа разработана на основе нормативных документов:

1. Приказ Министерства образования Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. №1599 – «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»
2. Приказ Минпросвещения России от 24.11.2022 N 1026"Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)" (Зарегистрировано в Минюсте России 30.12.2022 N 71930)
3. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью в умеренной, тяжелой или глубокой степени, с тяжелыми и множественными нарушениями развития ГКОУ «Плоскошская специальная школа-интернат»
4. Устав ГКОУ «Плоскошская специальная школа-интернат»
5. Положение о рабочей программе педагога ГКОУ «Плоскошская специальная школа-интернат»
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 28.09.2020 №28

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. Она решает образовательные, воспитательные, коррекционно-развивающие и лечебно-оздоровительные задачи.

Двигательное развитие рассматривается и реализуется комплексно, и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением; занимает одно из важнейших мест в подготовке этой категории обучающихся к самостоятельной жизни, производительному труду, воспитывает положительные качества личности, способствует социальной интеграции школьников в общество.

Основной **целью** является работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к произвольному движению и функциональному использованию двигательных навыков у обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ТМНР (тяжелые множественные нарушения развития), укрепление и развитие мышечной системы, нормализация работы опорно-двигательного аппарата, коррекции недостатков психофизического развития, расширении индивидуальных возможностей, социальной адаптации.

Основные задачи:

- поддержка и развитие способности имеющих движения;
- расширение диапазона движений и коррекция возможных нарушений;
- расширение формирования и воспитания гигиенических навыков при выполнении игр и упражнений;
- закрепление и при необходимости коррекция навыков установки укрепления здоровья, и безопасного образа жизни;
- воспитание устойчивого интереса к занятиям по двигательному развитию.

Наряду с вышеуказанными задачами в коррекционном «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.

1. Общая характеристика коррекционного курса

Программа «Двигательное развитие» опирается на все виды связи - необходимые для коммуникативной деятельности: зрительный, дыхательный, речевой, звуковоспроизводящий, мимический, тактильный, жестовый, двигательный. Поэтому, на первых этапах обучение носит развивающий характер и строится с опорой на уже полученные умения и навыки, что способствует активизации механизмов психики ребенка. Работа с дыханием, тактильными ощущениями, двигательными реакциями и звуковоспроизведением помогает с первых дней школьного обучения расширить объем воспринимаемых ощущений, улучшить переработку поступающей информации, сделать усвоение знаний более доступным и осмысленным у обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), ТМНР (тяжелые множественные нарушения развития).

На последующих этапах обучения содержание занятий строится на тонкой дифференцировке зрительных ощущений и их качественной логической переработке. Много внимания уделяется переводу зрительных и слуховых ощущений в речевую модальность, ведется работа над обогащением словарного запаса и связной речью детей. На данном этапе развивается также способность детей к невербальному общению, использованию мимики и жестов.

Содержание программы предусматривает как сенсорное развитие учащихся, так и развитие общей и мелкой моторики. Раздел включает тренировку дыхания, что способствует развитию концентрации произвольного внимания.

Занятия в разделе направлены на преодоление замедленной переключаемости нервных процессов, слабости волевых усилий, двигательного беспокойства, на развитие дифференцированных двигательных и психических реакций. Таким образом, работа включает коррекцию как гипо-, так и гипертонуса.

Занятия в разделе направлены на формирование у учащихся понятий об общепринятых образцах внешних свойств предметов. Дети получают четкие представления о свойствах предметов для анализа и выделения этих свойств в различных ситуациях. Такие знания служат базой для осуществления мыслительных операций и развития познавательной деятельности в целом. Поэтому в программе большое внимание уделяется обучению детей различным способам обследования предметов: наложению, прикладыванию, ощупыванию, группировке, осмотру, описанию, выполнению с предметами определенных действий в заданной последовательности. Содержание работы в данном блоке предусматривает использование на занятиях упражнений на развитие восприятия формы, величины, цвета,

пространства, движений, собственного тела. Целесообразно в качестве объектов исследования на занятиях использовать вначале реальные предметы, затем их наглядные плоскостные изображения, потом анализировать объект по представлению (без предъявления наглядного образца), то есть формировать перцептивные действия с постепенным усложнением.

