

Государственное общеобразовательное казенное  
Учреждение Иркутской области  
«Специальная (коррекционная)  
школа-интернат для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата №20 г. Иркутска

Рассмотрено  
на заседании МО

Усова  
от «31» 08 2022 г

Согласованно  
заместитель директора УВР  
Н.И. Лямзина Лямзина

Утверждено  
директор школы  
М.Е. Лобина Лобина  
№ 173 от 31.08.2022



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
коррекционного курса  
«Двигательная коррекция»  
Худин Владислав Витальевич  
2022-2023 учебный год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Исходными документами для составления рабочей программы по двигательной коррекции обучающихся с ОВЗ (вариант 6.2) являются:

- Закон «Об образовании РФ»,
- Федеральный государственный образовательный стандарт для обучающихся с ОВЗ,
- Учебный план ГОКУ школы-интерната №20 г. Иркутска

Рабочая программа по коррекционному курсу «Двигательная коррекция» для обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата. 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).

**Цель:** обогащение сенсомоторного опыта, поддержанию и развитие способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

### **Задачи:**

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

Наряду с вышеуказанными задачами в коррекционном курсе «**Двигательной коррекции**» 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.

Содержание предмета «Двигательной коррекции» представлено следующими разделами: Коррекция и формирование правильной осанки, Формирование и укрепление мышечного корсета, Коррекция и развитие сенсорной системы, Развитие точности движений пространственной ориентировки.

Целенаправленное двигательное развитие в рамках курса происходит на специально организованных занятиях, проводимых инструкторами лечебной физкультуры и/или учителями адаптивной физкультуры. Развитие двигательных способностей, обучающихся с детским церебральным параличом тесно связано с работой по профилактике развития у них паталогических состояний. В ходе работы тело ребенка фиксируется в таких позах (горизонтальных, сидячих, вертикальных), которые снижают активность паталогических рефлексов, обеспечивая максимально комфортное

положение ребенка в пространстве и возможность осуществления движений. Придание правильной позы и фиксация обеспечивается при помощи специального оборудования и вспомогательных приспособлений с соблюдением индивидуального режима. Такая работа организуется в физкультурном зале, в классе и дома в соответствии с рекомендациями врача-ортопеда и специалиста по лечебной физкультуре. Обеспечение условий для придания и поддержания правильного положения тела создает благоприятные предпосылки для обучения ребенка самостоятельным движениям, действиям с предметами, элементарным операциям самообслуживания, способствует развитию познавательных процессов. Знания, умения, навыки, приобретаемые обучающимися в ходе освоения материала по математическим представлениям, необходимы им для ориентировки в окружающей действительности, т.е. во временных, количественных, пространственных отношениях, решении повседневных задач. При обучении учитывается неоднородность состава класса (группы) и осуществляется индивидуальный подход к учащимся.

Формы организации познавательной деятельности учащихся: индивидуальные, групповые, коллективные (фронтальные). Применяются следующие методы обучения: программа направлена на лечение заболеваний, профилактику их осложнений, на предупреждение обострений у младших школьников с нарушениями в развитии. Суть предложенной адаптированной программы по двигательному развитию заключается в том, чтобы учесть все возможные подходы для компенсации, коррекции отклонений в физическом развитии младшего школьника с ограниченными возможностями здоровья с тем, чтобы приблизить его телесные, духовные, нравственные возможности к полноценной социокультурной жизни.

Практическая полезность курса обусловлена тем, что предполагает формирование умений пользоваться полученными знаниями для решения соответствующих возрасту житейских задач. У детей 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 детей данной категории. Поэтому важно не только дать этим детям 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 детей с ОВЗ 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 учащихся, так как воспитанники коррекционной школы представляют собой весьма разнородную группу детей 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.

Результаты освоения учебного курса, предмета и система их оценки.

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 ЗПР (вариант 6.2).

