

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Октябрьская средняя общеобразовательная школа»

Принято  
методическим объединением  
учителей межпредметного цикла  
Протокол №1 от 30.08.2024

Утверждаю  
директор школы  
Б.М. Зозуля  
Приказ №96 от 30.08.2024



Коррекционная программа по курсу  
«Двигательное развитие»  
5 класс  
Вариант ФАООП УО 2  
2024-2025 учебный год

Составитель: Н.А. Душевина  
учитель

## Содержание учебного предмета:

Наименование видов упражнений	Содержание коррекционного курса	Кол-во часов
<b>5 класс</b>		
Коррекция и формирование правильной осанки	Тестирование. Построения. Выполнение строевых команд. Ходьба с левой ноги. Ходьба парами. Бег за учителем. упражнения для формирования правильной осанки Прыжки на одной ноге на месте с продвижением вперед. ОРУ с мячами. Метание мяча в горизонтальную цель. Аутогенная тренировка на расслабление нервной системы. Катание мяча между расставленными предметами.	18
Формирование и укрепление мышечного корсета	Прыжки на месте. Дыхательные упражнения. Упражнения с предметами. Перенос предметов в установленное место. Аутогенная тренировка на расслабление нервной системы. Лазание с переходом. Упражнения на формирование правильной осанки. Лазание по гимн. стенке попеременным способом. Переползание на четвереньках по гимн. скамейке с захватом кистями рук. Упражнения на координацию.	14
Коррекция и развитие сенсорной системы	ОРУ с большими мячами. Прыжки боком через гимнастическую скамейку с опорой на руки. Упражнения для развития мелкой моторики рук. Прыжки наступая через гимнастическую скамейку. Подбрасывание гимнастические палки вверх и ее ловля. Аутогенная тренировка на расслабление нервной системы. Пальчиковая гимнастика. Переноска различных предметов.	20
Развитие точности движений пространственной ориентировки	Бег в медленном темпе. Прыжки в длину с места. Аутогенная тренировка на расслабление нервной системы. Метание мяча из-за головы с места на дальность. Высокое подбрасывание баскетбольного мяча и ловля его после отскока от пола. Перелезание с одной гимнастической скамейки на другую. Оздоровительные упражнения на тренажерах. Тестирование.	16

### Планируемые результаты освоения программы

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

Ожидаемые личностные результаты освоения АООП с учетом индивидуальных возможностей и специфических образовательных потребностей обучающихся.

#### **Ожидаемые 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.

Личностные результаты оцениваются в общей системе экспертной оценки, используемой в образовательной организации.

**Возможные предметные результаты освоения коррекционного курса:**

**5 класс**

<i>Обучающиеся должны знать:</i>	<i>Обучающиеся должны уметь:</i>
<p>значение правильного питания и здорового образа жизни для здоровья человека;</p> <p>знать строевые команды;</p> <p>знать простейшие дыхательные упражнения;</p> <p>знать простейшие упражнения на формирование правильной осанки, упражнения для развития мелкой моторики рук;</p> <p>знать простейшие правила одной из выбранных спортивных игр; правила бережного обращения с инвентарем и оборудованием;</p> <p>требования техники безопасности в процессе урока</p>	<p>проверять осанку у стены; соблюдать симметрию положения тела при выполнении упражнений, ходить с предметом на голове, выполняя различные задания;</p> <p>выполнять строевые команды; ходить с левой ноги, парами, бегать за учителем.</p> <p>катать мяч между расставленными предметами; выполнять прыжки наступая, через гимнастическую скамейку, лазить по гимн. стенке попеременным способом, высоко подбрасывать баскетбольный мяч и ловить его после отскока от пола;</p> <p>отжиматься от скамейки, от пола (на коленях); выполнять упражнения для развития гибкости: подтягивания в положении лежа дышать носом, выполнять упражнения для восстановления дыхания; ходьба на носках, на наружных сводах стопы по ребристой доске; медленно бегать, расслаблять мышцы в положении лежа</p>

**Предметные результаты** связаны с овладением обучающимися содержанием образовательной области и характеризуют достижения обучающихся в усвоении знаний и умений, способность их применять в практической деятельности.

