

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ	
	ПОЛНОТНОСТЬ ДОКУМЕНТА ПОТВЕРЖДЕНА. ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.
ПОДПИСЬ	
Общий статус подписи:	Подпись верна
Сертификат:	01D7155534E4C3D0000000072C4B0002
Владелец:	04732985886, Директор, Ольга Владимировна, Воинкова, ГОКУ ИО «Специальная (коррекционная) школа-интернат г. Саянска», ГОКУ ИО «Специальная (коррекционная) школа-интернат г. Саянска», Центральный мкр. д. 18, 38 Иркутская область, Саянск г, RU, 003814008237, internatsayansk@list.ru, 1033801912627
Издатель:	ООО "АСТРАЛ-М", ООО "АСТРАЛ-М", ca@astralm.ru, 77 г. Москва, г. Москва, RU, 007720623379, Шоссе Энтузиастов д. 56 стр.32 офис 214, 1087746806311
Срок действия:	Действителен с: 10.03.2021 10:29:33 UTC+08 Действителен до: 10.03.2022 10:29:00 UTC+08
Дата и время создания ЭП:	30.08.2021 12:52:19 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

«30» 08.2021 г.

Рассмотрено на заседании

МО

протокол № 1

от «26» 08.2021 г.

Согласовано:

зам. директора по УР

С.В. Хромова

«27» 08.2021 г.

**Рабочая программа
коррекционных занятий
«Двигательное развитие»
4-6 год обучения**

I. Пояснительная записка

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства детей с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся.

Целью программы является обогащение сенсомоторного опыта обучающихся, поддержание и развитие у них способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

Основные задачи: мотивация двигательной активности, поддержка и развитие имеющихся движений, расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений.

Основные задачи:

- мотивация двигательной активности,
- поддержка и развитие имеющихся движений,
- расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений;
- освоение новых способов передвижения (включая передвижение с помощью технических средств реабилитации).

Наряду с вышеуказанными задачами в коррекционном курсе «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.

Общесоматическое развитие, у детей с умеренной умственной отсталостью, как правило, нарушено. Имеются отклонения в координации, точности и темпе движений. Движения замедленны, неуклюжи. У обучающихся возникают большие сложности при переключении движений, быстрой смене поз и действий. Часть детей с умеренной, умственной отсталостью имеет замедленный темп, вялость, неловкость движений. У других наблюдается повышенная подвижность, сочетающаяся с не целенаправленностью, беспорядочностью, нескоординированностью движений.

Характер развития детей зависит от ряда факторов: этиологии, патогенеза нарушений, времени возникновения и сроков выявления отклонений, характера и степени выраженности каждого из первичных расстройств, специфики их сочетания, а также от сроков начала, объема и качества коррекционной помощи.

В связи с выраженными нарушениями и (или) искажениями процессов познавательной деятельности, прежде всего: восприятия, мышления, внимания, памяти непродуктивным оказываются подходы, требующие абстрактного мышления, задействование процессов анализа и синтеза. Вследствие чего возникают серьезные трудности в усвоении «академического» компонента различных программ дошкольного, а тем более школьного образования. Специфика эмоциональной сферы определяется ее неустойчивостью, часто

гиперсензитивностью. В связи с неразвитостью волевых процессов дети оказываются не способны произвольно регулировать свое эмоциональное состояние в процессе деятельности, что не редко вызывает проблемы поведения. Кроме всего перечисленного, трудности в обучении вызваны недоразвитием мотивационно-потребностной сферы обучающихся с умственной отсталостью и ТМНР. Интерес к какой-либо деятельности, если возникает, то, как правило, носит кратковременный, неустойчивый характер.

2. Общая характеристика предмета

В программу включены следующие разделы:

- Основы знаний.
- Развитие координации и ловкости движений.
- Коррекция и развитие пространственно-временной дифференцировки.
- Коррекция и развитие внимания.
- Развитие навыка расслабления мышц.
- Коррекция и развитие мелкой моторики.
- Коррекция и развитие правильного дыхания.
- Коррекция и профилактика правильной осанки.
- Профилактика и коррекция плоскостопия.

Коррекционный курс содержит разделы:

- **Коррекция и формирование правильной осанки.**

Профилактика нарушения осанки и плоскостопия; профилактика выполнения имитационных упражнений.

Профилактика выполнения упражнений в вытяжении. Планируется в соответствии с основными дидактическими требованиями: постепенное повышение нагрузки и переход в конце урока к успокоительным упражнениям; чередование различных видов упражнений, подбор упражнений, соответствующих возможностям учащихся.

2. Формирование и укрепление мышечного корсета.

Профилактика выполнения общеукрепляющих упражнений. Овладение пространственными ориентировками. Развитие подвижности в суставах.

3. Коррекция и развитие сенсорной системы.

Овладение упражнениями для развития тактильно-двигательного восприятия;

Развитие зрительного анализатора;

Овладение играми на совершенствование сенсорного развития.

4. Развитие точности движений пространственной ориентировки.

Профилактика нарушения осанки и плоскостопия; Овладения пространственными ориентировками.

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.

Количество учебных часов

Название раздела	Количество часов		
	всего	теория	практика
Коррекция и формирование правильной осанки.	15	4	11
Формирование и укрепление мышечного корсета.	14	5	9
Коррекция и развитие сенсорной системы.	16	6	10
Развитие точности движений пространственной ориентировки.	23	7	16
Итого:	68	22	46

3. Место предмета в учебном плане.

