

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Специальная общеобразовательная школа-интернат»  
г. Губаха, Пермский край

ПРИНЯТО:

ППО «Сопровождение»

Протокол № 1 от 28.08.2025 г.

СОГЛАСОВАНО:

Педагогическим советом

Протокол № 1 от 29.08.2025 г.

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МБОУ СОШИ

\_\_\_\_\_ А.М. Братчикова  
29.08.2025 г.

**Адаптированная программа коррекционного курса  
«Лечебно-физкультурный комплекс»  
для обучающихся  
Особый ребенок 2, Особый ребенок 3**

Составитель программы:  
Вострикова Н.В.

2025 - 2026 учебный год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптированная программа по коррекционному курсу «Двигательное развитие» разработана на основе:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
3. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
4. Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 г. №1026;
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 21 сентября 2022 г. № 858 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников»;
6. Адаптированная основная общеобразовательная программа МБОУ СОШИ;
7. Учебный план МБОУ СОШИ на 2024-2025 учебный год.

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) имеются 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. В связи с выраженными нарушениями и (или) искажениями процессов познавательной деятельности, прежде всего: восприятия, мышления, внимания, памяти и др. у обучающихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) возникают непреодолимые препятствия в усвоении «академического» компонента школьного образования. Специфика эмоциональной сферы определяется не только ее недоразвитием, но и специфическими проявлениями гипо- и гиперсензитивности. В связи с неразвитостью волевых процессов, дети не способны произвольно регулировать свое эмоциональное состояние в ходе любой организованной деятельности, что не редко

проявляется в негативных поведенческих реакциях. Интерес к какой-либо деятельности не имеет мотивационно-потребностных оснований и, как правило, носит кратковременный, неустойчивый характер.

Предмет «Двигательное развитие» для учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью имеет практическую направленность и максимально индивидуализирован. Знание общих закономерностей и особенностей формирования двигательной сферы детей с различными отклонениями представляет особую важность для поиска эффективных педагогических средств и методов коррекции двигательных нарушений. У детей с умственной отсталостью имеется локализация органических поражений в ЦНС, которая приводит к недоразвитию моторики. Чем выше уровень поражения, тем грубее двигательные расстройства. Нижележащие уровни более сохранены, но они регулируют лишь элементарные двигательные акты. Поэтому в наибольшей степени оказываются нарушенными не элементарные движения, а сложпокоординационные двигательные действия, требующие осмысления, словесного опосредования и регуляции со стороны коркового уровня.

**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;
- ✓ 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 обучающихся:

- ✓ 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.

#### **Место предмета в учебном плане**

В соответствии с недельным учебным планом общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на коррекционный курс «двигательное развитие» отводится 1 час в неделю 33 учебных недели (33 ч/в год).

Срок реализации программы – 1 год.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Учебный предмет «Двигательное развитие» в классе осваивают обучающиеся (с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью, с тяжелыми и множественными нарушениями в развитии). Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе, от общих занятий не освобождаются, а занимаются на уроке со всеми. К ним применяется индивидуальный подход.

Планируемые результаты освоения программы коррекционного курса «Двигательное развитие» обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) связаны с поддержкой и совершенствованием двигательной активности в специально- созданной ситуации, доступной физическим возможностям и опыту ребенка, с помощью взрослого.

### Обучающиеся с умеренной умственной отсталостью (1 группа)

#### *Личностные:*

- ✓ 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;
- ✓ положительное отношение к физическим упражнениям и оздоровительным мероприятиям,
- ✓ проявление интереса и потребности к передвижению в пространстве.