Контроль предметных **результатов** предусматривает выявление индивидуальной динамики качества усвоения предмета обучающимся и не подразумевает его сравнение с другими детьми.

Освоение коррекционного курса «Двигательное развитие» направлено на формирование следующих **базовых учебных действий**.

*Личностные учебные действия*

- развитие адекватных представлений о собственных возможностях и ограничениях, о насущно необходимом жизнеобеспечении, созданию специальных условий для пребывания в школе, своих нуждах и правах в организации обучения;
- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- овладение навыками коммуникации;
- дифференциация и осмысление картины мира и ее временно-пространственной организации;
- осмысление своего социального окружения и освоению соответствующих возрасту системы ценностей и социальных ролей.

### *Коммуникативные учебные действия*

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель - ученик, ученик - ученик, ученик - класс, учитель-класс);

- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с учителем;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- обращаться за помощью и принимать помощь.

### *Регулятивные учебные действия*

- ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения);
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
- работать с учебными принадлежностями и организовывать рабочее место под руководством учителя;
- выполнять задания в соответствии с определенными характеристиками:
- выполнение задания полностью (от начала до конца);
- выполнение задания с заданными качественными параметрами;
- переход от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами.

### *Познавательные учебные действия*

- выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов с помощью учителя;
- ориентироваться на листе бумаги, у доски под руководством учителя;
- уметь слушать и отвечать на простые вопросы учителя;
- называть, характеризовать предметы по их основным свойствам (цвету, форме, размеру, материалу);
- группировать предметы на основе существенных признаков (одного-двух) с помощью учителя;
- уметь соблюдать технологические процессы в хозяйственно-бытовой деятельности;
- использовать знако-символические средства с помощью учителя;
- уметь соблюдать правила техники безопасности.

Диагностика БУДов проводится в соответствии с «Программой формирования базовых учебных действий», реализуемой в образовательной организации.

### **Методы диагностики и критерии результативности**

В классах для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, тяжёлыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) ведётся безотметочное обучение.

Система оценки результатов отражает степень выполнения обучающимся СИПР, взаимодействие следующих компонентов:

- что обучающийся знает и умеет на конец учебного периода,
- что из полученных знаний и умений он применяет на практике,
- насколько активно, адекватно и самостоятельно он их применяет.

При оценке результативности обучения должны учитываться особенности психического, неврологического и соматического состояния каждого обучающегося. Выявление результативности обучения должно происходить вариативно с учетом психофизического развития ребенка в процессе выполнения перцептивных, речевых,

предметных действий, графических работ и др. При предъявлении и выполнении всех видов заданий обучающимся должна оказываться помощь: разъяснение, показ, дополнительные словесные, графические и жестовые инструкции; задания по подражанию, совместно распределенным действиям и др. При оценке результативности достижений необходимо учитывать степень самостоятельности ребенка.

Диагностика *ожидаемых предметных результатов* по коррекционному курсу «Двигательное развитие» проводится в 3 этапа:

- 1 этап – стартовая диагностика (сентябрь)
- 2 этап – промежуточная диагностика (декабрь)
- 3 этап – итоговая диагностика (май)

Ожидаемые предметные результаты оцениваются по следующим критериям:

- 0 баллов – упражнения не выполняет, не умеет, выполняет действия рука в руку
- 1 балл – упражнения выполняет со значительной помощью учителя;
- 2 балла – упражнения выполняет с частичной помощью учителя;
- 3 балла – упражнения выполняет по показу, по инструкции;
- 4 балла - выполняет действие самостоятельно (верно выполняет).

Полученные данные заносятся в мониторинговую карту фиксации ожидаемых результатов обучения по коррекционному курсу «Двигательное развитие».

**Диагностика** сформированности *базовых учебных действий* проводится в 3 этапа:

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

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

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

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

- 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 ребенка и выбрать содержание индивидуальной программы обучения.