В учебном плане коррекционные занятия по курсу «Двигательное развитие» представлены с расчетом по 2 часа в неделю, 68 часов в год.

Коррекционные занятия проводятся во второй половине дня. Основной формой организации является комплексное занятие. Продолжительность занятия составляет 40 минут.

4. Планируемые результаты:

Личностными результатами изучения курса «Двигательное развитие» является формирование следующих умений и навыков (при направляющей помощи):

- Определять и выражать положительное отношение к школьной дисциплине, направленной на поддержание норм поведения в школе.
- В предложенных педагогом ситуациях делать выбор как поступить, опираясь на общепринятые нравственные правила, в первую очередь в отношениях со сверстниками в практике совместной деятельности.
- Оценивать простые ситуации и однозначные поступки как «хорошие» или «плохие» с позиции важности исполнения роли «хорошего ученика».
- Выражать свое эмоциональное состояние, настроение.

Предметные результаты

Учащиеся должны знать:

- элементарные пространственные понятия;
- элементарные виды движений;
- строевые команды;
- правила бережного обращения с инвентарем и оборудованием;
- требования техники безопасности в процессе урока

Учащиеся должны уметь:

- выполнять исходные положения;

- бросать, перекладывать, перекатывать;
- управлять дыханием;
- ориентироваться в пространстве зала;
- участвовать в двигательной и игровой деятельности;
- работать со спортивным инвентарем.

5. Содержание занятий

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».

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).

Достижение базовых учебных действий:

1. Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся.

- входить и выходить из учебного помещения со звонком;
- ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения), пользоваться учебной мебелью;
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
- организовывать рабочее место;
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность;
- следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения.

2. Формирование учебного поведения:

- 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. Формирование умения выполнять задание:

1) в течение определенного периода времени:

- способен удерживать произвольное внимание на выполнении посильного задания 3-4 мин.

2) от начала до конца:

- при организующей, направляющей помощи способен выполнить посильное задание от начала до конца.

3) с заданными качественными параметрами:

- ориентируется в качественных параметрах задания

4. Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.

- ориентируется в режиме дня, расписании уроков с помощью педагога;
- выстраивает алгоритм предстоящей деятельности (словесный или наглядный план) с помощью педагога.

Оценка планируемых результатов освоения программы

В процессе обучения осуществлять мониторинг всех групп БУД, который отражает индивидуальные достижения обучающихся и позволяет делать выводы об эффективности проводимой в этом направлении работы. Для оценки сформированности каждого действия используется балловая система оценки:

0 баллов - действие отсутствует, обучающийся не понимает его смысла, не включается в процесс выполнения вместе с учителем;

1 балл - смысл действия понимает, связывает с конкретной ситуацией, выполняет действие только по прямому указанию учителя, при необходимости требуется оказание помощи;

2 балла - преимущественно выполняет действие по указанию учителя, в отдельных ситуациях способен выполнить его самостоятельно;

3 балла - способен самостоятельно выполнять действие в определенных ситуациях, нередко допускает ошибки, которые исправляет по прямому указанию учителя;

4 балла - способен самостоятельно применять действие, но иногда допускает ошибки, которые исправляет по замечанию учителя;

5 баллов - самостоятельно применяет действие в любой ситуации.

Балльная система оценки позволяет объективно оценить промежуточные и итоговые достижения каждого учащегося в овладении конкретными учебными действиями, получить общую картину сформированности учебных действий у всех учащихся, и на этой основе осуществить корректировку процесса их формирования на протяжении всего времени обучения.

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

6. Тематическое планирование 4-5 год обучения

№	Тема	Кол. часов	Дата	Основные понятия	Основные виды деятельности	Коррекционная работа
1четверть -16ч						
1	Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет.	1	02.09	осанка	Выполнение дыхательных упражнений по подражанию, под хлопки, под счет.	Коррекция памяти через разучивание и выполнение упражнений.
2	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях.	1	07.09	туловище	Слушают правила выполнения упражнений, делают упражнения под руководством учителя.	Коррекция памяти через разучивание и выполнение упражнений.
3	Изменение длительности дыхания.	1	09.09	длительность	Формирование знаний о правилах техники выполнения дыхательных действий.	Коррекция произвольного внимания через развитие умения слушать и слышать свое дыхание, наблюдая при этом за ощущениями тела.
4	Дыхание при ходьбе с имитацией.	1	14.09	имитация	Разучивание приемов дыхания при ходьбе с имитацией.	Коррекция произвольного внимания через развитие умения слушать и слышать свое дыхание, наблюдая при этом за ощущениями тела.
5	Движение руками в исходных положениях.	1	16.09	действия	Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания к другому.	Корректировать недостатки общей моторики через достижение координации дыхания, движений тела.
6	Движение предплечий и кистей рук.	1	21.09	кисти рук	Расширение диапазона движений и	Коррекция внимания на основе упражнений на узнавание.

