

ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДОНЕЦКАЯ СПЕЦИАЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 28»

РАССМОТРЕНО

на заседании МО учителей-  
предметников

Протокол от «\_\_»\_\_ г. №\_\_

Руководитель МО учителей  
начальных классов

\_\_\_\_\_Ю.Н.Юрьева

СОГЛАСОВАНО

зам. директора по УР

\_\_\_\_\_А.Ю. Хелемендык

«\_\_»\_\_ г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГКОУ «Донецкая СШИ №28»

\_\_\_\_\_С.В. Дермен

«\_\_»\_\_ г.

## Рабочая программа

### по коррекционному курсу «Двигательное развитие» 4 класс (вариант 2)

Рабочую программу составила:

\_\_\_\_\_Ю.Н.Юрьева

2024—2025 учебный год

## **Общие положения**

Рабочая программа по коррекционному курсу «Двигательное развитие» разработана на 2024-2025 учебный год в соответствии с:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1599;
- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программой обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 года № 1026;
- Приказом Министерства просвещения РФ от 17.07.2024 г. № 495 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных адаптированных образовательных программ» (зарег. в Минюсте России 15.08.2024 г. № 79163);
- Адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2) Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Донецкая специальная школа-интернат № 28», утвержденной приказом от 24.08.2023 г. № 166;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Календарным годовым графиком работы образовательного учреждения на 2024-2025 учебный год.

## **Пояснительная записка**

### **Цель предмета:**

- максимально возможная самореализация и коррекция детей с отклонениями в состоянии здоровья в социально приемлемом и одобряемом виде деятельности, повышение их реабилитационного потенциала и уровня развития двигательных качества.

### **Задачи предмета:**

- позитивные изменения в психофизическом и двигательном состоянии детей с проблемами в состоянии здоровья и развития, которые могут быть описаны, воспроизведены и объективно (количественно) измерены. Изменения должны корректировать основной дефект - компенсацией за счет сохранных функций и структур ЦНС;

- расширить двигательный опыт (навык) детей с проблемами в состоянии здоровья и развития, посредством использования освоенных физических упражнений в разнообразных формах двигательной активности, привить детям с проблемами в состоянии здоровья и развития основ адаптивного физкультурного образования, которое направлено на формирование знаний и двигательных умений;
- приобщить детей с проблемами в состоянии здоровья и развития к здоровому образу жизни, воспитать у них основы адаптивной физической культуры, решить проблему социально-бытовой ориентации.

## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Система физического воспитания, объединяющая все формы занятий физическими упражнениями, способствует социализации обучающегося в обществе формированию духовных способностей ребенка.

Двигательное развитие предназначено для удовлетворения комплекса потребностей, обучающегося с отклонениями в состоянии здоровья. Главными из них являются самоактуализация, максимально возможная самореализация своих способностей и сопоставление (сравнение) их со способностями других людей, имеющих подобные проблемы со здоровьем (повреждения центральных механизмов управления движениями, зрения, слуха, интеллекта и др.).

Кроме того, в число ведущих потребностей этого комплекса входят потребности общения (коммуникативной деятельности), преодоления отчужденности, выхода за пределы замкнутого пространства своей квартиры, в более обобщенном выражении социализации и социальной интеграции.

Двигательное развитие - система средств физической культуры, применяемых для профилактики и лечения различных заболеваний и их последствий. Занятия направлены на выведение организма из патологического состояния, повышение его функциональных возможностей путем восстановления, коррекции и компенсации дефектов.

На занятиях двигательного развития, наряду с физическими упражнениями с коррекционной направленностью, используются упражнения, закрепляющие умения естественно двигаться (ходьба, бег, ориентирование в пространстве, управление своими движениями).

