

**Приложение  
к АООП образования обучающихся  
с умеренной, тяжелой и глубокой  
умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями),  
тяжёлыми 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»  
4 класс**

Учитель: Опалинская О.Э.

## Пояснительная записка

Рабочая программа коррекционного курса «Двигательное развитие» для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 4 класса (5 год обучения) составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (Вариант 2), 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 учебного предмета «Двигательное развитие» (4 класс) 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);
- 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";
- Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), включенная в реестр примерных основных общеобразовательных программ (протокол от 22.12.2015г № 4/15);
- Устав ГБУ КО «Школа-интернат №1»;
- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (Вариант 2) ГБУ КО «Школа-интернат №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;
- осваивать новые способы передвижения (включая передвижение с помощью технических средств реабилитации).
- коррекция и компенсация нарушений физического развития;
- мотивировать двигательную активность.
- поддерживать и развивать имеющиеся движения, физические умения и навыки;

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

- 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 мелкую моторику, 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 непроизвольное, 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 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 детей, 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 «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 4 Б 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;
- развивать элементарные пространственные понятия;
- уметь бросать, ловить, перекатывать;
- уметь выполнять повороты на месте в разные стороны;
- ходить и бегать в колонне по одному;
- прыгать на двух ногах, перепрыгивать с одной ноги на другую на месте;
- уметь соблюдать последовательности действий в игре;
- уметь управлять дыханием.

### **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 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:

- Действие (операция) сформировано – «ДА»;
- Действие осуществляется при сотрудничестве взрослого – «ПОМОЩЬ»;
- Действие выполняется частично, даже с помощью взрослого – «ЧАСТИЧНО»;
- Действие (операция) пока недоступно для выполнения – «НЕТ».

Выявление уровня сформированности и доступности тех или иных видов деятельности, позволяет судить об уровне развития психических процессов, их обеспечивающих, т.е. критерии доступности и сформированности тех или иных видов деятельности позволяют оценить зону актуального развития обучающегося и выбрать содержание индивидуальной программы курса.

### **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.

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

**Планируемые результаты:**

**Предметные:**

- выполнять упражнения по показу и сигналу;
- уметь соблюдать последовательности действий в игре;
- уметь соблюдать правила игры.

**Познавательные:**

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

**Регулятивные:**

- сохранять учебную задачу.

**Коммуникативные:**

- слушать и слышать педагога;
- 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 названия частей тела;
- знать правила гигиены тела;
- уметь выполнять исходные положения;
- уметь выполнять имитационные упражнения;
- знать основные виды движений.

**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 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, прокатывать мячи различного диаметра;
- уметь выполнять упражнения с различным спортивным инвентарем;
- 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;
- соблюдать последовательности действий в игре;
- уметь выполнять ведущую роль в подвижной игре.

**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. Учитя слушать учителя, соблюдать правила поведения. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
2	Формирование правильной осанки у стенки. Игры без предметов.	1	Приветствие, организация начала занятия. Принятие п. и. положения для правильной осанки (пятки, икроножные мышцы, ягодичы, лопатки, затылок). Разминка: упражнение на основные группы мышц. Перестроение из колонны по одному в круг, взявшись за руки. Ходьба по кругу. Выполнение движений пальцами рук: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание. Игры без предметов по усмотрению учителя. Соблюдать правила поведения. Выполнение простейших упражнений в вытяжении. Теоретические сведения. Правила безопасности на уроке двигательное развитие. Учитя слушать учителя, соблюдать правила поведения. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
3	Основные положений рук, ног, туловища, головы.	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. Наклоны и повороты головы. Наклоны и повороты туловища. Приседания. Правильное дыхание: вдох – через нос, выдох – через рот. Правильное выполнение имитационных упражнений. Выполнение простейшие упражнения для развития пальцев и кистей рук. Выполнение простейших упражнений в вытяжении. Теоритические сведения. Знание частей тела. Игра на внимание. Учитя слушать учителя, соблюдать правила поведения. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
4	Основные виды ходьбы, бега. Дыхательная гимнастика.	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Руки через стороны вверх. Наклоны туловища вправо-влево. Повороты туловища направо-налево. Поочередное сгибание ног в коленных суставах. Полуприсед, руки вперед. Ходьба, бег с хлопками. Выполнение простейших упражнений для развития кистей рук и пальцев. Выполнение простейших дыхательных упражнений без сочетания с физическими упражнениями. Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, широким шагом, в полуприседе). Бег с высоким подниманием бедра. Выполнение мелких точных координационных движений кистью, пальцами. Дыхательная гимнастика. Кинезиотерапия. Теоретические