					проведение профилактики возможных нарушений.	
7	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа.	1 1	23.09 28.09	кулак	Формирование умений выполнять действия по образцу по подражанию.	Корректировать недостатки общей моторики через достижение координации дыхания, движений тела.
8	Движение плечами.	1	30.09	согласованность	Выполнение движения плечами по показу учителя.	Коррекция памяти на основе упражнений в запоминании.
9	Наклоны головой.	1	05.10	правила	Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.	Коррекция слухового восприятия и внимания через упражнения по сигналу учителя.
10	Обучения комплекса упражнения с малым мячом для профилактики миопии.	1	07.10	упражнения на внимание	Расширение диапазона движений и проведение профилактики возможных нарушений.	Корректировать недостатки моторики через упражнения на равновесие с предметом на голове.
11	Ходьба по различным предметам, передвижение боком. Игры: «Зоопарк», «Собери шишки».	1	12.10	зоопарк	Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.	Формировать навыки выполнения действий по словесной инструкции педагога.
12	Упражнения для	1	14.10	вверх, вниз	Формирование умения	Корректировать недостатки общей моторики через

	увеличения гибкости и подвижности позвоночника.				самостоятельно переходить от одного задания к другому.	достижение координации дыхания, движений тела.
1 3	Упражнения на ребристых досках, гимнастических палках, ортопедических ковриках.	1	19.10	исходное положение	Формирование умений выполнять действия по образцу по подражанию.	Формировать навыки выполнения действий по словесной инструкции педагога.
1 4	Захват и передача предметов.	1	21.10	равновесие	Выполнять упражнения по образцу, по команде.	Корректировать недостатки слухового восприятия через активизацию произвольного слухового внимания, умения концентрироваться на слуховых образах.
1 5	Ходьба по залу и линиям.	1	26.10	линия	Ходьба - ровным шагом, в колонне, по кругу, взявшись за руки, на носках, в медленном и быстром темпе Ходьба по линии, на носках.	Развивать зрительное и слуховое восприятие. Развивать внимание, память, мыслительные процессы и операции.
1 6	Ходьба по кругу с чередованием на пятках и носках.	1	28.10	броски	Развитие точности движений пространственной ориентировки.	Развивать зрительное и слуховое восприятие. Развивать внимание, память, мыслительные процессы и операции.
2 четверть-16ч						
1	Комплекс дыхательных упражнений.	1	09.11	дыхание	Выполнение простейших дыхательных упражнений по инструкции.	Сформировать навык выполнения элементарных упражнений.

2	Упражнения для мышц спины путем складывания.	1	11.11	последовательность	Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.	Формировать навыки выполнения действий по словесной инструкции педагога.
3	Упражнения для мышц стоп.	1	16.11	вверх, вниз	Выполнение простейших заданий по инструкции учителя.	Корректировать недостатки общей моторики через достижение координации дыхания, движений тела.
4	Упражнения с мячами – ёжиками.	1	18.11	круг	Выполнение двигательных действий, использование их в игровой деятельности.	Формировать навыки выполнения действий по словесной инструкции педагога.
5	Упражнения с различными предметами.	1	23.11	инструкция	Слушают правила выполнения упражнений, разучивают основные действия с предметами.	Формирование произвольного самоконтроля через развитие умения соблюдать правильность выполнения приседаний.
6	Ходьба по залу с изменением направления, с обходом кеглей.	1	25.11	темп	Тренировка навыков движения вперед, назад, на ориентир.	Формировать навыки выполнения действий по словесной инструкции педагога.
7	Ходьба на носках с закрытыми глазами.	1	30.11	комбинация движений	Слушают правила выполнения движений, делают их под руководством учителя.	Корректировать недостатки мышления через развитие умения сравнивать, обобщать, делать элементарные выводы.
8	Сгибание-	1	02.12	сгибание	Выполнение	Коррекция образной

	разгибание стопы. Перекаты с носков на пятки.				упражнений по показу учителя.	памяти на основе упражнений в воспроизведении.
9	Подвижные игры на сохранение правильной осанки: «Море волнуется», «Совушка».	1	07.12	внимание	Слушают правила выполнения упражнений, делают упражнения под руководством учителя.	Совершенствование двигательной координации.
10	Приседания с предметами и без.	1	09.12	пресс	Выполнение упражнений на приседания с различными предметами.	Коррекция эмоционально-волевой сферы через формирование умения подчиняться командам учителя.
11	Упражнения для мышц спины, брюшного пресса.	1	14.12	право, лево	Выполнение команды по показу, по образцу.	Коррекция эмоционально-волевой сферы через формирование умения подчиняться командам учителя.
12	Лазанье по гимнастической скамье, стенке.	1	16.12	высоко, низко	Слушают правила выполнения упражнений по гимнастической скамье, стенке, выполняют по показу учителя.	Совершенствование двигательной координации.
13	Упражнения с предметами на голове стоя у стены, в движении, под музыку.	1	21.12	кубик	Упражнения с предметами на голове (мешочек с песком, кубик и т. д)	Развитие зрительной памяти, внимания и координации движений.
14	Упражнения с гимнастическими палками.	1	23.12	внимание	Разучивание комплекса упражнений с гимнастическими палками.	Совершенствование двигательной координации.
15	Упражнения для	1	28.12	направо, налево	Выполнение двигательных действий по	Коррекция эмоционально-волевой сферы через

