

**АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА ТОМСКА**  
**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ**  
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
Заозерная средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением  
отдельных предметов № 16 г. Томска  
634009, г. Томск, пер. Сухоозерный,6, тел./факс (3822)402519, email: school16@education70.ru

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по курсу внеурочной деятельности  
«Двигательное развитие»

База реализации: 1 год  
Обучающиеся 5- 9 класса

Педагоги, реализующие программу:  
Гривцов И.С.

Томск  
2024

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа разработана в соответствии с требованиями следующих нормативных актов:

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 № 115 (п. 20, 26, 29, 30, 39);
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 № 1598;
- Федеральная адаптированная образовательная программа начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1023;
- Федеральным законом от 24.06.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (часть 1 статьи 9);
- Федеральным законом от 24.11.1995 № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» (статья 19);
- Номенклатурой должностей педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность, должностей руководителей образовательных организаций, утвержденной постановлением Правительства Российской Федерации от 21.02.2022 № 225;
- Порядком обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере образования, а также оказания им при этом необходимой помощи, утвержденным приказом Министерством образования и науки Российской Федерации от 09.11.2015 № 1309 (п. 2 - 10);
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (раздел VI).
- на основе Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями и нарушениями опорно-двигательного аппарата (вариант 2 пр. 1599);

Внеурочная деятельность способствует социальной интеграции обучающихся с интеллектуальными нарушениями и нарушениями опорно-двигательного аппарата, ТМНР путем организации и проведения мероприятий, в которых предусмотрена совместная деятельность разных обучающихся (с УО, НОДА, ТМНР и без таковых), различных организаций. Виды совместной внеурочной деятельности подбираются с учетом возможностей и интересов как обучающихся с НОДА, с ТМНР так и их обычно развивающихся сверстников.

При организации внеурочной деятельности обучающихся используются возможности **сетевого взаимодействия**.

Реализация АООП ООО осуществляется через урочную и внеурочную деятельность. Внеурочная деятельность рассматривается как неотъемлемая часть образовательной деятельности и характеризуется как образовательная деятельность, осуществляемая в формах, отличных от классно-урочной системы, и направленная на достижение планируемых результатов освоения АООП ООО. Формы организации внеурочной деятельности, как и в целом образовательного процесса, определяет образовательная организация.

Внеурочная деятельность обучающихся направлена на социальное, спортивно оздоровительное, нравственное, общеинтеллектуальное, общекультурное развитие личности и осуществляется по соответствующим направлениям.

*Основными целями* внеурочной деятельности являются создание условий для достижения обучающимися необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирования принимаемой обществом системы ценностей, всестороннего развития и социализации каждого обучающегося с интеллектуальными нарушениями и нарушениями опорно-двигательного аппарата, ТМНР, создание воспитывающей среды, обеспечивающей развитие социальных, интеллектуальных интересов обучающихся в свободное время.

*Основные задачи:*

- коррекция всех компонентов психофизического, интеллектуального, личностного развития обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей;
- развитие активности, самостоятельности и независимости в повседневной жизни;
- развитие возможных избирательных способностей и интересов ребенка в разных видах деятельности;
- формирование основ нравственного самосознания личности, умения правильно оценивать окружающее и самих себя,
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие трудолюбия, способности к преодолению трудностей, целеустремленности и настойчивости в достижении результата;
- расширение представлений ребенка о мире и о себе, его социального опыта;
- формирование положительного отношения к базовым общественным ценностям;
- формирование умений, навыков социального общения людей;
- расширение круга общения, выход обучающегося за пределы семьи и общеобразовательной организации;

- развитие навыков осуществления сотрудничества с педагогами, сверстниками, родителями, старшими детьми в решении общих проблем;
- укрепление доверия к другим людям;
- развитие доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, понимания других людей и сопереживания им.

Внеурочную деятельность реализуют классные руководители, учителя физической культуры, педагог-организатор, педагог-психолог, учитель-дефектолог, учитель-логопед

### **Цели образовательно-коррекционной работы с учетом специфики учебного предмета:**

Для обучающихся с НОДА с тяжелым множественным нарушением развития (ТМНР) (вариант 6.4 ФГОС НОО (ОВЗ), вариант 2 приказ 1599 стремление к нормализации двигательной деятельности, способствующей, ускорению социальной реабилитации детей. Достижение такого уровня развития двигательных навыков, который даст возможность минимально зависеть от посторонней помощи, вести более активный образ жизни, общаться с другими людьми.

