

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования и науки Удмуртской Республики**  
**Муниципальное образование «Муниципальный округ**  
**Кизнерский район Удмуртской Республики»**  
**МКОУ Бемьжская средняя школа**

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО  
начальных классов



Н. И. Федотова  
Протокол № 2 от «24»  
октября 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора  
по УР



Л. В. Трусова  
б/н от «24» октября 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МКОУ  
Бемьжская средняя  
школа

  
М. В. Усачева  
Приказ №100 от «25»  
октября 2023 г.



**АДАптированная РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**«Двигательная коррекция» для обучающихся с ОВЗ**  
**в 3-4 классе**  
Приложение №4 к АООП НОО обучающихся с НОДА  
(вариант 6.1)

с. Бемьж 2023

## Пояснительная записка

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций человека. У большинства детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся. Курс «Двигательная коррекция» направлен на поддержание и развитие способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков учащихся с НОДА. Коррекционный курс «Двигательная коррекция» осуществляет коррекцию недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкально-ритмической деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с НОДА.

Рабочая программа является частью Адаптированной основной образовательной программы начального общего образования обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата (вариант 6.1)

Рабочая программа коррекционного курса «Двигательная коррекция» для 3-4 классов составлена на основе нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последними изменениями).
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 года № 1598 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

Цель программы: обеспечение коррекции индивидуальных двигательных нарушений в зависимости от тяжести поражения ОДА. Развитие мелкой моторики и коррекция ее нарушений. Развитие двигательной активности.

Задачи:

- Поддержание жизненно-важных функций организма (дыхание, работа сердечно-сосудистой системы, мышечной и других физиологических систем)
- Улучшение качества имеющихся движений, предупреждение их нарушений

- Стимуляция появления новых движений
- Обучение переходу из одной позы в другую
- Обучение способам передвижения
- Развитие и закрепление жизненно-важных навыков, необходимых для использования в повседневной жизни
- Мотивация двигательной активности
- Развитие моторной ловкости
- Развитие функции руки, в том числе мелкой моторики
- Формирование ориентировки в пространстве
- Получение нового сенсомоторного опыта

## **1. Общая характеристика коррекционного курса**

Категория детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата - неоднородная по составу группа школьников. Группа обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата объединяет детей со значительным разбросом первичных и вторичных нарушений развития. Отклонения в развитии у детей с такой патологией отличаются значительной полиморфностью и диссоциацией в степени выраженности.

Группа обучающихся с НОДА по варианту 6.1: дети с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата различного этиопатогенеза, передвигающиеся самостоятельно или с применением ортопедических средств, имеющие нормальное психическое развитие и разборчивую речь. Достаточное интеллектуальное развитие у этих детей часто сочетается с отсутствием уверенности в себе, с ограниченной самостоятельностью, с повышенной внушаемостью. Личностная незрелость проявляется в наивности суждений, слабой ориентированности в бытовых и практических вопросах жизни.

Коррекционный курс «Двигательная коррекция» ориентирован на коррекцию недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Структура программы представлена следующими разделами:

- Упражнения на ориентировку в пространстве
- Ритмико-гимнастические упражнения
- Упражнения с детскими музыкальными инструментами
- Игры под музыку
- Танцевальные упражнения

Практическая направленность курса способствует общему развитию младших школьников, исправлению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

Коррекционная направленность заключается в выполнении специальных упражнений под музыку, осуществляющих развитие представлений учащихся

о пространстве и умении ориентироваться в нем. Упражнения с предметами— развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений. Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Движения под музыку не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие.

#### *Принципы составления программы*

Организация и методика занятий «Двигательная коррекция» строятся преимущественно на общедидактических принципах, к основным из которых следует отнести принципы:

- научности, предполагающий построение занятий на основе достижений науки, методологии и проблем АФК, биологических и психологических закономерностей функционирования организма человека с патологическими нарушениями, а также теории и практики педагогики, физической культуры, медицины и т. д.;

- сознательности и активности, направленный на формирование у занимающихся осознанного, активного отношения к занятиям физическими упражнениями, опирающегося на глубокое убеждение в первостепенном значении физических упражнений для здоровья и развития личности;

- доступности, предполагающий выбор средств, методов, методических приемов, сбалансированных психофизических нагрузок, соответствующих индивидуальным особенностям занимающегося и его функциональному состоянию;

- систематичности и последовательности, означающий не только систематичность занятий физическими упражнениями, но и таким образом организованный учебно-воспитательный процесс, в котором преподавание и освоение учебного материала идет в определенном порядке и подчинено соответствующей системе;

- диагностирования, предполагающий первостепенный учет специфики основного дефекта занимающегося (структуры, времени поражения, медицинского прогноза и др.) и противопоказаний к применению средств физической культуры;

- компенсаторной направленности заключается в том, чтобы подбором специальных физических упражнений, методов и методических приемов стимулировать компенсаторные процессы в поврежденных органах и системах, создавая со временем устойчивую долговременную компенсацию;

- коррекционно-развивающей направленности, предполагающий, что педагогическое воздействие должно быть направлено не только на преодоление, сглаживание физических и психических нарушений

занимающихся, но и на активное развитие их познавательной деятельности, психических процессов, физических способностей и нравственных качеств;

– вариативности: направлен на использование бесконечного многообразия и возможностей двигательной активности

Формы организации коррекционной работы: индивидуальный, групповой. Формы занятий: сюжетный, игровой, занятие-тренировка.