	увеличения гибкости и подвижности позвоночника.				образцу.	формирование умения подчиняться правилам игры.
1 6	Упражнения с малыми мячами разного диаметра.	1	30.12	диаметр	Выполнение двигательных действий, использование их в игровой деятельности.	Коррекция эмоционально-волевой сферы через формирование умения подчиняться правилам игры.
3 четверть-21ч						
1	Дыхательные упражнения в образном оформлении.	1	11.01	подражание	Выполняют дыхательные упражнения в образном оформлении; по подражанию, под хлопки, под счет.	Воспитывать внимательность. Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении
2	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях.	1	13.01	хлопок	Выполнение простейших дыхательных упражнений по инструкции. Изменение длительности дыхания.	Сформировать опыт самостоятельного преодоления затруднения под руководством педагога на основе рефлексивного метода.
3	Дыхание в ходьбе, медленном беге.	1	18.01	счет	Слушают правила выполнения упражнений, делают упражнения под руководством учителя.	Воспитывать внимательность. Развивать память, воображение.
4	Движение руками в исходных положениях. Движение предплечий и кистей рук.	1	20.01	предплечье	Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.	Формировать навыки управления своим дыханием.
5	Упражнения для укрепления мышц рук.	1	25.01	темп	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением	Сформировать опыт самостоятельного преодоления затруднения под

					темпа.	руководством педагога на основе рефлексивного метода.
6	Наклоны головой. Наклоны туловищем.	1	27.01	наклоны	Выполнение общих развивающих упражнений для ног.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение.
7	Сгибание стопы. Перекаты с носков на пятки.	1	01.02	осанка	Слушают правила выполнения упражнений, делают упражнения под руководством учителя.	Формировать навыки управления своим дыханием при ходьбе.
8	Подвижная игра «Запомни порядок»	1	03.02	порядок	Формирование умения оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам в процессе участия в игровой деятельности.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение.
9	Приседания. Упражнения для мышц ног.	1	08.02	движение	Выполнять катание ногами мячей. Музыкально-ритмические упражнения.	Совершенствование двигательной координации. Коррекция гибкости, моторики.
10	Отстукивание и отхлопывание разного темпа.	1	10.02	темп	Слушают правила выполнения упражнений, выполняют по команде.	Формировать навыки управления своими пальцами.
11	Упражнения для развития координации движений.	1	15.02	хлопок	Упражнения на развитие точности движений, на развитие памяти.	Совершенствование двигательной координации. Коррекция зрительного и слухового внимания через разучиваемый

						комплекс упражнений.
1 2	Ходьба по залу с изменением направления.	1	17.02	наклоны	Ходьба по залу с изменением направления, с обходом кеглей и т.д.	Совершенствование двигательно-моторной координации. Коррекция зрительного и слухового внимания через разучиваемый комплекс упражнений.
1 3	Ходьба ровным шагом, ходьба на носках. Ходьба по кругу, взявшись за руки.	1	22.02	на носках	Упражнения на развитие произвольного внимания, мышления, совершенствование равновесия.	Совершенствование двигательно-моторной координации. Коррекция зрительного и слухового внимания через разучиваемый комплекс упражнений.
1 4	Ходьба в медленном и быстром темпе. Ходьба по линии и с изменением направления по команде учителя.	1	24.02	команда	Слушают правила выполнения упражнений, делают упражнения под руководством учителя.	Корректировать недостатки внимания и восприятия: слухового, зрительного и сенсорного.
1 5	Строевые упражнения.	1	01.03	поворот	Строевые упражнения (право, лево, направо, налево, впереди, сзади, рядом).	Корректировать недостатки слуховой памяти через развитие умения запоминать словесную инструкцию, припоминать ранее услышанную слуховую информацию.
1 6	Подвижная игра «Волшебный мешочек».	1	03.03	правила игры	Упражнения на развитие двигательно-моторной координации.	Коррекция недостатков произвольности через развитие внимания, связанного с координацией слухового и двигательного

						анализаторов.
1 7	Захват предметов. Передача предметов.	1	10.03	подъем	Упражнения на развитие произвольного внимания, мышления, совершенствование равновесия.	Совершенствование двигательной координации. Коррекция зрительного и слухового внимания через разучиваемый комплекс упражнений.
1 8	Лазанье по гимнастической скамье, стенке.	1	15.03	скамья	Слушают правила выполнения упражнений, делают упражнения под руководством учителя.	Совершенствование двигательной координации. Коррекция гибкости, моторики.
1 9	Подвижная игра «Вот так позы».	1	17.03	поза	Упражнения на развитие произвольного внимания, мышления, совершенствование равновесия.	Совершенствование двигательной координации. Коррекция зрительного и слухового внимания через разучиваемый комплекс упражнений.
4 четверть-16ч						
1	Подвижная игра «Кошка и мышки» Подвижная игра «Аист ходит по болоту»	1	29.03	взаимопомощь болото	Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости. Формирование умение радоваться своим успехам и успехам других.	Формировать навыки взаимоконтроля; корректировать недостатки личностной сферы. Коррекция недостатков моторного развития через совершенствование координации движений.
2	Броски мячей. Перекачивание мячей. Упражнения с предметами на голове стоя у стены,	1	31.03	под музыку ветер	Выполнение упражнений с предметами на голове (мешочек с песком, кубик и т. д) стоя у стены, в	Развитие соматопропространственных действий; развитие восприятия пространства. Формировать навыки взаимоконтроля; корректировать