### Календарно-тематическое планирование

Название предмета	Кол-во ч/н	Iчетверть	IIчетверть	IIIчетверть	IVчетверть	За год
Двигательное развитие	1ч.	8ч.	8ч.	11ч.	7ч.	34 ч.

1 четверть 8 часов

№ п/п	Тема урока	Дидактическая цель урока	Основные виды деятельности	Кол-во часов	дата	
					планируемая	фактическая
1	Дыхательные упражнения в образном оформлении, под хлопки, под счет	Выполнение имитационных упражнений. Слушание инструкции учителя и выполнение упражнений по показу учителя	Правильное выполнение дыхательных действий.	1		
2	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях	Слушание инструкции учителя и выполнение упражнений по показу учителя.	Коррекция пространственной ориентировки, координация движений, эмоционально-волевой сферы..	1		
3	Изменение длительности дыхания. Дыхание при ходьбе с имитацией.	Соблюдений правил выполнения упражнений.	Правильное выполнение дыхательных действий.	1		
4	Движение руками в исходных положениях Движение предплечий и кистей рук.	Выполнение двигательных действий, использование их в игровой деятельности.	Коррекция мелкой моторики. Коррекция внимания	1		
5	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа.	Выполнение движений пальцами рук: сгибание (разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак) разгибание.	Коррекция мелкой моторики	1		
6	Движение плечами. Наклоны головой Наклоны туловищем Сгибание стопы..	Выполнение движений плечами вперед-назад, вверх-вниз (двумя одновременно, по одному правым, левым).	Коррекция пространственной ориентировки, координация движений, эмоционально-волевой сферы.	1		
7	Построение в обозначенном месте (в кругах, в квадратах).	Выполнение построений в обозначенном месте по команде.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	1		

8	Упражнения на равновесие. Упражнения для укрепления мышц туловища.	Слушание инструкции учителя и выполнение упражнений по показу учителя.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении.	1		
---	---	--	---	---	--	--

**5 класс «Двигательное развитие»**

**2 четверть 8 часов**

№ п/п	Тема урока	Дидактическая цель урока	Основные виды деятельности	Кол-во часов	дата	
					планируемая	фактическая
1	Упражнения для укрепления мышц туловища. Корректирующие упражнения. Игра с мячом.	Слушание инструкции учителя и выполнение упражнений по показу учителя.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении.	1		
2	Прыжок в длину с места в ориентир Повороты на месте..	Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.	Коррекция и компенсация нарушений на основе выполнения прыжка в длину	1		
3	Шаг вперед, назад, в сторону и воспроизведение его закрытыми глазами. Игра «Птички» с обручем. Построение в круг по ориентиру.	Слушание инструкции учителя, выполнение упражнений	Коррекция пространственной ориентировки, координация движений, через упражнения без контроля зрения	1		
4	Увеличение, уменьшение круга движением вперед, назад, на ориентир. Упражнения на равновесие.	Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений	1		
5	Упражнения для укрепления мышц живота Планка (упражнения на пресс)..	Выполнение упражнений по показу учителя.	Коррекция пространственных отношений на основе силовых упражнений	1		

6	Вис на гимнастической стенке с подниманием ног. Игра «Выше земли».	Слушание инструкции учителя, выполнение упражнений	Коррекция и компенсация нарушений физического развития на основе упражнений с удержанием захвата	1		
7	Подъем туловища из положения, сидя на скамейке в парах. Упражнения на ковриках.	Выполнение команды по показу, по образцу.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений	1		
8	Упражнения в висе спиной к гимнастической стенке.	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений на вытяжение	1		