**Целью** занятий является обогащение сенсомоторного опыта, поддержание и развитие способности к движению через целенаправленное обучение и тренировку функциональных 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.

### **Направление программы:**

- укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию, повышению сопротивляемости организма к неблагоприятным условиям внешней среды;
- обучение основам техники движений, формированию жизненно необходимых навыков и умений;
- развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
- формирование необходимых знаний в области физической культуры личности;

- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности; - воспитание нравственных и волевых качеств, приучение к ответственности за свои поступки, любознательности, активности и самостоятельности.

Специфические задачи (коррекционные, компенсаторные, профилактические):

- коррекция техники основных движений – мелкой моторики рук, симметричных и ассиметричных движений;
- коррекция и развитие координационных способностей - согласованности движений отдельных звеньев тела, при выполнении физических упражнений, ориентировки в пространстве, дифференцировки усилий, времени и пространства, расслабления, быстроты реагирования на изменяющиеся условия, равновесия, ритмичности, точности движений, мышечно-суставного чувства, зрительно-моторной координации и др.;
- коррекция и развитие физической подготовленности - мышечной силы, выносливости, подвижности в суставах;
- компенсация утраченных или нарушенных функций, формирование новых видов движений за счет сохранных функций в случае невозможности коррекции;
- профилактика и коррекция соматических нарушений, осанки, сколиоза, плоскостопия, дыхательной и сердечнососудистой систем, профилактика простудных и инфекционных заболеваний, травматизма, микротравм.

### **Описание места коррекционного курса «Двигательное развитие» в учебном плане:**

«Двигательное развитие» входит в образовательную область «Коррекционные занятия», адаптированной основной образовательной программы для детей с множественными нарушениями в развитии и подчеркивает его особое значение в системе образования детей. На его изучение отводится 1 час в неделю, 34 учебные недели.

### **Краткая характеристика нарушения развития.**

Общая осведомленность и социально – бытовая ориентировка: навыки самообслуживания сформированы частично, необходим контроль за внешним видом. В знакомом пространстве ориентируются не в полном объёме, трое детей из пяти выполняют простые поручения с помощью.

Особенности психофизического развития: наблюдаются нарушения координационных способностей (точность движений, ритм) трёх из пяти учеников, отмечается напряжённость, скованность, слабая регуляция мышечных усилий, тремор, усиливающийся с возрастанием интеллектуальной или физической нагрузки (один ребёнок). Мышление: обобщения по

ситуационной близости не доступны 4 детям из 9, анализ, синтез осуществляет один ребёнок со значительной помощью учителя, остальным детям такой вид работы пока недоступен. Восприятие – требуется организация процесса восприятия. Внимание – неустойчивое, небольшой объём, малая произвольность. Память – механическая, малый объём, перевод в долговременную память существенно затруднён.

Особенности регуляторной и эмоционально – волевой сферы: целенаправленная деятельность интеллектуального характера не развита, в остальных сферах развита слабо и связана с видом деятельности и воззрением на неё каждого конкретного ребёнка, интерес к деятельности неустойчивый, предлагаемую программу действий фактически не удерживают, один ребёнок – со стимуляцией, наблюдается быстрое пресыщение деятельностью, к оценке результатов деятельности ограниченный интерес.

Сформированность учебных навыков: учебные навыки не сформированы.

Речь: собственная речь у 8 детей из 9 отсутствует, у одного ребёнка представлена аграмматичной фразой эхоталичного характера. Наблюдаются полиморфные нарушения звукопроизношения. Активно повторяют отдельные слова, обозначая ими все стороны жизни. В обращенной речи простые инструкции фактически не понимают.

Принципы составления программы:

Общие характеристики, направления, цели и практические задачи коррекционного курса «Двигательное развитие» основываются на индивидуальных возможностях и индивидуальных образовательных потребностях обучающегося с ТМНР.

При составлении программы учебного предмета учитывались следующие **принципы**:

1. Принцип гуманизации – уважение и принятие ребенка с тяжелыми и множественными нарушениями развития как личности.
2. Принцип единства образовательных, коррекционно-развивающих и воспитательных задач.
3. Принцип единства диагностики и коррекции, отражающий целостность образовательного процесса.
4. Принцип индивидуализации, предполагающий подбор содержания, темпа, приемов и способов взаимодействия с обучающимся.
5. Принцип доступности, предполагающий соответствие содержания материала уровню интеллектуальных, физических возможностей ребенка.
6. Принцип интеграции образовательных областей (учебных предметов) - основные задачи каждой образовательной области должны решаться и в ходе реализации других областей программы (учебных предметов).
7. Принцип наглядности, предполагающий использование всех доступных обучающемуся каналов восприятия (мультимодальность).