	в движении, под музыку.				движении, под музыку. Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.	недостатки личностной сферы.
3	Повторение основных положений рук, ног, туловища, головы.	1	05.04	ритм	Умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении.
4	Ходьба по гимнастической скамейке с различными положениями рук.	1	07.04	ловкость	Ходьба по гимнастической скамейке с различными положениями рук (в стороны, за голову, на пояс, вверх, вперед, к плечам).	Развитие умения соотносить названия действий с собственными движениями.
5	Упражнения с предметами и без них. Подвижная игра «Кошка и мышки».	1	12.04	разминка	Слушают учителя, выполняют задание с помощью и по инструкции.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений.
6	Повторение основных видов движений, выполнение их в различном темпе, сочетание движений туловища, рук и ног.	1	14.04	направлени е	Слушают учителя, выполняют задание с помощью и по инструкции.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений.
7	Ходьба, начиная с	1	19.04	темп	Совершенствование	Коррекция недостатков

	левой ноги. Ходьба с носка. Бег в медленном темпе с соблюдением строя.				физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.	мышления, памяти, внимания через определение уровня владения основными пространственными категориями.
8	Прыжки на одной ноге с продвижением ноги. Прыжок в длину.	1	21.04	прыжки	Формирование знаний о правилах техники выполнения двигательных действий.	Формировать навыки взаимоконтроля; корректировать недостатки личностной сферы.
9	Прыжок боком через гимнастическую скамейку.	1	26.04	правила	Прыжки в глубину с высоты 30-50 см.	Формировать навыки взаимоконтроля; корректировать недостатки личностной сферы.
10	Переключивание мячей из одной руки в другую. Подбрасывание мяча перед собой и ловля его.	1	28.04	плоскость	Упражнения на развитие общей моторики, координации движений.	Формировать мотивацию деятельности и активные личностные установки.
11	Подвижные игры «Так можно, так нельзя», «Фигуры»	1	05.05	фигура	Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.	Корректировать недостатки слуховой памяти через развитие умения запоминать словесную инструкцию.
12	Размыкания, смыкания. Выполнение команд «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Становись!»	1	12.05	сотрудничество	Выполнение двигательных действий, использование их в игровой деятельности.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений.
13	Упражнения на формирование правильной осанки	1	17.05	наклон	Выполнение простейших упражнений для развития и формирования правильной	Развитие пространственных действий; развитие восприятия пространства.

					осанки.	
14	Элементы движений с музыкальным сопровождением в различном темпе.	1	19.05	мелодия	Выполнение двигательных действий с музыкальным сопровождением в различном темпе.	Формировать мотивацию деятельности и активные личностные установки.
15	Метание мяча из-за головы с места и на дальность. Подвижные игры «Слушай сигнал», «Светофор».	1	24.05	дальность светофор	Формирование правильного выполнения имитационных упражнений. Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.	Коррекция слухового восприятия через упражнения по сигналу учителя. Коррекция пространственной ориентировки, моторики.
16	Лазание по гимнастической стенке, по наклонной гимнастической скамье. Подвижные игры «Ручеек», «Точно в цель», «Так можно, так нельзя».	1	26.05	наклонная запрет	Расширение диапазона движений и проведение профилактики возможных нарушений. Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания к другому.	Коррекция памяти через разучивание и выполнение упражнений. Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания к другому.

6. Тематическое планирование 6 год обучения

№	Тема	Кол. часов	Дата	Основные понятия	Основные виды деятельности	Коррекционная работа
1 четверть -16ч						
1	Дыхательные упражнения по подражанию, под	1 1	02.09 07.0	осанка	Выполнение дыхательных	Коррекция памяти через разучивание и выполнение

	хлопки, под счет.		9		упражнений по подражанию, под хлопки, под счет.	упражнений.
2	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях.	1	09.09	туловище	Слушают правила выполнения упражнений, делают упражнения под руководством учителя.	Коррекция памяти через разучивание и выполнение упражнений.
3	Изменение длительности дыхания.	1	14.09	длительность	Формирование знаний о правилах техники выполнения дыхательных действий.	Коррекция произвольного внимания через развитие умения слушать и слышать свое дыхание, наблюдая при этом за ощущениями тела.
4	Дыхание при ходьбе с имитацией.	1	16.09	имитация	Разучивание приемов дыхания при ходьбе с имитацией.	Коррекция произвольного внимания через развитие умения слушать и слышать свое дыхание, наблюдая при этом за ощущениями тела.
5	Движение руками в исходных положениях.	1	21.09	действия	Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания к другому.	Корректировать недостатки общей моторики через достижение координации дыхания, движений тела.
6	Движение предплечий и кистей рук.	1	23.09	кисти рук	Расширение диапазона движений и проведение профилактики возможных нарушений.	Коррекция внимания на основе упражнений на узнавание.
7	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа.	1	28.09	кулак	Формирование умений выполнять действия по образцу по	Корректировать недостатки общей моторики через достижение координации

					подражанию.	дыхания, движений тела.
8	Движение плечами.	1	30.09	согласованность	Выполнение движения плечами по показу учителя.	Коррекция памяти на основе упражнений в запоминании.
9	Наклоны головой.	1	05.10	правила	Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.	Коррекция слухового восприятия и внимания через упражнения по сигналу учителя.
10	Обучения комплекса упражнения с малым мячом для профилактики миопии.	1	07.10	упражнения на внимание	Расширение диапазона движений и проведение профилактики возможных нарушений.	Корректировать недостатки моторики через упражнения на равновесие с предметом на голове.
11	Ходьба по различным предметам, передвижение боком. Игры: «Зоопарк», «Собери шишки».	1	12.10	зоопарк	Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.	Формировать навыки выполнения действий по словесной инструкции педагога.
12	Упражнения для увеличения гибкости и подвижности позвоночника.	1	14.10	вверх, вниз	Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания к другому.	Корректировать недостатки общей моторики через достижение координации дыхания, движений тела.
13	Упражнения на ребристых досках, гимнастических палках,	1	19.10	исходное положение	Формирование умений выполнять действия по образцу по	Формировать навыки выполнения действий по словесной инструкции педагога.

