

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 12 с углублённым изучением  
отдельных предметов»**

РАССМОТРЕНО

Председатель ППк



Кирыянова Н.Г.

Протокол №1 от «30»  
августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ  
СОШ №12



Ресслер М.С.

Приказ № 311 от «31»  
августа 2023 г.



## Рабочая программа

для индивидуального обучения на дому  
по специальной индивидуальной программе развития (СИПР)

**Двигательное развитие**  
учебный предмет

**1 класс**

Учитель: Березикова Марина Александровна

Квалификационная категория: первая

2023 - 2024 учебный год

### **Пояснительная записка**

Рабочая программа учебного предмета «Двигательное развитие» для обучающегося 1 класса составлена на основании следующих нормативно-правовых документов и материалов:

- Федерального закона № 273-ФЗ от 29.12.2012г. «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»);
- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) МБОУ «СОШ № 12»;
- Учебного плана МБОУ «СОШ № 12» на 2023-2024 учебный год;
- Положения о разработке и реализации специальной индивидуальной программы развития (СИПР) для обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями МБОУ «СОШ № 12»;

сенсомоторного опыта, поддержание и развитие способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

Основные задачи реализации содержания: 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; развитие функции руки, в том числе мелкой моторики; формирование ориентировки в пространстве; обогащение сенсомоторного опыта.

### **Общая характеристика коррекционного курса**

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций человека. У большинства детей с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся. Поэтому работа по поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков является целью данного коррекционного курса.

Целенаправленное двигательное развитие в рамках курса происходит на специально организованных занятиях.

Развитие двигательных умений у обучающихся с детским церебральным параличом тесно связано с профилактикой возникновения у них патологических состояний. 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. 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.

### **Описание места коррекционного курса в учебном плане**

В учебном плане коррекционный курс представлен в объеме 33 часа в год, 33 учебные недели.

Режим занятий 1 час в неделю.

### **Возможные планируемые результаты освоения**

#### **Коррекционного курса**

#### **Двигательное развитие**

#### **Личностные**

- 1) Основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «Я».
- 2) Социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности.
- 3) Формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей.
- 4) Формирование уважительного отношения к окружающим.
- 5) Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.
- 6) Освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя и т.д.), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.
- 7) Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах.
- 8) Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
- 9) Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
- 10) Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
- 11) Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

#### **Коррекционно-развивающие**

- 1) *Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений.*
  - Освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в т.ч. с использованием технических средств).
  - Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.
  - Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.
  - Умение радоваться успехам: сделал шаг, перевернулся и др.
- 2) *Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью.*
  - Умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения, др.

### **Содержание коррекционного курса**

### **Двигательное развитие**

Удержание головы в положении лежа на спине (на животе, на боку (правом, левом)), в положении сидя. Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки). Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые». Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание. Выполнение движений плечами.

Опора на предплечья, на кисти рук. Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы), одной рукой (от груди, от уровня колен, из-за головы). Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой). Ловля мяча на уровне груди (на уровне колен, над головой). Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину. Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках). Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине».

Вставание на колени из положения «сидя на пятках». Стояние на коленях. Ходьба на коленях. Вставание из положения «стоя на коленях». Стояние с опорой (вертикализатор, костыли, трость и др.), без опоры. Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад. Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры), по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры), по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры). Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе). Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом).