8. Принцип междисциплинарного подхода с целью создания наиболее благоприятных условий для обучающихся, исходя из особенностей его психофизического развития.

### **Содержание программы**

Поддержание жизненно-важных функций организма (дыхание, работа сердечно-сосудистой системы и других внутренних органов); мотивация двигательной активности; поддержка и развитие имеющихся движений, расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений; обучение переходу из одной позы в другую; освоение новых способов передвижения (включая передвижение с помощью технических средств реабилитации); формирование функциональных двигательных навыков, которые ребенок в дальнейшем научится использовать в повседневной жизни; развитие функции руки, в том числе мелкой моторики; формирование ориентировки в пространстве; обогащение сенсомоторного опыта.

Все разделы программы взаимосвязаны и соответствуют различным этапам формирования двигательных навыков у детей. При составлении индивидуальных планов для работы с детьми выбор конкретного раздела программы зависит от возраста ребенка, особенностей его развития и поставленных коррекционных задач.

Целенаправленное развитие движений на специально организованных занятиях, которые проводятся инструкторами лечебной физкультуры и/или учителями адаптивной физкультуры. Развитие двигательных умений у обучающихся с детским церебральным параличом тесно связано с профилактикой возникновения у них патологических состояний.

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. В ходе работы тело ребенка фиксируется в таких позах (горизонтальных, сидячих, вертикальных), которые снижают активность патологических рефлексов, обеспечивая максимально комфортное положение ребенка в пространстве и возможность реализации 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.

### **Планируемые результаты изучения курса**

Результативность программы «Двигательное развитие» может оцениваться только строго индивидуально с учетом особенностей физического развития и специфических

образовательных потребностей каждого учащегося. Личностные планируемые результаты освоения обучающимся программы должны рассматриваться в качестве возможных (примерных), соответствующих индивидуальным возможностям и специфическим образовательным потребностям учащегося. В связи с отсутствием видимых изменений, обусловленных тяжестью имеющихся у ребенка нарушений, следует оценивать его социально-эмоциональное состояние, другие возможные личностные результаты.

### **Личностные результаты**

Предполагаемые личностные результаты: наличие у детей следующих умений:

- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности;
- развитие этических качеств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

### **Предметные результаты:**

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.).

## **Тематическое планирование**

№ п\п	Кол-во часов	Тема урока
1	1	Удержание головы в положении лежа на спине
2	1	Удержание головы в положении лежа на животе
3	1	Удержание головы в положении лежа на боку
4	1	Удержание головы в положении сидя
5	1	Выполнение движений головой: наклоны вправо, влево в положении сидя
6	1	Выполнение движений головой: наклоны вперед, назад в положении сидя
7	1	Выполнение движений головой лежа на спине/животе



8	1	Выполнение движений головой: повороты вправо/влево в положении сидя
9	1	Выполнение движений головой: наклоны вперед/назад в положении сидя
10	1	Выполнение движений головой: круговые движения
11	1	Выполнение движений руками: вперед, назад
12	1	Выполнение движений руками: вверх, вниз
13	1	Выполнение движений руками: в стороны
14	1	Выполнение движений руками: «круговые»
15	1	Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев
16	1	Выполнение движений пальцами рук: сгибание пальцев в кулак /разгибание.
17	1	Выполнение движений плечами.
18	1	Опора на предплечья
19	1	Опора на кисти рук.
20	1	Бросание мяча двумя руками от груди
21	1	Бросание мяча двумя руками от уровня колен
22	1	Бросание мяча двумя руками из-за головы
23	1	Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот
24	1	Изменение позы в положении лежа: поворот с живота на спину.
25	1	Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево)
26	1	Изменение позы в положении сидя: наклон (вперед, назад)
27	1	Изменение позы в положении сидя: наклон (вправо, влево).
28	1	Ползание на животе
29	1	Сидение на полу с опорой
30	1	Сидение на полу на стул
31	1	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх
32	1	Выполнение движений ногами: отведение ноги в сторону
33	1	Выполнение движений ногами: отведение ноги назад.
34	1	Массаж