	ортопедических ковриках.				подражанию.	
1 4	Захват и передача предметов.	1	21.1 0	равновесие	Выполнять упражнения по образцу, по команде.	Корректировать недостатки слухового восприятия через активизацию произвольного слухового внимания, умения концентрироваться на слуховых образах.
1 5	Ходьба по залу и линиям.	1	26.1 0	линия	Ходьба - ровным шагом, в колонне, по кругу, взявшись за руки, на носках, в медленном и быстром темпе Ходьба по линии, на носках.	Развивать зрительное и слуховое восприятие. Развивать внимание, память, мыслительные процессы и операции.
1 6	Ходьба по кругу с чередованием на пятках и носках.	1	28.1 0	броски	Развитие точности движений пространственной ориентировки.	Развивать зрительное и слуховое восприятие. Развивать внимание, память, мыслительные процессы и операции.
2 четверть-16ч						
1	Комплекс дыхательных упражнений.	1	09.1 1	дыхание	Выполнение простейших дыхательных упражнений по инструкции.	Сформировать навык выполнения элементарных упражнений.
2	Упражнения для мышц спины путем складывания.	1	11.1 1	последовательность	Освоение двигательных навыков, последовательно сти движений, развитие координационных способностей.	Формировать навыки выполнения действий по словесной инструкции педагога.

3	Упражнения для мышц стоп.	1	16.1 1	вверх, вниз	Выполнение простейших заданий по инструкции учителя.	Корректировать недостатки общей моторики через достижение координации дыхания, движений тела.
4	Упражнения с мячами – ёжиками.	1	18.1 1	круг	Выполнение двигательных действий, использование их в игровой деятельности.	Формировать навыки выполнения действий по словесной инструкции педагога.
5	Упражнения с различными предметами.	1	23.1 1	инструкция	Слушают правила выполнения упражнений, разучивают основные действия с предметами.	Формирование произвольного самоконтроля через развитие умения соблюдать правильность выполнения приседаний.
6	Ходьба по залу с изменением направления, с обходом кеглей.	1	25.1 1	темп	Тренировка навыков движения вперед, назад, на ориентир.	Формировать навыки выполнения действий по словесной инструкции педагога.
7	Ходьба на носках с закрытыми глазами.	1	30.1 1	комбинация движений	Слушают правила выполнения движений, делают их под руководством учителя.	Корректировать недостатки мышления через развитие умения сравнивать, обобщать, делать элементарные выводы.
8	Сгибание-разгибание стопы. Перекаты с носков на пятки.	1	02.1 2	сгибание	Выполнение упражнений по показу учителя.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении.
9	Подвижные игры на сохранение правильной осанки: «Море	1	07.1 2	внимание	Слушают правила выполнения упражнений, делают	Совершенствование двигательной координации.

	волнуется», «Совушка».				упражнения под руководством учителя.	
1 0	Приседания с предметами и без.	1	09.1 2	пресс	Выполнение упражнений на приседания с различными предметами.	Коррекция эмоционально- волевой сферы через формирование умения подчиняться командам учителя.
1 1	Упражнения для мышц спины, брюшного пресса.	1	14.1 2	право, лево	Выполнение команды по показу, по образцу.	Коррекция эмоционально- волевой сферы через формирование умения подчиняться командам учителя.
1 2	Лазанье по гимнастическ ой скамье, стенке.	1	16.1 2	высоко, низко	Слушают правила выполнения упражнений по гимнастической скамье, стенке, выполняют по показу учителя.	Совершенствование двигательно- моторной координации.
1 3	Упражнения с предметами на голове стоя у стены, в движении, под музыку.	1	21.1 2	кубик	Упражнения с предметами на голове (мешочек с песком, кубик и т. д)	Развитие зрительной памяти, внимания и координации движений.
1 4	Упражнения с гимнастическ ими палками.	1	23.1 2	внимание	Разучивание комплекса упражнений с гимнастическим и палками.	Совершенствование двигательно- моторной координации.
1 5	Упражнения для увеличения гибкости и подвижности позвоночника.	1	28.1 2	направо, налево	Выполнение двигательных действий по образцу.	Коррекция эмоционально- волевой сферы через формирование умения подчиняться правилам игры.
1 6	Упражнения с малыми мячами разного диаметра.	1	30.1 2	диаметр	Выполнение двигательных действий, использование их в игровой деятельности.	Коррекция эмоционально- волевой сферы через формирование умения подчиняться правилам игры.
3 четверть-21ч						