#### *Предметные:*

- ✓ выполнение движений и действий по речевой инструкции, или по показу взрослого самостоятельно или с помощью взрослого;
- ✓ выполнение действий с мячом: броски мячей разного размера; прокатывание мяча одной, двумя руками
- ✓ ходьба по ровной дорожке (или по скамейке), друг за другом, в паре, с руками на поясе умение стоять друг за другом, стоять взявшись за руки, строиться в круг;
- ✓ прыгать на двух, на одной ноге на месте;
- ✓ ползание, подползание, переползание через препятствие;
- ✓ выполнение разминочных упражнений
- ✓ умение пользоваться спортивными снарядами или орудиями (мячами, кеглями, обручами и пр.).
- ✓ строится в колонну, равняться в затылок, размыкаться на вытянутые руки вперёд;
- ✓ выполнять повороты по ориентирам, по показу учителя
- ✓ уметь выполнять действия по образцу и по подражанию
- ✓ адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях

- ✓ технически правильно осуществлять двигательные действия
- ✓ выполнять физические упражнения для развития физических навыков по показу учителя
- ✓ управлять дыханием

### **Обучающиеся с тяжелой умственной отсталостью и некоторые дети с множественными нарушениями в развитии (2 группа)**

#### ***Личностные:***

- ✓ проявление интереса к адаптивным ситуациям для реализации своих образовательных потребностей;
- ✓ положительное отношение к физическим упражнениям и оздоровительным мероприятиям,
- ✓ положительное взаимодействие со сверстниками в разных адаптивных ситуациях.

#### ***Предметные:***

- ✓ выполнение движений и действий по показу взрослого самостоятельно или с помощью взрослого;
- ✓ выполнение действий с мячом: броски партнеру и умение ловить мячи среднего размера;
- ✓ ходьба по ровной дорожке (или по скамейке) друг за другом;
- ✓ умение стоять друг за другом, стоять, взявшись за руки; строиться в круг, взявшись за руки;
- ✓ прыгать на двух, на одной ноге на месте, взявшись за руки с учителем;
- ✓ ползать, подползать, переползать через препятствие;
- ✓ выполнение доступных разминочных упражнений;
- ✓ умение пользоваться спортивными снарядами или орудиями (мячами, кеглями, кольцами и пр.).

### **Обучающимися с глубокой умственной отсталостью и большинство детей с множественными нарушениями в развитии (3 группа)**

#### ***Личностные:***

- ✓ проявлять интерес к адаптивным ситуациям для реализации своих двигательных потребностей;
- ✓ положительно взаимодействовать с близкими взрослыми в разных адаптивных ситуациях.

#### ***Предметные:***

- ✓ выполнять действия с мячом: бросать (удерживать или отдавать) в руки взрослому, прокатывать мячи разного размера;
- ✓ ходить или стоять с помощью взрослого, удерживая предмет в руке; отдавать его в руки взрослому; или поворачиваться в сторону взрослого, эмоционально или двигателью реагируя на тактильное воздействие игрушкой;
- ✓ стоять, или сидеть, или лежать на боку, пользуясь поддержкой взрослого, или вспомогательным средством (поручнем, подлокотником);
- ✓ принимать положение «сидя» из положения «лежа»;
- ✓ эмоционально и двигателью реагировать на совместные доступные разминочные упражнения

### **Базовые учебные действия:**

- ✓ проявляют интерес к адаптивным ситуациям;
- ✓ выполняют элементарную инструкцию, связанную с адаптивными возможностями, используя предметы (игрушки), предметы социальной значимости и доступные спортивные средства;
- ✓ проявляют активность в адаптивных ситуациях с игрушками и спортивными средствами любым доступным способом.
- ✓ входить и выходить из учебного помещения со звонком
- ✓ ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения), пользоваться спортивным инвентарем
- ✓ передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения
- ✓ направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание)
- ✓ умение выполнять инструкции педагога
- ✓ использование по назначению учебных материалов
- ✓ умение выполнять действия по образцу и по подражанию

## Оценка планируемых результатов освоения программы

Для оценки сформированности каждого действия используется балловая система оценки. 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.

**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;

**5 баллов** – воспроизводит самостоятельно, без ошибок.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Курс проводится в кабинете ЛФК. Материально-техническое оснащение и дидактический материал может использоваться аналогично предмету «Адаптивная физкультура», а также состоять из дополнительных наборов спортивного инвентаря, безопасного для жизни обучающихся (мячи, маты и т.д.).