Занятия по развитию обонятельной, тактильной и слуховой чувствительности проводятся только с использованием реальных объектов.

В разделе предполагается работа на развитие способности к межмодальному синтезу. В этом процессе активно задействованы мнемические процессы и, таким образом, активно развиваются все виды памяти. Детям предъявляются объекты окружающего мира в различных модальностях (на ощупь, на слух, зрительно, на вкус). Учащиеся воспринимают предъявленные образцы, запоминают их, а затем переводят в другую модальность - озвучивают, зарисовывают, пытаются узнать на ощупь то, что увидели или то, что было названо.

Работа, предусмотренная в каждом блоке программы, должна проводиться комплексно, с включением различных психических процессов. Для реализации темы занятия необходимо подбирать упражнения многофункционального характера, работать над развитием внимания, произвольности, мышления, речи, памяти, воображения.

Каждый урок планируется в соответствии со следующими принципами:

- постепенное повышение нагрузки и переход к успокоительным упражнениям в конце урока;
- чередование различных видов упражнений;
- подбор упражнений, соответствующих возрасту и развитию учащихся.

В работе с учащимися целесообразно применять специальные педагогические приемы, направленные на развитие интеллектуальной деятельности: запоминание названий движений, комбинаций движений по темпу, объему, усилию, плавности. На уроках широко применяются упражнения, которые требуют четкой дозировки силовых, временных и пространственных компонентов движений. Чтобы учащиеся усвоили алгоритм выполнения упражнений и инструкции педагога, требуется многократное повторение, сочетающееся с правильным показом. Поскольку учащиеся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), ТМНР с большим трудом воспринимают словесную инструкцию, даже в сочетании с показом, для усвоения ими упражнений требуется систематическая помощь педагога.

Программа по двигательному развитию состоит следующих разделов:

- «Основы знаний о личной гигиене»;
- «Коррекционные упражнения»;
- «Развитие мелкой моторики»;
- «Ориентировка в пространстве»;

- «Дыхательные упражнения».

В программу включены игры, направленные на развитие не только двигательных навыков и физических качеств детей, но также и на развитие внимания, памяти, кинестетических восприятий, пространственных и временных ориентировок.

Место в учебном плане.

«Двигательное развитие» является частью *коррекционно-развивающей области (коррекционные занятия)* учебного плана. Согласно федеральному учебному плану на «Двигательное развитие» отводится в 10 классе- 2 часа в неделю, 68 часа в год.

2. Планируемые результаты освоения обучающимися коррекционного курса

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (вариант 2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

Основным ожидаемым результатом освоения обучающимися АООП по варианту 2 является развитие жизненной компетенции, позволяющей достичь максимальной самостоятельности в решении повседневных жизненных задач, включение в жизнь общества через индивидуальное поэтапное и планомерное расширение жизненного опыта и повседневных социальных

Ожидаемые личностные результаты освоения АООП также заносятся в учет индивидуальных возможностей и специфических образовательных потребностей обучающихся.

Личностные результаты:

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «Я»;
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- освоение доступных социальных ролей, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- слушание и понимание инструкции педагога;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

Предметные:

- выполнение движений и действий по речевой инструкции, или по показу взрослого самостоятельно или с помощью взрослого;
- выполнение действий с мячом: броски мячей разного размера; прокатывание мяча одной, двумя руками;
- ходьба по ровной дорожке (или по скамейке), друг за другом, в паре, с руками на поясе;
- умение стоять друг за другом, стоять взявшись за руки, строиться в круг;
- прыгать на двух, на одной ноге на месте, с продвижением вперед, из обруча в обруч;

- ползание, подползание, переползание через препятствие;
- выполнение разминочных упражнений с предметами и без;
- умение пользоваться спортивными снарядами или орудиями (мячами, кеглями, обручами и пр.).
- строится в колонну, равняться в затылок, размыкаться на вытянутые руки вперёд;
- выполнять повороты по ориентирам, по показу, по словесной инструкции учителя;
- уметь выполнять действия по образцу и по подражанию;
- технически правильно осуществлять двигательные действия;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков по показу учителя;
- управлять дыханием.