1	Дыхательные упражнения в образном оформлении.	1	11.0 1	подражание	Выполняют дыхательные упражнения в образном оформлении; по подражанию, под хлопки, под счет.	Воспитывать внимательность. Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении
2	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях.	1	13.0 1	хлопок	Выполнение простейших дыхательных упражнений по инструкции. Изменение длительности дыхания.	Сформировать опыт самостоятельного преодоления затруднения под руководством педагога на основе рефлексивного метода.
3	Дыхание в ходьбе, медленном беге.	1	18.0 1	счет	Слушают правила выполнения упражнений, делают упражнения под руководством учителя.	Воспитывать внимательность. Развивать память, воображение.
4	Движение руками в исходных положениях. Движение предплечий и кистей рук.	1	20.0 1	предплечие	Освоение двигательных навыков, последовательно сти движений, развитие координационн ых способностей.	Формировать навыки управления своим дыханием.
5	Упражнения для укрепления мышц рук.	1	25.0 1	темп	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменение темпа.	Сформировать опыт самостоятельного преодоления затруднения под руководством педагога на основе рефлексивного метода.
6	Наклоны головой. Наклоны туловищем.	1	27.0 1	наклоны	Выполнение общих развивающих упражнений для ног.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение.
7	Сгибание стопы. Перекаты с	1	01.0 2	осанка	Слушают правила выполнения	Формировать навыки управления своим дыханием при

	носков на пятки.				упражнений, делают упражнения под руководством учителя.	ходьбе.
8	Подвижная игра «Запомни порядок»	1	03.0 2	порядок	Формирование умения оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам в процессе участия в игровой деятельности.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение.
9	Приседания. Упражнения для мышц ног.	1	08.0 2	движение	Выполнять катание ногами мячей. Музыкально-ритмические упражнения.	Совершенствование двигательной координации. Коррекция гибкости, моторики.
10	Отстукивание и отхлопывание разного темпа.	1	10.0 2	темп	Слушают правила выполнения упражнений, выполняют по команде.	Формировать навыки управления своими пальцами.
11	Упражнения для развития координации движений.	1	15.0 2	хлопок	Упражнения на развитие точности движений, на развитие памяти.	Совершенствование двигательной координации. Коррекция зрительного и слухового внимания через разучиваемый комплекс упражнений.
12	Ходьба по залу с изменением направления.	1	17.0 2	наклоны	Ходьба по залу с изменением направления, с обходом кеглей и т.д.	Совершенствование двигательной координации. Коррекция зрительного и слухового внимания через разучиваемый комплекс упражнений.

1 3	Ходьба ровным шагом, ходьба на носках. Ходьба по кругу, взявшись за руки.	1	22.0 2	на носках	Упражнения на развитие произвольного внимания, мышления, совершенствование равновесия.	Совершенствование двигательной координации. Коррекция зрительного и слухового внимания через разучиваемый комплекс упражнений.
1 4	Ходьба в медленном и быстром темпе. Ходьба по линии и с изменением направления по команде учителя.	1	24.0 2	команда	Слушают правила выполнения упражнений, делают упражнения под руководством учителя.	Корректировать недостатки внимания и восприятия: слухового, зрительного и сенсорного.
1 5	Строевые упражнения.	1	01.0 3	поворот	Строевые упражнения (право, лево, направо, налево, впереди, сзади, рядом).	Корректировать недостатки слуховой памяти через развитие умения запоминать словесную инструкцию, припоминать ранее услышанную слуховую информацию.
1 6	Подвижная игра «Волшебный мешочек».	1	03.0 3	правила игры	Упражнения на развитие двигательной координации.	Коррекция недостатков произвольности через развитие внимания, связанного с координацией слухового и двигательного анализаторов.
1 7	Захват предметов. Передача предметов.	1	10.0 3	подъем	Упражнения на развитие произвольного внимания, мышления, совершенствование равновесия.	Совершенствование двигательной координации. Коррекция зрительного и слухового внимания через разучиваемый комплекс упражнений.
1	Лазанье по	1	15.0	скамья	Слушают	Совершенствование

8	гимнастическая скамья, стенке.		3		правила выполнения упражнений, делают упражнения под руководством учителя.	двигательно-моторной координации. Коррекция гибкости, моторики.
19	Подвижная игра «Вот так позы».	1	17.03	поза	Упражнения на развитие произвольного внимания, мышления, совершенствование равновесия.	Совершенствование двигательной координации. Коррекция зрительного и слухового внимания через разучиваемый комплекс упражнений.
4 четверть-16ч						
1	Подвижная игра «Кошка и мышки» Подвижная игра «Аист ходит по болоту»	1	29.03	взаимопомощь болото	Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости. Формирование умения радоваться своим успехам и успехам других.	Формировать навыки взаимоконтроля; корректировать недостатки личностной сферы. Коррекция недостатков моторного развития через совершенствование координации движений.
2	Броски мячей. Перекатывание мячей. Упражнения с предметами на голове стоя у стены, в движении, под музыку.	1	31.03	под музыку ветер	Выполнение упражнений с предметами на голове (мешочек с песком, кубик и т. д) стоя у стены, в движении, под музыку. Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.	Развитие соматопропространственных действий; развитие восприятия пространства. Формировать навыки взаимоконтроля; корректировать недостатки личностной сферы.