**5 класс «Двигательное развитие»  
3 четверть 11 часов**

№ п/п	Тема урока	Дидактическая цель урока	Основные виды деятельности	Кол-во часов	дата	
					планируемая	фактическая
1	Катание ступнями кеглей. Игра «Кто быстрее снимет»	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений на укрепление и развитие голеностопа	1		
2	Ходьба по дорожке (змейка) Ходьба на носках, на пятках.	Слушание правил выполнения движений, выполнение ходьбы по дорожке.	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций движений при ходьбе	1		
3	Катание гимнастических палок. Игра «Передай мяч»	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций движений перекачивая гимнастические палки	1		



4	Общие развивающие упражнения для ног. Упражнения для профилактики плоскостопия у гимнастической стенки.	Выполнение общих развивающих упражнений для ног.	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций движений выполняя упражнения в приседании и прыжках	1		
5	Упражнения на гимнастических ковриках. Катание ногами мячей.	Слушание правил выполнения движений, выполнение упражнения на гимнастических ковриках.	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций движений при выполнении упражнений для развитие мышц брюшного пресса и спины	1		
6	Ловля мяча после хлопка над головой. Упражнения с большим мячом Игра под музыку «Птички»	Слушание правил выполнения движений, выполнение команд, развитие точности движений.	Коррекция общей моторики, координация движений выполняя упр с мячом	1		
7	Ловля мяча после отскока от пола двумя руками, одной.	Координация точности мелких движений кистью и пальцев.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений связанных с ловлей мяча	1		
8	Упражнения с гимнастической палкой. Игра «Вот так позы». Упражнения с обручем в паре.	Слушание правил выполнения движений, выполнение упражнений	Коррекция двигательной функции при выполнении упр с гимнастическими палками	1		
9	Игра «По кочкам»	Упражнения на развитие произвольного внимания, мышления, совершенствование равновесия.	Коррекция произвольного внимания, мышления, совершенствование равновесия и точности прыжка	1		

10	Упражнения с обручем и без него. Игра «Проскачи через круг».	Упражнения на развитие произвольного внимания, мышления, совершенствование равновесия.	Коррекция произвольного внимания, мышления, совершенствование равновесия, прыгучести	1		
11	Упражнения для мышц брюшного пресса.	Выполнение двигательных действий по образцу.	Коррекция пространственной ориентировки, координация движений, эмоционально-волевой сферы при выполнении упражнений силового характера на укрепление мышц брюшного пресса	1		

### 5 класс «Двигательное развитие»

#### 4 четверть 7 часов

№ п/п	Тема урока	Дидактическая цель урока	Основные виды деятельности	Кол-во часов	дата	
					планируемая	фактическая
1	Самомассаж рук, головы, ног. Игра «Ну-ка отними».	Слушание правил выполнения движений, выполнение команд.	Совершенствование физических качеств: ловкости, координации, быстроты, выносливости.	1		
2	Ходьба с мешочками песка на голове. Упражнения с гантелями.	Выполнение двигательных действий, использование в игровой деятельности.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений	1		
3	Подбрасывание мяча вверх, три хлопка. Игра «Поймай мяч». Катание мяча руками от себя.	Правильное выполнение упражнений по отбиванию мяча.	Коррекция пространственной ориентировки, координация движений, умения ловить мяч	1		
4	Массаж пальцев, кистей рук. Игра «Морские фигуры» Подъем предметов различной величины.	Слушание правил выполнения упражнений под руководством учителя	Коррекция эмоционально-волевой сферы через формирование умения подчиняться	1		

			правилам игры.			
5	Катание мяча руками к себе. Эстафеты с мячом	Слушание правил выполнения упражнений под руководством учителя	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций движений выполняя упр с мячами	1		
6	Эстафеты с применением скакалок, гимнастических палок. Игры: «Летающие носочки», «Зоопарк», «Собери шишки».	Слушание правил выполнения упражнений под руководством учителя	Совершенствование физических качеств: ловкости, внимания, быстроты.	1		
7	Ходьбой по залу по «следам» с обходом кеглей и ходьба по различным предметам, передвижение боком. Перелазания через препятствия.	Слушание правил выполнения движений	Развитие общей моторики, координации движений. Умение передвигаться не задевая кегли	1		