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

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:

| Оценочное суждение | Содержание   |
|--------------------|--|
| Усвоил             | Знает хорошо, может применить на практике самостоятельно.          |
|                    | Знает, усваивает и применяет с помощью.                            |
|                    | Знает фрагментарно, усваивает с трудом, помощь принимает частично. |
| Не усвоил          | Не знает, не усваивает, помощь не принимает.                       |

Материал предмета представлен следующими **содержательными линиями**:

| № п/п | Содержательная линия                         | Коррекционно-развивающие задачи   | Педагогические средства, технологии решения коррекционных задач   |
|-------|--|---|---|
| 1     | Коррекция и формирование правильной осанки.  | Профилактика нарушения осанки и плоскостопия; профилактика выполнения имитационных упражнений.<br>Профилактика выполнения упражнений в вытяжении. | планируется в соответствии с основными дидактическими требованиями:<br>постепенное повышение нагрузки и переход в конце урока к успокоительным упражнениям; |
| 2     | Формирование и укрепление мышечного корсета. | Профилактика выполнения общеукрепляющих упражнений. Овладение пространственными ориентировками. Развитие подвижности в суставах.                  |   |
| 3     | Коррекция и развитие сенсорной               | Овладение упражнениями для развития тактильно-двигательного восприятия; Развитие зрительного анализатора;   |   |

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
|   | системы.  | Овладения играми на совершенствование сенсорного развития.                                | чередование различных видов упражнений, подбор упражнений, соответствующих возможностям учащихся. |
| 4 | Развитие точности движений пространственной ориентировки. | Профилактика нарушения осанки и плоскостопия; Овладения пространственными ориентировками. |   |

### Планируемые результаты освоения обучающимися:

#### личностные

- освоение доступной социальной роли обучающейся, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выход из спорных ситуаций;
- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определённому полу, осознание себя как «Я»;
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.

#### предметные

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).

- **сформированность базовых учебных действий** (Программа формирования базовых учебных действий у обучающихся направлена на развитие способности у детей овладевать содержанием адаптированной основной образовательной программы общего образования для обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата.

|  |                                  |
|--|----------------------------------|
| <b>Группа базовых учебных действий</b> | <b>Учебные действия и умения</b> |
|--|----------------------------------|

|   |   |
|---|---|
| <p>1. Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся.</p>                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- входить и выходить из учебного помещения со звонком;</li> <li>- ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения), пользоваться учебной мебелью;</li> <li>- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);</li> <li>- организовывать рабочее место;</li> <li>- принимать цели и произвольно включаться в деятельность;</li> <li>- следовать предложенному плану и работать в общем темпе;</li> <li>- передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения.</li> </ul> |
| <p>2. Формирование учебного поведения:</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание):</li> <li>- умение выполнять инструкции педагога:</li> <li>- использование по назначению учебных материалов:</li> <li>- умение выполнять действия по образцу и по подражанию:</li> </ul>  |
| <p>3. Формирование умения выполнять задание:</p>  | <p><u>1) в течение определенного периода времени:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способен удерживать произвольное внимание на выполнении посильного задания 3-4 мин.</li> </ul> <p><u>2) от начала до конца:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- при организующей, направляющей помощи способен выполнить посильное задание от начала до конца.</li> </ul> <p><u>3) с заданными качественными параметрами:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ориентируется в качественных параметрах задания</li> </ul>   |
| <p>4. Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- ориентируется в режиме дня, расписании уроков с помощью педагога;</li> <li>- выстраивает алгоритм предстоящей деятельности (словесный или наглядный план) с помощью педагога.</li> </ul>   |

### **Требования к уровню подготовки учащихся**

В соответствии с требованиями ФГОС к адаптированной основной образовательной программе для обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата результативность обучения может оцениваться только строго индивидуально с учетом особенностей психофизического развития и особых образовательных потребностей каждого обучающегося. В связи с этим, требования к результатам освоения образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

### **Предполагаемые знания и умения учащихся:**

Учащиеся должны **уметь:**

подобрать форму одежды для занятий по двигательной коррекции  
строится в колонну, равняться в затылок, размыкаться на вытянутые руки вперед;

выполнять повороты по ориентирам

Учащиеся должны **знать:**

правила поведения и передвижения по спортивному залу;

правила по технике безопасности и правила пользования спортивными снарядами и тренажёрами;

правила личной гигиены.