Базовые учебные действия:

- проявляют интерес к адаптивным ситуациям;
- выполняют элементарную инструкцию, связанную с адаптивными возможностями,
- используя предметы (игрушки), предметы социальной значимости и доступные спортивные средства;
- проявляют активность в адаптивных ситуациях с игрушками и спортивными средствами любым доступным способом.
- входить и выходить из учебного помещения со звонком
- ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения), пользоваться спортивным инвентарем
- передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения
- 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. Содержание программы коррекционного курса.

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.

Упражнения на ориентировку в пространстве. Вводные занятия. Правила техники безопасности. История возникновения танца. Развитие музыкальности. Простейшие упражнения на изолированную работу отдельных частей тела.

Ритмико-гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения. Основные танцевальные термины и позиции. Танцевальные термины. Музыкальные игры - этюды. Выставление ноги на носок вперёд и в стороны. Вставание на полу пальцы. Перекрёстное поднимание и опускание рук. Отведение стопы наружу и приведение её внутрь. Притопы, прихлопы-танцевальные движения. Лёгкие игровые притопывания. Ходьба, бег, кружение на месте. Хороводы в кругу. Шаг с притопом на месте и с продвижением.

Прыжки с выбрасыванием ноги вперёд. Движение по кругу приставными шагами с приседаниями. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Ходьба с высоким подниманием колен. Наклоны, повороты головы, круговые вращения плечами. Ориентирование в пространстве зала. Ходьба с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Шаг бодрый, спокойный, топающий. Движения рук в разных направлениях. Изменения направления и формы ходьбы и бега. Ориентировка в направлении движений вперёд, назад, направо, налево, вокруг, из круга.

Упражнения с предметами. Представления о пространстве и умения ориентироваться в нём. Ориентирование в пространстве зала.

Движения к определённой цели и между предметами. Ориентирование в пространстве зала. Музыкально - ритмические движения в соответствующем заданию музыке ритме. Перестроения с образованием кругов, квадратов, «звёздочек», «каруселей». Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Движения рук в разных направлениях с предметами. Бег на полупальцах. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы. Приседания с предметами (обруч, скакалка). Изменение танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке.

Игры под музыку. Перестроения из линейных в объёмные: из шеренги в 2 круга; из колонны в 2 круга; из шеренги в 2-е «цепочки»; из колонны в 2-е «цепочки». Упражнения на развитие силы мышц подвижности суставов: полуприседания. Русский танец. Полу присядка, «Гармошка» простая, Танцевальный шаг с носка, переменный шаг. Передача характерных черт персонажей сказок, песен, частушек, танцев. Музыкальные игры с имитацией движений персонажей. Ходьба с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Шаг бодрый, спокойный, топающий. Отведение стопы наружу и приведение её внутрь. Притопы, прихлопы - танцевальные движения. Игра «Куклы Папы Карло». Составление несложных танцевальных композиций.

Танцевальные упражнения. Упражнения с использованием собственной силы - например, притягивание туловища к ногам. Различного рода маховые, маятниковые движения отдельными частями тела с постепенным увеличением амплитуды и скорости движения - например, маховые движения ногой. Пружинящие движения отдельными частями тела с постепенным увеличением амплитуды движений - например, пружинистые движения корпусом вверх-вниз в положении выпада. Рывковые движения - например, резкое разведение рук в стороны в горизонтальной плоскости.

