ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ АСТРАХАНСКОЙ ОБЛАСТИ «ШКОЛА – ИНТЕРНАТ №1 ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ»

«ПРИНЯТО» решением педагогического совета (Протокол № 1 от «28» августа 2026 г.)	**«СОГЛАСОВАНО»** Зам. директора по УВР _____ Ю. В. Бондарюк «28» августа 2026 г.	**«УТВЕРЖДАЮ»** Директор ГК ОУ АО «Школа - интернат № 1» _____ М. А. Лень «31» августа 2026 г. пр. №134

Коррекционно-развивающий курс
Развитие двигательной активности

8 КЛАСС

(для обучающихся с интеллектуальными нарушениями)

на 2026– 2027 учебный год

Разработана:
учителем
Исуповой С. Ю.

Астрахань, 2026

ОГЛАВЛЕНИЕ

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ .....

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ .....

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ .....

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа коррекционного-развивающего курса «Развитие двигательной активности» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), далее ФАООП УО (вариант 1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026 (https://clck.ru/33NMkR).

ФАООП УО (вариант 1) предполагает работу с обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Рабочая программа является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом Рабочая программа в 8 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 34 часов в год (1 час в неделю).

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа определяет цель и основные направления работы.

Развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателях физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях.

Цель развивающего коррекционного курса «Развитие двигательной активности» — это комплексное, целенаправленное воздействие на психомоторное развитие ребёнка или взрослого для решения двух взаимосвязанных задач:

1. Коррекционная: исправление и компенсация имеющихся нарушений в двигательной сфере.

2. Развивающая: стимуляция потенциальных возможностей и формирование новых двигательных навыков.

Эту общую цель можно детализировать через следующие конкретные задачи.

Коррекционные задачи

- Развитие крупной моторики: улучшение координации движений рук и ног, равновесия, умения ориентироваться в пространстве.
- Развитие мелкой моторики и зрительно-моторной координации: повышение точности, ловкости и скорости движений пальцев и кистей рук.
- Коррекция патологических поз, походки и стереотипных движений.
- Снижение гиперкинезов (избыточных непроизвольных движений) и тремора.

Развивающие задачи

- Формирование схемы тела и пространственных представлений (понятия «право/лево», «верх/низ», «над/под»).
- Стимулирование высших психических функций (внимание, память, мышление) через движение, так как они тесно связаны с двигательными центрами мозга.
- Развитие чувства ритма, темпа и последовательности движений.
- Повышение уровня общей физической подготовки: выносливости, силы, гибкости.
- Формирование мотивации к двигательной деятельности и преодолению трудностей.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Коррекционные занятия «Развитие двигательной активности» направлены на чувственное познание, включающее ощущение, восприятие,

представления, и на рациональное познание – понятие, суждение, умозаключение.

Основы знаний о физической культуре Знакомство с программой занятий. Основы знаний о спортивных играх: понятия правил игры, выработка правил игры. Инструктаж по технике безопасности. Правила предупреждения травматизма во время занятий: организация мест занятий, подбор одежды, обуви.

В структуру коррекционного занятия могут входить:

- пальчиковая гимнастика (пальчиковые игры и упражнения);
- дыхательная гимнастика;
- зрительная гимнастика;
- кинезиологические упражнения для формирования взаимодействия межполушарных связей.

Содержание разделов

Название раздела, темы
Основы знаний о физической культуре Правила игр. Техника безопасности – 1 часа
Корригирующие упражнения 3 часа
Упражнения для формирования правильной осанки 4 часа
Упражнения для формирования свода стопы 4 часа
Упражнения, стимулирующие рост и развитие 6 часов
Упражнения для развития физических качеств 6 часов
Дыхательная гимнастика 5 часов
Самомассаж 3 часа
Подвижные игры 2 часа

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности Универсальными компетенциями учащихся на этапе основного общего образования по программе «Мир спортивных игр» являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;

- умения активно включаться в коллективную взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

- деятельность, умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения учащимися содержания являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

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;

- исправления;

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее 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;

- образцами;

- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по спортивным играм являются следующие умения:

- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека,

- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;

- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения спортивных игр и соревнований; - в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

- выполнять индивидуальные и групповые действия спортсменов; выполнять строевые упражнения; выполнять тестовые нормативы;

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Календарно - тематическое планирование

№ П/П	Название темы	Часы	Дата	Примечание
1	Вводный урок. Техника безопасности на уроке ЛФК. Осанка.	1	1.09	Игра «Ветер дует нам в лицо...»
2 3	Совершенствование гибкости. Профилактика плоскостопия	2	8.09 15.09	Игра «Вызов номеров»
4 5	Развитие быстроты. Осанка	2	22.09 29.09	Игра «Третий лишний» Самомассаж
6 7	Развитие ловкости. Совершенствование быстроты	2	6.10 13.10	Упражнения с предметами.
8	Совершенствование ловкости. Осанка	1	20.10	Игра «Гуси -лебеди».
9 10	Развитие скоростных качеств. Профилактика плоскостопия	2	10.11 17.11	Игра «Охотники и утки».
11	Совершенствование скоростных качеств. Развитие выносливости.	1	24.11	Оздоровительный бег. Прыжки. Самомассаж
12 13	Совершенствование зрительной пространственной ориентировки и выносливости.	2	1.12 8.12	Игра «Мяч ловцу».
14 15	Совершенствование точности движений в пространстве. Укрепление мышц спины	2	15.12 23.12	Ходьба и бег с изменением направления.
16 17	Развитие гибкости и подвижности суставов. Осанка	2	29.12 12.01	Наклоны, повороты. Имитационные движения. Самомассаж
18 19	Развитие и укрепление мышц спины.	2	19.01 26.01	Игра «Лодочка»

20 21	Профилактика плоскостопия. Осанка	2	2.02 19.02	Игра «Кто выше».
22 23	Улучшение гибкости суставов.	2	16.02 2.03	Игра «Совушка»
24	Повторение ранее пройденного материала.	1	9.03	Урок-игра.
25 26	Развитие равновесия. Осанка	2	16.03 23.03	Игры Канатоходец». Эстафета с элементами равновесия. Самомассаж
27	Совершенствование равновесия. Профилактика плоскостопия.	1	6.04	Игра «Кто дольше».
28 29	Профилактика плоскостопия. Развитие координации.	2	13.04 20.04	Игра «Охотники и утки». Самомассаж
30	Совершенствование координации. Осанка.	1	27.04	Игра «Меткий бросок».
31	Совершенствование ранее пройденного материала.	1	4.05	Игры на формирование правильной осанки. Профилактика плоскостопия.
32	Совершенствование вестибулярной реакции.	1	11.05	Игры «Удочка» «Волк во рву».
33	Гимнастика для глаз		18.05	Игра «Ёлочка». Самомассаж
34	Урок-игра		25.05	Эстафеты

Средства обучения

1. Физические упражнения;
2. Гимнастические снаряды;
3. Мячи (малые, набивные, для спортивных игр);
4. Скакалки.

Методические пособия для учителя

1. Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида: 1-4 кл. Под редакцией В.В.Воронковой. М: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС. 2013 г.- сборник 1.

2. Апарин В.Е., Платонова В. А., Попова Т.П., ЛФК в комплексном этапном лечении, реабилитации и профилактике заболеваний легких у детей. М. Мед. 1983 год.
3. Евдокимова Т.А., Справочник по ЛФК, Спб. 2003 год.
4. Епифанов В.А., Справочник по ЛФК, М. Мед. 1987 год.
5. Ловейко В.Д., ЛФК у детей при дефектах осанки, сколиозах и плоскостопии. М. Мед. 1982 год.