## Календарно-тематическое планирование

(33 часа из расчёта 1 час в неделю)

| № | Тема  | Кол-<br>во<br>часов | Дата  | Основные виды учебной деятельности   |
|---|---|---------------------|-------|--|
|   | <b>Коррекция и закрепления навыка правильной осанки</b>   |                     |       |  |
| 1 | Формирование знаний о положении тела при правильной осанке. Разучивание основных положений рук, ног, туловища, головы.              | 1                   | 15.09 | Знать какие части тела соприкасаются со стеной при правильной осанке; Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки; Выполнять правильно имитационные упражнения; Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила. |
| 2 | Формирование правильной осанки у гимнастической стенки (пятки, икроножные мышцы, ягодицы, лопатки, затылок), под контролем учителя. | 1                   | 22.09 |  |
| 3 | Упражнения у гимнастической стенки (движения головы, рук, ног, приседания, скольжение спиной по стенке), смешанные висы.            | 1                   | 29.09 |  |
| 4 | Знакомство с движениями, имитирующими ходьбу и бег животных.  | 1                   | 06.10 |  |



|   |  |   |       |  |
|---|--|---|-------|--|
|   | <b>Формирование и укрепление мышечного корсета</b>   |   |       |  |
| 5 | Упражнения для укрепления мышц живота и спины из различных и.п.  | 1 | 13.10 | Принимать правильно положение головы, туловища, ног в различных и.п. стоя, сидя, лёжа на спине, на животе. Следить за правильным дыханием, вдох – через нос, выдох – через рот.<br>Уметь выполнять упражнения для укрепления мышц глаз.  |
| 6 | Упражнения для укрепления тазового пояса, бёдер, ног и рук.  | 1 | 20.10 |  |
| 7 | Упражнения с предметами и без них.   | 1 | 27.10 |  |
|   | <b>Коррекция и развитие сенсорной системы</b>  |   |       |  |
| 8 | Упражнение для правильного дыхания с использованием звуковой гимнастики.   | 1 |       | Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие дыхательные упражнения без сочетания с физическими упражнениями. Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами.   |
|   | <b>Коррекция и закрепления навыка правильной осанки</b>  |   |       |  |
| 1 | Знакомство с ходьбой по гимнастической скамейке с различными положениями рук (в стороны, за голову, на пояс, вверх, вперёд, к плечам). | 1 |       | Знать какие части тела соприкасаются со стеной при правильной осанке; Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки; Выполнять правильно имитационные упражнения; Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила. |
| 2 | Упражнения с предметами на голове (мешочек с песком, кубик и т. д) стоя у стены, в движении, под музыку.                               | 1 |       |  |

|   |   |   |  |   |
|---|---|---|--|---|
| 3 | Обучение специальным упражнениям в вытяжении и само- вытяжении.   | 1 |  |   |
| 4 | Подвижные игры на сохранение правильной осанки: «Море волнуется», «Совушка - Сова»                          | 1 |  |   |
|   | <b>Формирование и укрепление мышечного корсета.</b>   |   |  |   |
| 5 | Упражнения для увеличения гибкости и подвижности позвоночника и суставов при помощи фитболов, больших мячей | 1 |  | Принимать правильно положение головы, туловища, ног в различных и.п. стоя, сидя, лёжа на спине, на животе. Следить за правильным дыханием, вдох – через нос, выдох – через рот.<br>Уметь выполнять упражнения для укрепления мышц глаза |
| 6 | Обучения комплекса упражнения с малым мячом для профилактики миопии   | 1 |  |   |
|   | <b>Развитие точности движений пространственной ориентировки</b>   |   |  |   |
| 7 | Ходьба по различным предметам, передвижение боком.  | 1 |  | Выполнять ходьбу боком по гимнастической палке, по обручу, по канату, по гимнастической стенке;<br>Уметь свободно ориентироваться в частях тела. Выполнять повороты на месте (направо, налево).   |
| 8 | Игры: «Летающие носочки», «Зоопарк», «Собери шишки».  | 1 |  |   |
|   |   |   |  |   |
|   | <b>Формирование и</b>   |   |  |   |