3	Повторение основных положений рук, ног, туловища, головы.	1	05.0 4	ритм	Умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении.
4	Ходьба по гимнастической скамейке с различными положениям и рук.	1	07.0 4	ловкость	Ходьба по гимнастической скамейке с различными положениями рук (в стороны, за голову, на пояс, вверх, вперед, к плечам).	Развитие умения соотносить названия действий с собственными движениями.
5	Упражнения с предметами и без них. Подвижная игра «Кошка и мышки».	1	12.0 4	разминка	Слушают учителя, выполняют задание с помощью и по инструкции.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений.
6	Повторение основных видов движений, выполнение их в различном темпе, сочетание движений туловища, рук и ног.	1	14.0 4	направление	Слушают учителя, выполняют задание с помощью и по инструкции.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений.
7	Ходьба, начиная с левой ноги. Ходьба с носка. Бег в медленном темпе с соблюдением строя.	1	19.0 4	темп	Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.	Коррекция недостатков мышления, памяти, внимания через определение уровня владения основными пространственными категориями.
8	Прыжки на	1	21.0	прыжки	Формировани	Формировать

	одной ногой с продвижением ноги. Прыжок в длину.		4		е знаний о правилах техники выполнения двигательных действий.	навыки взаимодействия; корректировать недостатки личностной сферы.
9	Прыжок боком через гимнастическую скамейку.	1	26.0 4	правила	Прыжки в глубину с высоты 30-50 см.	Формировать навыки взаимодействия; корректировать недостатки личностной сферы.
10	Перекидывание мячей из одной руки в другую. Подбрасывание мяча перед собой и ловля его.	1	28.0 4	плоскость	Упражнения на развитие общей моторики, координации движений.	Формировать мотивацию деятельности и активные личностные установки.
11	Подвижные игры «Так можно, так нельзя», «Фигуры»	1	05.0 5	фигура	Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.	Корректировать недостатки слуховой памяти через развитие умения запоминать словесную инструкцию.
12	Размыкания, смыкания. Выполнение команд «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Становись!».	1	12.0 5	сотрудничество	Выполнение двигательных действий, использование их в игровой деятельности.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений.
13	Упражнения на формирование правильной осанки	1	17.0 5	наклон	Выполнение простейших упражнений для развития и формирования правильной осанки.	Развитие пространственных действий; развитие восприятия пространства.
14	Элементы движений с музыкальными	1	19.0 5	мелодия	Выполнение двигательных действий с	Формировать мотивацию деятельности и

	м сопровождени ем в различном темпе.				музыкальным сопровождени ем в различном темпе.	активные личностные установки.
15	Метание мяча из-за головы с места и на дальность. Подвижные игры «Слушай сигнал», «Светофор».	1	24.0 5	дальность светофор	Формировани е правильного выполнения имитационны х упражнений. Освоение двигательных навыков, последователь ности движений, развитие координацион ных способностей.	Коррекция слухового восприятия через упражнения по сигналу учителя. Коррекция пространственной ориентировки, моторики.
16	Лазание по гимнастичес кой стенке, по наклонной гимнастичес кой скамье. Подвижные игры «Ручеек», «Точно в цель», «Так можно, так нельзя».	1	26.0 5	наклонная запрет	Расширение диапазона движений и проведение профилактики возможных нарушений. Формировани е умения самостоятельн о переходить от одного задания к другому.	Коррекция памяти через разучивание и выполнение упражнений. Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания к другому.

7. Материально-техническое обеспечение включает мягкие формы и приспособления для придания положения лежа, сидя, стоя; ограничители; автомобильные кресла; гимнастические мячи различного диаметра, коврики и др. технические и электронные средства обучения:

- автоматизированное рабочее место учителя с программным обеспечением,
- телевизор, CD/DVD –проигрыватели,
- аудиомэагнитофон,
- мультимедиапроектор; экран,
- аудиозаписи,

демонстрационный и раздаточный дидактический материал:

- мячи, обручи, скакалки,
- коврики для упражнений,
- секундомер,
- гимнастические стенки

Литература для учителя:

- С. С. Зиянгиярова «Программно- методическое обеспечение 3-го урока физической культуры (ЛФК) для учащихся 1 – 5 классов «Специальной (коррекционной) общеобразовательной школы – интерната 8 вида». – П.,:КЦФКиЗ, 2010 – 66с.
- Журналы «Здоровье детей»
- Шмаков С. А. «Игры, развивающие психические качества личности школьника: Методическое пособие. – М.:ЦГЛ, 2004
- Ковалько В. И. «Здоровье сберегающие технологии в начальной школе. 1 – 4 классы. М.: «ВАКО, 2004.
- «Методика занятий по лечебной физкультуре в коррекционной школе» Селезнёва Л. И., учитель ЛФК государственного специального (коррекционного) образовательного учреждения школы № 9 г. Новороссийска
- Аудио записи «Музыка для массажа», «Музыка для души»
- Программно-методические материалы «Обучение детей с выраженным недоразвитие интеллекта» Под редакцией кандидата психологической наук, профессора - Бгажнокова И. М. Москва, 2012г

Информационное обеспечение образовательного процесса

- Портал «Мой университет»/ Факультет коррекционной педагогики <http://moi-sat.ru>
- Сеть творческих учителей <http://www.it-n.ru/>
- Социальная сеть работников образования <http://nsportal.ru/site/all/sites>
- Учительский портал <http://www.uchportal.ru>
- Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
- Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru>
- Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» <http://festival.1september>
- Электронная библиотека учебников и методических материалов <http://window.edu.ru>