


<b>ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ</b>	
	<b>ПОДЛИННОСТЬ ДОКУМЕНТА ПОДТВЕРЖДЕНА. ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.</b>
<b>ПОДПИСЬ</b>	
<b>Общий статус подписи:</b>	Подпись верна
<b>Сертификат:</b>	00D25E5AA0686530F85BDCB21DADB25F1
<b>Владелец:</b>	RU, Иркутская область, мкр. Центральный, д.18, Саянск, ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ ДЛЯ ДЕТЕЙ-СИРОТ И ДЕТЕЙ, ОСТАВШИХСЯ БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ "СПЕЦИАЛЬНАЯ (КОРРЕКЦИОННАЯ) ШКОЛА-ИНТЕРНАТ Г. САЯНСКА", 1033801912627, 04732985886, 3814008237, 381400001634, internatsayansk@list.ru, Директор Ольга Владимировна Воинкова
<b>Издатель:</b>	Казначейство России, Казначейство России, RU, г. Москва, Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1, 1047797019830, 7710568760, 77 Москва, uc_fk@roskazna.ru
<b>Срок действия:</b>	Действителен с: 16.03.2022 10:17:00 UTC+08 Действителен до: 09.06.2023 09:15:00 UTC+08
<b>Дата и время создания ЭП:</b>	01.09.2022 14:54:02 UTC+08

**Государственное общеобразовательное казенное учреждение Иркутской области  
для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей  
«Специальная (коррекционная) школа-интернат г. Саянска»**

Утверждаю:  
директор школы-интерната  
О.В.Воинкова  
«01» 09.2022 г.

Рассмотрено на заседании МО  
протокол № 1  
от «30» 08.2022 г.

Согласовано:  
зам. директора по УР  
С.В. Хромова  
«31» 08.2022 г.

**Рабочая программа  
по коррекционному курсу «Двигательное развитие»  
для совершеннолетних обучающихся  
на 2022-2023 учебный год  
5-9 год обучения**

## 1. Пояснительная записка

У большинства обучающихся с тяжёлыми и множественными нарушениями развития (ТМНР) имеются грубые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся. Поэтому работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков является целью занятий.

**Целью обучения** является формирование целенаправленных произвольных действий с различными предметами и материалами.

Достижение поставленной цели обеспечивается решением следующих **задач**:

- развитие двигательной активности;
- поддержка и развитие имеющихся движений;
- расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений;
- освоение новых способов передвижения;
- развитие представления воспитанников о пространстве и умения ориентироваться в нем;
- развитие ловкости, быстроты реакции, точности движений;
- воспитание дисциплинированности;
- формирование навыков организованных действий.

## 2. Общая характеристика занятий.

Содержание курса *«Двигательное развитие»* представлено следующими разделами:

1. Упражнения на ориентировку в пространстве
2. Корректирующие упражнения
3. Подвижные игры

### Количество учебных часов, на которое рассчитана рабочая программа

<i>№ раздела</i>	<i>Количество учебных часов</i>	
1	<i>Очная форма обучения</i>	4ч
2	<i>Консультативная помощь обучающимся</i>	10ч
3	<i>Часы самостоятельной работы</i>	50ч
	Общее количество часов	<b>64ч</b>

## 3. Место занятий в учебном плане.

Коррекционный курс *«Двигательное развитие»* входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений учебного плана.

#### **4. Планируемые результаты:**

На занятиях курса «*Двигательное развитие*» идет формирование *личностных качеств* каждого обучающегося в зависимости от индивидуальных особенностей, которые представлены в СИПР обучающихся.

#### **5. Содержание занятия.**

##### **Упражнения на ориентировку в пространстве**

Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы. Построение в шеренгу и в колонну с изменением места построения; ходьба между различными ориентирами. Легкий бег по кругу.

##### **Корректирующие упражнения**

Общеразвивающие упражнения. 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. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки. Комплексы упражнений без предметов на месте и с предметами (г/ палка, малый мяч, средний мяч, г/мяч, набивной мяч, средний обруч, большой обруч).

Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провостать движение руки головой, взглядом. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

Преодоление простых препятствий, перебрасывание малого мяча, передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

Дыхательные упражнения, Правильное дыхание в различных и.п. сидя, стоя, лежа; глубокое дыхание при выполнении упражнений без предметов; дыхание по подражанию ("понюхать цветок", "подуть на кашу", «согреть руки», «сдуть пушинки»), дыхание во время ходьбы. Упражнения для формирования правильной осанки, ритмические упражнения.

##### **Подвижные игры**

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). Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега). Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных раздражителях, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), упражнения в движении имитирующие ходьбу, бег животных и движения работающего человека («ходьба как лисичка», «как медведь», «похлопывание крыльями как петушок», «покачивание головой как лошадка», «скатай снежный ком», «полоскание белья»); в соответствии с определенным эмоционально-динамическим характером музыки.

### **Организация обучения совершеннолетних обучающихся**

Обучение осуществляется по очно - заочной форме. Программа разделена на классно-урочные, консультативные и часы, отведенные на закрепление материала в самостоятельном режиме.

Очная форма обучения осуществляется по классно- урочной системе, периодичность проведения учебных сессий – 2 раза за учебный год.

Групповые и индивидуальные консультации проводятся учителем - дефектологом, который выезжает к обучающимся в организацию по утвержденному расписанию.

Часы, отведенные на закрепление материала, совершеннолетние обучающиеся осваивает самостоятельно (выполняя практические задания), разработанные учителем- дефектологом в рамках закрепленного учебного материала под контролем специалиста психоневрологического интерната.

## **6. Тематическое планирование занятий «Двигательное развитие» 5-9 год обучения.**

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Дата проведения
1.	Дыхательные упражнения. Дыхательные упражнения под хлопки. Под счет. Изменение длительности дыхания. Отстукивание и отхлопывание разного темпа.	1ч	13.09
2.	Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки. Изменение длительности дыхания. Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа.	1ч	29.09
3.	Движение предплечий и кистей рук. Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа.	1ч	27.10
<b>Очное обучение (осенняя сессия ) 2 часа</b>			
4.	<i>Движение руками в исходных положениях. Хлопки в ладоши с изменением темпа. Наклоны головой.</i>	<i>1ч</i>	<i>31.10</i>
5.	<i>Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях. Дыхание при ходьбе. Наклоны туловищем.</i>	<i>1ч</i>	<i>03. 11</i>

6.	Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.	1ч	17.11
7.	Наклоны, выпрямление и повороты головы.	1ч	13.12
8.	Круговые движения плечами («паровозики»).	1ч	12.01
9.	Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами.	1ч	28.02
10.	Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку).	1ч	16.03
<i>Очное обучение (весенняя сессия ) 2 часа</i>			
<i>11.</i>	<i>Приседания с опорой и без опоры</i>	<i>1ч</i>	<i>25.03</i>
<i>12.</i>	<i>Приседания с предметами (обруч, палка, флажки, мяч)</i>	<i>1ч</i>	<i>28.03</i>
13.	Сгибание и разгибание стопы в подъеме.	1ч	06.04
14.	Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.	1ч	11.05

#### **7. 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 психологический 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.