|   |  |   |  |  |
|---|--|---|--|--|
|   | <b>укрепление мышечного корсета</b>  |   |  |  |
| 1 | Упражнения для увеличения гибкости и подвижности позвоночника                  | 1 |  | Принимать правильно положение головы, туловища, ног в различных и.п. стоя, сидя, лёжа на спине, на животе. Следить за правильным дыханием, вдох – через нос, выдох – через рот.<br>Уметь выполнять упражнения для укрепления мышц глаза  |
| 2 | Упражнения на ребристых досках, гимнастических палках, ортопедических ковриках | 1 |  |  |
|   | <b>Коррекция и закрепления навыка правильной осанки</b>                        |   |  |  |
| 3 | Ходьба с мешочками на голове, руки на поясе (за преподавателем)                | 1 |  | Знать какие части тела соприкасаются со стеной при правильной осанке; Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки; Выполнять правильно имитационные упражнения; Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила. |
| 4 | Ходьба с мешочками на голове, руки на поясе (за направляющим)                  | 1 |  |  |
| 5 | Упражнение «Змея», «Ящерица», «Кошка»  | 1 |  |  |
|   | <b>Развитие точности движений пространственной ориентировки</b>                |   |  |  |
| 6 | Ходьба по залу.  | 1 |  | Выполнять ходьбу боком по гимнастической палке, по обручу, по канату, по гимнастической стенке;<br>Уметь свободно ориентироваться в частях тела. Выполнять повороты на месте (направо, налево).  |
| 7 | Ходьбой по залу и линиям.  | 1 |  |  |
| 8 | Ходьба по кругу с чередованием на пятках и носках.                             | 1 |  |  |

|    |   |   |  |  |
|----|---|---|--|--|
| 9  | Ходьбой по залу по «следам» с обходом кеглей и т.д.             | 1 |  |  |
| 10 | Ходьба приставным шагом.  | 1 |  |  |
| 11 | Ходьба с подниманием бедра.                                     | 1 |  |  |
|    |   |   |  |  |
|    |   |   |  |  |
|    | <b>Коррекция и закрепления навыка правильной осанки</b>         |   |  |  |
| 1  | Ходьба с мешочками на голове, руки на поясе (за преподавателем) | 1 |  | Знать какие части тела соприкасаются со стеной при правильной осанке; Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки; Выполнять правильно имитационные упражнения; Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила. |
| 2  | Ходьба с мешочками на голове, руки на поясе (за направляющим)   | 1 |  |  |
| 3  | Упражнение «Птичка», «Веточка»                                  | 1 |  |  |
|    | <b>Коррекция и развитие сенсорной системы</b>                   |   |  |  |
| 4  | Упражнения с различными предметами.                             | 1 |  | Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие дыхательные упражнения без сочетания с физическими упражнениями. Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами.   |
| 5  | Упражнения с мячами – ёжиками.                                  | 1 |  |  |
| 6  | Упражнения с различными малыми мячами                           | 1 |  |  |
| 7  | Упражнения с различными гимнастической палкой.                  | 1 |  |  |

|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

## Учебно – методическое и материально – техническое обеспечение образовательного процесса

### Методическая 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»
- Похлебкин В. П. «Уроки здоровья» : Кн. для учителя: Из опыта работы. – М.:Просвещение,1992.
- 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.
- Заикина Е. «Быть здоровым непросто»: Формирование культуры здоровья у старшеклассников / Елена Заикина. – М.: Чистые пруды,2008
- «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»