Содержание коррекционного курса реализуется как в групповой, так и в индивидуальной форме обучения.

№ п/п	Раздел	Кол-во часов
1.	Движения рук	8
2.	Движения туловища	8
3.	Движения ног	8
4.	Подвижные игры	8
<b>Итого: 34 часа</b>		

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



## **СИСТЕМА ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ**

### **Система оценки личностных результатов.**

Оценка личностных результатов предполагает оценку продвижения ребенка в овладении социальными (жизненными) компетенциями. Во время обучения целесообразно всячески поощрять и стимулировать работу учеников, используя только качественную оценку. Во время обучения центральным результатом является появление значимых предпосылок учебной деятельности, одной из которых является способность ее осуществления не только под прямым и непосредственным руководством и контролем учителя, но и с определенной долей самостоятельности во взаимодействии с учителем и одноклассниками.

Оценивание проводится по результату наличия динамики в развитии обучающегося, при этом заполняется «Лист наблюдений за развитием учащегося» с помощью следующих критериев: положительная динамика, незначительная динамика, отсутствие динамики. Результаты анализа представляются в форме оценки, характеризующей наличный уровень жизненной компетенции.

### **Система оценки предметных результатов.**

Главными требованиями при оценивании умений и навыков является создание благоприятных условий для выполнения изучаемых упражнений и их качественное выполнение:

- ✓ как ученик овладел основами двигательных навыков;
- ✓ как проявил себя при выполнении, старался ли достичь желаемого результата;
- ✓ как понимает и объясняет разучиваемое упражнение;
- ✓ как пользуется предлагаемой помощью и улучшается ли при этом качество выполнения;
- ✓ как понимает объяснение учителя, спортивную терминологию;
- ✓ как относится к урокам;
- ✓ каков его внешний вид;
- ✓ соблюдает ли дисциплину.

### **Динамика усвоения знаний по предмету**

Критерии оценки динамики усвоения программы:

0 -отсутствие динамики или регресс.

1-динамика в освоении минимум одной операции, действия.

2 -минимальная динамика.

3-средняя динамика.

4-выраженная динамика.

5-полное освоение действия

## **Система оценки БУД.**

В процессе обучения осуществлять мониторинг всех групп БУД, который отражает индивидуальные достижения обучающихся и позволяет делать выводы об эффективности проводимой в этом направлении работы.

При выявлении уровня развития ученика оценивается качественное содержание доступных ему действий.

**В качестве значимых можно выделить основные уровни деятельности:**

- ✓ совместные действия с педагогом;
- ✓ деятельность по подражанию;
- ✓ деятельность по образцу;
- ✓ деятельность по последовательной инструкции;
- ✓ деятельность с привлечением внимания ученика к предмету деятельности;
- ✓ самостоятельная деятельность обучающегося;
- ✓ умение учащегося исправить допущенные ошибки.

**Примечание:** В случае затруднений в оценке сформированности действий, представлений в связи с отсутствием видимых изменений, обусловленных тяжестью имеющихся у ребенка нарушений, следует оценивать его другие возможные личностные результаты

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№п/п	Тема	Кол-во часов	Примечания
<b>1. Раздел Движения головы 5 часов</b>			
1.	Удержание головы в положении лежа на спине	1	
2.	Удержание головы в положении лежа на животе	1	
3.	Удержание головы в положении лежа на боку (правом, левом)	1	
4.	Наклоны головой лежа на спине/животе	1	
5.	«Круговые» движения головой	1	
<b>2. Раздел Движения рук 5 часов</b>			
6.	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые» движения.	1	
7.	Движения пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание.	1	
8.	<b>Динамический контроль</b>	1	
9.	Опора на предплечья, на кисти рук.	1	
10.	Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы).	1	
11.	Ловля мяча	1	
<b>3. Раздел Движения туловища 10 часов</b>			
12-13.	Изменение позы в положении лежа: повороты, перекаты	2	
14-15.	Изменение позы в положении сидя: поворот, наклон	2	
16-17.	Изменение позы в положении стоя: поворот, наклон	2	
18-19.	Вставание и передвижение на четвереньках.	2	
20-21.	Ползание на животе (на четвереньках).	2	
<b>Раздел Движения ног 6 часов</b>			
22.	Подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	1	
23.	Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры)	2	
24.	Ходьба по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры)	1	