Каждое занятие коррекционного курса «Двигательная коррекция» имеет чётко организованную структуру, необходимыми компонентами которой является:

1. подготовка к занятию (достать физкультурную форму, самостоятельное переодевание или использование помощи сопровождающего в необходимом объёме)
2. перемещение к месту проведения занятий
3. дыхательные упражнения
4. формирование жизненно важных функций
5. упражнения, направленные на развитие функций рук
6. подвижные игры
7. релаксация; упражнения, направленные на саморегуляцию.

Коррекционно-образовательная работа с детьми проводится в соответствии с уровнем развития. В начале и в конце учебного года проводится диагностика уровня сформированности двигательной сферы учащихся с НОДА.

### **Место коррекционного курса в учебном плане**

Коррекционный курс «Двигательная коррекция» проводится в 3 – 4 классе ,1 час в неделю.

3 класс: 34 часа: (1 час в неделю, 34 учебных недели)

4 класс: 34 часа: (1 час в неделю, 34 учебных недели)

### **Ценностные ориентиры содержания курса.**

- формирование индивидуально-личностных качеств обучающихся;
- развитие самостоятельности, инициативы и ответственности;
- овладение навыками самообслуживания;
- дифференциация и осмысление картины мира;
- формирование умения учиться и способности к организации своей деятельности (планированию, контролю, оценке);

- развитие познавательных интересов, инициативы и любознательности, мотивов познания и творчества.
- формирования самоуважения и эмоционально-положительного отношения к себе

### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения коррекционного курса**

#### *Личностные*

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности определенному полу, осознание себя как «Я»;
- социально – эмоциональное участие в процессе общения и деятельности;
- формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей.
- формирование этических чувств доброжелательности и эмоционально – нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие музыкально – эстетического чувства, проявляющего себя в эмоционально – ценностном отношении к искусству, понимании его функций в жизни человека и общества.

*Метапредметными* результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий ритмикой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых

видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

### *Предметные*

#### **3 класс**

- принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения стоя/сидя;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.
- соблюдать правильную дистанцию в колонне
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой, самостоятельно или с применением технических средств;

#### **4 класс**

- соблюдать правильную дистанцию в колонне
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой, самостоятельно или с применением технических средств;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз.
- четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски, самостоятельно или с применением технических средств.

## Содержание учебного курса

**Учебный материал носит вариативный характер и подбирается педагогом в зависимости от уровня развития каждого ребенка.**

### **3 класс**

#### *Упражнения на ориентировку в пространстве*

Ходьба в соответствии с метрической пульсацией, чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах.

#### *Ритмико-гимнастические упражнения*

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Упражнения на расслабление мышц. Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

#### *Упражнения с музыкальными инструментами*

Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание. Упражнение для кистей рук с барабанными палочками. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.

#### *Игры под музыку*

Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.

#### *Танцевальные упражнения*

Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, поскоки.

### **4 класс**

#### *Упражнения на ориентировку в пространстве*

Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в



угол. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах.

#### *Ритмико-гимнастические упражнения*

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Упражнение на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).

#### *Упражнения с детскими музыкальными инструментами*

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.

#### *Игры под музыку*

Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Игры с пением, речевым сопровождением.

#### *Танцевальные упражнения*

Пружинящий бег. Пскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцы.

**Тематическое планирование  
3 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Количество часов</b>
1	Упражнения на ориентировку в пространстве.	6 ч
2	Ритмико-гимнастические упражнения.	5 ч
3	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	5 ч
4	Игры под музыку.	5 ч
5	Танцевальные упражнения.	5 ч
ИТОГО		26 ч

**4 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Количество часов</b>
1	Упражнения на ориентировку в пространстве.	7 ч
2	Ритмико-гимнастические упражнения.	7 ч
3	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	7 ч
4	Игры под музыку.	7 ч
5	Танцевальные упражнения.	6 ч
ИТОГО		34 ч

## **Учебно-методическое, материально-техническое обеспечение образовательного процесса**

Для организации коррекционно-развивающих занятий курса «Двигательная коррекция» необходимо наличие отдельно выделенного помещения (зала), оснащенного необходимым оборудованием, отвечающим санитарно-гигиеническим и эстетическим требованиям:

1. Мягкие формы и приспособления для придания положения лежа, сидя, стоя; ограничители;

2. Гимнастические мячи различного диаметра, гамак, тележки, коврики;

3. Аудиоаппаратура; Материалы для проведения тренировок (винты различной конфигурации, валики, массажеры, плоские и объемные геометрические фигуры, выполненные из различных материалов, сыпучие материалы для развития мелкой моторики, верёвки различной длины и толщины и пр.)

4. детские музыкальные инструменты (бубен, барабан,); народные инструменты (деревянные ложки, трещотки).