			сведения. Спортивный инвентарь. Учится слушать учителя, соблюдать правила поведения. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
5	Ходьба по сенсорной тропе. Игра на совершенствование сенсорного развития	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. Ходьба по сенсорной тропе. Игра на совершенствование сенсорного развития «Найди нужный цвет». Выполнение простейших дыхательных упражнений с сочетанием с физическими упражнениями. Теоретические сведения. Гигиена тела. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
6	Упражнения для формирования правильной осанки		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. Выполнение движений ногами: поочередное поднятие согнутой ноги в колени. Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание. Выполнение движений плечами. Выполнение простейших дыхательных упражнений без сочетания с физическими упражнениями. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
7	Упражнения для укрепления мышц живота и спины из различных и. п.	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. 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.
8	Прокатить мяч двумя и одной рукой друг другу из разных и.п. Движений пальцами рук	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. Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание. Выполнение движений плечами. Ползание с опорой на предплечья, на кисти рук. Выполнение простейших упражнений для развития кистей рук и пальцев. Прокатить мяч двумя и одной рукой друг другу из разных и.п. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
9	Упражнения для формирования и закрепления навыков	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. Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, широким шагом, в полуприседе, ползание). Ходьба, ходьба

	правильной осанки. Игра на внимание.		«змейкой», перешагивание с мешочком на голове. Выполнение простейшие упражнения для развития пальцев и кистей рук. Выполнение простейших упражнений в вытяжении. Игра на внимание. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
10	Упражнения с массажными мячами.	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Выполнение поворотов на месте (направо, налево). Упражнения для ног и рук с массажными мячами. Выполнение движений пальцами рук: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание. Кинезиотерапия. Учитя слушать учителя, соблюдать правила поведения. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
11	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: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание. Выполнение движений плечами. Ползание «змейкой» с опорой на предплечья, на ладони, по-пластунски. Коррекционные подвижные игры «Чей голос», «Передай мяч». Кинезиотерапия. Учитя слушать учителя, соблюдать правила поведения. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
12	Прыжки на одной ноге, «классики». Дыхательные упражнения без и с сочетанием с физическими упражнениями.	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. Прыжки на одной ноге, «классики». Выполнение простейших дыхательных упражнений без и с сочетанием с физическими упражнениями. Теоретические сведения. Виды спорта. Учитя слушать учителя, соблюдать правила поведения. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
13	Бросание мяча двумя руками (из-за головы) в парах.	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. Выполнение движений пальцами рук: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание. Бросание мяча двумя руками (из-за головы) в парах. 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.
14	Упражнения для увеличения	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

	гибкости и подвижности суставов.		головы, туловища, ног в различных и. п.: сидя, лёжа на спине, на животе. Правильное дыхание: вдох – через нос, выдох – через рот. Упражнения на гибкость и растяжку. Упражнения для укрепления мышц глаза. Кинезиотерапия. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
15	Упражнения для формирования правильной осанки.	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Принятие исходного положения для правильной осанки у стенки (пятки, икроножные мышцы, ягодицы, лопатки, затылок). Выполнение имитационных упражнений. Выполнение простейшие упражнения для развития пальцев и кистей рук. Игра «Зеркало». Выполнение простейших упражнений в вытяжении. Теоретические сведения. Части тела. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
16	Имитационные упражнения	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Имитационные упражнения. «Пингвин»: ходьба с развернутыми носками ног во внешнюю сторону до прямой линии. Семенящий шаг. «Лиса»: ходьба мягкая, плавная, с носка на всю ступню. «Собачка»: бег с остановками и резкими поворотами головы и туловища в стороны. «Крокодил»: ползание с опорой рук. «Колобок»: перекаты. «Разведчик»: ползание по-пластунски, «Заяц» - прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Выполнение мелких точных координационных движений кистью, пальцами с предметом. Пальчиковая гимнастика. Выполнение простейшие упражнения в вытяжении. Дыхательная гимнастика. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
17	Игры на развитие пространственной ориентации	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, слева», «Пустое место». Выполнение простейшие упражнения для развития пальцев и кистей рук. Выполнение простейших упражнений в вытяжении. Выполнение упражнения для укрепления мышц глаза (закрытыми и открытыми глазами). Кинезиотерапия. Учится слушать учителя, соблюдать правила поведения. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
18	Прыжки двух и на одной ноге с продвижением вперед. 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. Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание. Прыжки двух и на одной ноге с продвижением вперед. Выполнение простейших дыхательных упражнений с сочетанием с физическими упражнениями. Теоретические сведения. Гигиена тела. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
19	Упражнение с	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Выполнение