Положительными особенностями упражнений являются:

- 1) глубокая биологичность - движения свойственны всему живому;
- 2) отсутствие отрицательного побочного действия (при правильной дозировке);
- 3) возможность длительного применения;
- 4) универсальность и широкий диапазон воздействия на организм;
- 5) положительное влияние на эмоциональное состояние ребенка;
- 6) стимулирующее влияние на все органы и системы организма.

В программу включены следующие разделы: теоретические основы, гимнастика, элементы легкой атлетики, подвижные игры.

На занятиях используются в общеразвивающие упражнения и коррекционные упражнения, подвижные игры, прикладные упражнения, дыхательная гимнастика. Основными видами занятий являются специальные упражнения с целью коррекционного влияния. Коррекционное влияние занятий зависит не только от подбора упражнений, но и методики их применения.

## ОПИСАНИЕ МЕСТА КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Курс «Двигательное развитие» относится к коррекционно-развивающей области части, формируемой участниками образовательных отношений Федерального учебного плана образования обучающихся с умеренной (тяжелой, глубокой) умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) (дополнительный первый класс, 1-4 классы), с целью обеспечения удовлетворения образовательных потребностей обучающихся, необходимой коррекцией в физическом и психическом развитии.

Рабочая программа составлена в соответствии с количеством часов, указанных в Недельном учебном плане АООП УО (вариант 2) обучающихся I доп., I-IV классы. Уроки по данной рабочей программе проводятся: 1 час в неделю – 34 часа. С учётом каникулярных и праздничных дней календарно-тематическое планирование по курсу может быть скорректировано.

<i>класс</i>	<i>предмет</i>	<i>Кол-во часов в год</i>	<i>Кол-во часов в неделю</i>
4	Двигательное развитие.	34	1

## Планируемые результаты изучения коррекционного курса

### Личностные результаты:

- перемещение в новой среде без проявлений дискомфорта;
- принятие контакта, инициированного взрослым;
- установление контакта с педагогом и другими взрослыми, участвующими в организации учебного процесса;
- направленность взгляда на лицо взрослого, на выполняемое задание;
- выполнение простых речевых инструкций (дай, возьми, встань, сядь, подними и др.);

- выполнение движений и действий с предметами по подражанию;
- выполнение речевых инструкций;
- выполнение задания в течение определенного временного промежутка;
- принятие помощи учителя.

### **Предметные результаты:**

*Обучающиеся должны знать:*

- форму одежды для занятий, правила поведения в кабинете, технику безопасности при пользовании спортивными снарядами;
- построение и равнение в шеренге, перестроение из одной шеренги в две, правила;
- что такое дыхательная пауза, как сочетать дыхание и движения.

*Обучающиеся должны уметь:*

- выполнять комплекс упражнений утренней гимнастики на 6-8 упражнений;
- выполнять правильно технику ходьбы;
- правильно выполнять упражнения на дыхание.

### **Содержание учебного предмета**

Удержание головы в положении лежа на спине (на животе, на боку (правом, левом)), в положении сидя. Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя),

«круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки). Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые». Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание. Выполнение движений плечами.

Опора на предплечья, на кисти рук. Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы), одной рукой (от груди, от уровня колен, из-за головы). Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой). Ловля мяча на уровне груди (на уровне колен, над головой). Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину. Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках). Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине».

Вставание на колени из положения «сидя на пятках». Стояние на коленях. Ходьба на коленях. Вставание из положения «стоя на коленях». Стояние с опорой (вертикализатор, костыли, трость и др.), без опоры. Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад. Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры), по наклонной поверхности (вверх,

вниз; с опорой, без опоры), по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры). Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе). Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом). Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево). Прыжки на одной ноге. Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега).