25-26.	Ходьба по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры).	2	
<b>Раздел Подвижные игры 6 часов</b>			
27.	«Кот и воробушки»	1	
28.	«У медведя во бору»	1	
29.	«Ручеёк»	1	
30.	«Найди пару»	1	
31.	«Лиса и зайцы»	1	
32.	«Собери круг»	1	
33.	<b>Динамический контроль</b>	1	
<b>ИТОГО: 34 часа</b>			

## УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

### Средства, формы и методы коррекционной работы:

- ✓ наглядность, коррекционные игры и упражнения, практическая работа;
- ✓ проводятся групповые занятия;
- ✓ психогимнастика, конструирование, наглядный и практический метод, связь с окружающей средой, опора на жизненный опыт и собственные ощущения;
- ✓ индивидуальная, фронтальная и групповая

### Основные технологии обучения:

- ✓ личностно-ориентированные;
- ✓ деятельностный подход;
- ✓ уровневая дифференциация;
- ✓ информационно-коммуникативные;
- ✓ здоровьесберегающие;
- ✓ игровые.

Основная форма проведения учебных занятий по коррекционному курсу «Двигательное развитие» — урок.

## ЛИТЕРАТУРА:

1. Аксенова О. Э. Адаптивная физическая культура в школе. Начальная школа/ О. Э. Аксенова, С. П. Евсеев// Под общей редакцией С. П. Евсеева, СПб ГАФК им. П. Ф. Лесгафта. СПб. 2003.
2. Андрющенко Н. В.Монтессори-педагогика и Монтессори-терапия. — СПб.: Речь, 2010.
3. Баряева Л.Б. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственнойотсталостью.Спб ЦДК. 2011.
4. Баряева Л. Б., Гаврилушкина О. П., Зарин А., Соколова Н. Д. Программа воспитания и обучения дошкольников с интеллектуальной недостаточностью. — СПб.: КАРО, 2007.
5. Горская и. Ю. Координационные способности школьников с нарушением интеллекта. Учебное пособие / И. Ю. Горская, Т. В. Синельникова.- Омск, Сиб ГАФК, 1999
6. Григорьев Д. В.Совершенствование двигательных способностей школьников в условиях общеобразовательной школы. — СПб.: Наука-Питер, 2005.
7. Дмитриев А. А. Физическая культура в специальном образовании: Учебное пособие для студ. Высш. Пед. Учеб. Заведений/ А. А. Дмитриев.- М.: Академия, 2002
8. Евсеев С.ТТ., Шапкова Л. В.Адаптивная физическая культура. — М.: Советский спорт, 2000.
9. Забрамная С. Д., Исаева Т. Н.Психолого-педагогическая дифференциация детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. — 2009. — № 1. — С. 49-53.
- 10.Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями развития/ Под общей редакцией проф. Л. В. Шапковой, М.: Советский спорт, 2002
- 11.Музыкальная гимнастика для пальчиков / Сост. М. Ковалевская, худ. А. Веселов.— СПб.: Союз художников, 2007.
- 12.Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта: Программно-методические материалы / Под ред. И. М. Бгажноковой. — М.: ВЛАДОС, 2010.
- 13.Основные направления и содержание обучения детей и подростком с особыми образовательными потребностями в ЛПЦ г. Пскова / Под ред. С. В. Андреевой. — Псков, 2000.
- 14.Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. 0-4 классы / Под редакцией И.М. Бгажноковой. – М.: Просвещение, 2011.
- 15.Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью / Под редакцией Л. Б. Баряевой, Н. Н. Яковлевой. – СПб.: ЦДК проф. Л. Б. Баряевой, 2011