**Календарно-тематическое планирование**  
**«Двигательное развитие»**  
**1 класс**

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Дата
1.	1.Удержание головы в положении лежа на спине. 2. Удержание головы в положении лежа на животе	1	
2.	1.Удержание головы в положении лежа на боку (правом). 2.Удержание головы в положении лежа на (левом)	1	
3.	1.Удержание головы в положении сидя. 2.Выполнение движений головой	1	
4.	1.Выполнение движений руками вперед. 2.Выполнение движений руками вперед	1	
5.	1.Выполнение движений руками назад. 2.Выполнение движений руками назад	1	
6.	1.Выполнение движений руками вверх. 2.Выполнение движений руками вверх	1	
7.	1.Выполнение движений руками в стороны. 2.Выполнение движений руками в стороны	1	
8.	1.Выполнение движений руками: «круговые». 2.Выполнение движений руками: «круговые»	1	
9.	1.Выполнение движений пальцами рук. 2.Круговые движения кистью	1	
10.	1.Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «стоя», «сидя», «лежа» (на боку, на спине, на животе): вперед, назад, в стороны, вверх, вниз, круговые движения 2.Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «стоя», «сидя», «лежа» (на боку, на спине, на животе): вперед, назад, в стороны, вверх, вниз, круговые движения	1	
11.	1.Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «стоя»: вперед, назад 2.Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «стоя»: вперед, назад	1	
12.	1.Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «стоя»: в стороны, вверх 2.Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «стоя»: в стороны, вверх	1	
13.	1.Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «стоя»: вниз, круговые движения. 2.Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «стоя»: вниз, круговые движения.	1	
14.	1.Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «сидя»: вперед, назад 2.Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «сидя»: вперед, назад	1	
15.	1.Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «сидя»: в стороны, вверх 2.Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «сидя»: вниз, круговые	1	

	движения.		
16.	1.Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «лежа» на боку: вперед, назад. 2.Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «лежа» на боку: в стороны, вверх.	1	
17.	1.Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «лежа» на боку: вниз, круговые движения. 2.Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «лежа» на спине: вперед, назад	1	
18.	1.Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «лежа» на спине: в стороны, вверх. 2.Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «лежа» на спине: вниз, круговые движения.	1	
19.	1.Круговые движения руками в исходном положении «руки к плечам» 2.Выполнение движений плечами	1	
20.	1.Опора на предплечья, на кисти рук. 2. Наклоны туловища вперед	1	
21.	1.Наклоны туловища в стороны.2.Наклоны туловища назад	1	
22.	1.Повороты туловища вправо (влево). 2.Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот	1	
23.	1.Изменение позы в положении лежа: поворот с живота на спину 2.Переход из положения «лежа» в положение «сидя» (из положения «сидя» в положение «лежа»)	1	
24.	1.Переход из положения «сидя» в положение «лежа». 2.Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево)	1	
25.	1.Изменение позы в положении сидя: наклон (вперед, назад). 2.Изменение позы в положении сидя: наклон (вперед, назад)	1	
26.	1.Изменение позы в положении сидя: наклон (вправо, влево). 2.Изменение позы в положении сидя: наклон (вправо, влево)	1	
27.	1.Изменение позы в положении сидя: наклон (вправо, влево). 2. Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево)	1	
28.	1.Изменение позы в положении стоя: наклон вперед, назад. 2.Изменение позы в положении стоя: наклон вправо, влево	1	
29.	1.Изменение позы в положении стоя: наклон вправо, влево. 2.Приседание	1	
30.	1.Движение руками и ногами, стоя у вертикальной плоскости: вытягивание рук вперед 2.Движение руками и ногами, стоя у вертикальной плоскости: поднимание вверх	1	

31.	1.Движение руками и ногами, стоя у вертикальной плоскости: отведение рук в стороны и возвращение в исходное положение. 2.Движение руками и ногами, стоя у вертикальной плоскости: поочередное поднятие ног вперед	1	
32.	1.Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад 2.Движения стопами: поднятие, опускание, наклоны, круговые движения. 3. Ходьба по доске, лежащей на полу.	1	
33.	1.Ходьба в умеренном (медленном, быстром) темпе 2.Ходьба с изменением темпа (направления движения) Бег в умеренном (медленном, быстром) темпе	1	

**Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности,  
необходимого для реализации СИПР**

- Информационно-программное обеспечение: компьютерные программы для создания пиктограмм, компьютерные программы символов, компьютерные программы для общения, обучающие компьютерные программы и программы для коррекции различных нарушений речи;
- аудио и видеоматериалы;
- техническое оснащение курса включает: технические средства реабилитации (кресла-коляски, ходунки, вертикализаторы); средства для фиксации ног, груди, таза; мягкие формы и приспособления для придания положения лежа, сидя, стоя; ограничители; автомобильные кресла; гимнастические мячи различного диаметра, гамак, тележки, коврики, специальный велосипед, тренажеры («Пони», «Мотомед» и др.), подъемники и др.

**Лист изменений и дополнений**

Класс	Дата	Кол-во часов	Причины (номер документа)	Решение