#### Учебно-тематический план

<b>Класс</b>	<b>Наименование тем</b>	<b>Количество часов по плану</b>	<b>Количество часов по факту</b>
<b>4</b>	Общеразвивающие и корректирующее упражнения	8	
	Прикладные упражнения	26	
<b>Итого</b>		<b>34</b>	

№ п/п	№ урока в теме	Содержание материала	Количество часов		Дата		Примечание
			По план у	По фак ту	По плану	По факту	
		<b>I четверть ( 8 )</b>					
		<b>I Общеразвивающие и корригирующие упражнения ( 8 )</b>					
1	1	Удержание головы в положении лежа на спине (на животе).	1		05.09		
2	2	Удержание головы на боку (правом, левом), в положении сидя.	1		12.09		
3	3	Наклоны головой: (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя).	1		19.09		
4	4	Повороты головой (вправо, влево в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя).	1		26.09		
5	5	«Круговые» движения головой (по часовой стрелке и против часовой стрелки).	1		03.10		
6	6	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые».	1		10.10		
7	7	Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание.	1		17.10		
8	8	Выполнение движений плечами.	1		24.10		
		<b>II четверть ( 8 )</b>					
		<b>II Прикладные упражнения ( 8 )</b>					
9	1	Вставание на колени из положения «сидя на пятках». Стояние на коленях.	1		07.11		
10	2	Ходьба на коленях. Вставание из положения «стоя на коленях».	1		14.11		

11	3	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	1		21.11		
12	4	Бросание мяча двумя руками (от груди).	1		28.11		
13	5	Бросание мяча двумя руками (от колен).	1		05.12		
14	6	Бросание мяча двумя руками (из-за головы).	1		12.12		
15	7	Ловля мяча на уровне груди (на уровне колен, над	2		19.12		
16	8	головой).			25.12		
<b>III четверть ( 11 )</b>							
<b>II Прикладные упражнения ( 11 )</b>							
17	1	Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры).	1		09.01		
18	2	Ходьба по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры).	1		16.01		
19	3	Ходьба по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры).	1		23.01		
20	4	Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро.	1		30.01		
21	5	Ходьба, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом.	1		06.02		
22	6	Ходьба в полуприседе, в приседе.	1		13.02		
23	7	Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом).	1		20.02		
24	8	Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину.	1		27.02		
25	9	Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево).	1		06.03		
26	10	Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо,	2		13.03		
27	11	влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево).			20.03		



		<b>IV четверть ( 7 )</b>						
		<b>II Прикладные упражнения ( 7 )</b>						
28	1	Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево).	1		03.04			
29	2	Прыжки на одной ноге.	1		10.04			
30	3	Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега).	2		17.04			
31	4				24.04			
32	5	Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках).	2		08.05			
33	6				15.08			
34	7	Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине».	1		22.05			
			<b>34</b>					

## Учебно-методический комплекс

1. Программа обучения глубоко умственно отсталых детей. Составитель-НИИ дефектологии АПН СССР, 1983г.
2. Программно-методические материалы «Обучение детей с выраженным недоразвитие интеллекта» Под редакцией кандидата психологической наук, профессора - Бгажнокова И. М. Москва, 2012г
3. Программы специальных общеобразовательных школ для умственно отсталых детей (вспомогательная школа). Составитель-Госкомитет СССР по народному образованию, 1990.
4. Аксенова О. Э. Адаптивная физическая культура в школе. Начальная школа/ О. 5. Э. Аксенова, С. П. Евсеев// Под общей редакцией С. П. Евсеева, СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта. СП., 2003.
6. Баряева Л.Б. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. Спб ЦДК. 2011.
7. Программы для 1-4 классов специальных (коррекционных) учреждений VIII вида под редакцией И.М. Бгажноковой, Издательство М., «Владос», 2011.
8. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями развития/Под общей редакцией проф. Л. В. Шапковой, М.: Советский спорт, 2002.
9. Креминская М.М. Сборник программ по физической культуре для образовательных организаций, реализующих адаптивные образовательные программы для детей с ограниченными возможностями здоровья ( для учащихся с легкой и умеренной умственной отсталостью). – СПб.:Владос Северо-Запад, 2013. – 294 с.