4. Тематическое планирование.

№ п/п	Наименование тем	Кол-во часов
Раздел 1. Упражнения на ориентировку в пространстве		
1	Вводные занятия. Правила техники безопасности.	1
2-3	История возникновения танца. Ритмико-гимнастические упражнения.	2
4-5	Простейшие упражнения на изолированную работу отдельных частей тела.	2
6-7	Развитие музыкальности. Я–герой сказки. Любимый персонаж сказки(имитация под музыку).	2
Раздел 2. Общеразвивающие упражнения		
8-9	Общеразвивающие упражнения.	2
10-11	Основные танцевальные термины и позиции. Тренировочный танец “Ладочки”. Основные движения, переходы в позиции рук.	2
12-13	Музыкальные игры-этюды. Индивидуальное творчество.	2
14-15	Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием.	2
16-17	Перестроение из одной шеренги в две, три.	2
18-19	Шаг польки. Танец «Полька».	2
20-21	Хлопки простые и перекрёстные –парные движения.	2
22-23	Перестроение в два и три кружочка из колонн, с ужением и расширением их.	2
24-25	Упражнения на осанку.	2
Раздел 3. Упражнения с предметами.		
26-27	Комплекс упражнений с обручами. Представления о пространстве и умения ориентироваться в нём.	2
28-29	Комплекс упражнений с мешочками	2
30-31	Ориентирование в пространстве зала. Музыкально-ритмические движения в соответствующем заданию музыке ритме.	2
32-33	Перестроения с образованием кругов, квадратов, «звёздочек», «каруселей».	2
34-35	Комплекс упражнений с лентами.	2
36-37	Движения рук в разных направлениях с предметами. Бег на полу пальцах.	2
38-39	Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы. Приседания с предметами (обруч, скакалка).	2
Раздел 4. Игры под музыку.		
40-41	Изменение танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке.	2
42-43	Перестроения из линейных в объёмные	2
44-45	Упражнения на развитие силы мышц и подвижности	2

	суставовного: полуприседания.	
46-47	Русский танец. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием скакалок.	2
48-49	Приставной шаг в сторону с приседанием; выставление ноги на пятку; поскоки в парах.	2
50-51	Прямой галоп.	2
52-53	Отведение стопы на ружу и приведение её внутрь.	2
54-55	Притопы, прихлопы- танцевальные движения.	2
56-57	Инсценирование русской народной прибаутки: «Ворон». Игры под музыку. Комбинация «Гуси».	2
58-60	Составление несложных танцевальных композиций.	3
Раздел 5. Танцевальные упражнения.		
61-62	Упражнения с использованием собственной силы	2
63-64	Рывковые движения	2
65-66	Различного рода маховые, маятниковые движения отдельными частями тела с постепенным увеличением амплитуды и скорости движения	2
67-68	Пружинящие движения отдельными частями тела с постепенным увеличением амплитуды движений	

5. Учебно-методическое обеспечение

1. Алиев Ю.Б. Настольная книга школьного учителя-музыканта - М., Владос, 2016 г.
2. Гродзенская Н. Внеклассные мероприятия в коррекционных классах - Волгоград, 2014.
3. Евтушенко И.В. Музыкальное воспитание умственно-отсталых сирот - М., 2013.
4. Критская Е.Д. Сергеева Г.П. Учебник «Музыка». 1 класс - Волгоград, 2014.
5. Малиевская С. Некоторые способности музыкального воспитания умственно-отсталых детей - М., 2014.
6. Музыка. Пособие для учителя / Сост. Е.Д. Критская, Г.П. Сергеева, Т.С. Шмагина - М.: Просвещение, 2014;
7. Петрушин В. Музыкальная психотерапия - М., 2016.
8. Раздымаха А. Формирование музыкальной культуры учащихся в условиях школы-интерната. М., 2017.