	гантелями из разных и.п.		поворотов на месте (направо, налево). Выполнение ходьбы приставным шагом по гимнастической палке, по обручу, по канату. Упражнение с гантелями из разных и.п. Выполнение простейшие упражнения для развития пальцев и кистей рук. Выполнение простейших упражнений в вытяжении. Кинезиотерапия. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
20	Упражнения на формирование правильной осанки с обручем	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Сохранение правильной осанки у стенки с предметом на голове (мешочек с песком и т. д.). Выполнение имитационных упражнений. Выполнение простейшие упражнения для развития пальцев и кистей рук. Выполнение простейшие упражнения в вытяжении (стоя, сидя, лежа). Упражнения на формирование правильной осанки с обручем. Дыхательная гимнастика. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
21	Игры с обручем 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). Игры для развития координационных способностей «Водитель», «Космонавты», «Тоннель». Выполнение мелких точных координационных движений кистью, пальцами. Выполнение простейшие упражнения в вытяжении. Учитя слушать учителя, соблюдать правила поведения. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
22	Бросание и ловля мяча двумя и одной рукой снизу в парах	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. Выполнение простейших дыхательных упражнений без сочетания с физическими упражнениями. Бросание и ловля мяча двумя и одной рукой снизу в парах. Кинезиотерапия. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
23	Отбивание мяча одной рукой	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). Выполнение мелких точных координационных движений кистью, пальцами. Отбивание мяча одной рукой. Выполнение простейшие упражнения в вытяжении. Выполнение упражнения для укрепления мышц глаза (закрытыми и открытыми глазами). Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
24	Прыжки боком на двух ногах через	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

	обручи.		точных координационных движений кистью, пальцами. Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание. Прыжки боком на двух ногах через обручи. Упражнение для правильного дыхания с использованием звуковой гимнастики. Учится слушать учителя, соблюдать правила поведения. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
25	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. Спортивный инвентарь. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
26	Упражнения на формирование правильной осанки	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. Ходьба, перешагивание с мешочком на голове, руки на поясе. Выполнение простейших упражнений в вытяжении. Кинезиотерапия. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
27	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. Спортивный инвентарь. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
28	Упражнения для увеличения гибкости и подвижности суставов.	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 на гибкость и растяжку. Упражнения для укрепления мышц глаза. Кинезиотерапия. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
29	Игры - эстафеты	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. Выполнение упражнения для укрепления мышц глаза (закрытыми и открытыми глазами). 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 «Морские фигуры», «Что изменилось». Упражнения на дыхание с использованием звуковой гимнастики по Бутейко. Учитя слушать учителя, соблюдать правила поведения. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
31	Упражнения, игры на равновесие	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. Упражнения, игры на равновесие на усмотрения учителя. Знание названия и правила 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: «прокати не задев кеглю» и др. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
33	Упражнения в положении стоя и сидя, лежа с мячом	1	Приветствие, организация начала занятия. Разминка: упражнение на основные группы мышц. Упражнения в положении стоя и сидя, лежа с мячом. Правильное дыхание: вдох – через нос, выдох – через рот. Упражнения для коррекции плоскостопия на массажной дорожке, ортопедических ковриках. Упражнения для укрепления мышц глаза. Игра на внимание. Рефлексия деятельности: определение настроения урока, подведение итогов.
34	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.
	Итого	<b>34 ч</b>	

## 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-Ладшки»	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

### 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

### 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