

Казенное общеобразовательное учреждение Ханты-Мансийского автономного  
округа - Югры «Нижневартовская школа для обучающихся с ограниченными  
возможностями здоровья №2»

«Согласовано»

Заместитель директора по УР  
О.В.Александрова

«Рассмотрено» на заседании ПС  
Протокол от « 30 » 08 2024 № 1

«Утверждаю»

Директор КОУ «НВШОООВЗ №2»

А.А. Кирбенёва

Приказ от « 02 » 09 2024 г. № 286/1

Приложение к АООП Вариант 2

Рабочая программа  
по учебному предмету «Двигательное развитие»  
7 «В» класс  
2024 - 2025 уч.год

Учитель первой категории  
Светличная Алена Дмитриевна

## **Пояснительная записка**

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

1. Приказа №1599 от 19.12.2014 г. Министерства образования и науки РФ «Об утверждении федерального государственного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
2. Адаптированной основной общеобразовательной программы для обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью, с тяжелыми множественными нарушениями развития (ТМНР) 1-12 классов, утверждённая приказом от 27.03.2023г. №61/1 «Об утверждении адаптированных основных общеобразовательных программ, реализуемых в КОУ «НВШООВЗ №2» (с изменениями от 02.09.2024 г. Приказ №286\1).

## **Содержание программы**

**Цель курса** «Двигательное развитие» заключается в развитии музыкально-ритмической деятельности и двигательной активности обучающихся с интеллектуальными нарушениями. .

### **Задачи курса:**

- приобщение детей к музыке (обучение воспринимать на слух, различать и понимать специфические средства музыкального «языка»: звуковысотность, ладовая окрашенность, метроритм, динамика, темп);
- развитие чувства ритма и выразительности движений;
- развитие двигательных качеств и коррекция недостатков физического развития;
- развитие выразительности движений и самовыражения;
- развитие общей мобильности, двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственной ориентировки и координации, четкости и точности движений;
- коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер благодаря согласованному воздействию музыки и движения;
- развитие общей и речевой моторики;
- формирование навыков здорового образа жизни и укрепление здоровья.

Программа по коррекционному курсу «Двигательное развитие» включает 4 раздела: «Ритмико-гимнастические упражнения», «Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами», «Народные и современные танцевальные движения», «Игры под музыку, импровизация движений на музыкальные темы».

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

Для изучения коррекционного курса «Двигательное развитие» в учебном плане школы отводится 1 час в неделю, 34 часа в год.

## **Планируемые результаты освоения программы**

- самостоятельно выполнять комплекс общеразвивающих упражнений;
- выполнять построения (в шахматном порядке) и перестроения (из колонны по одному в колонну по четыре, из нескольких колон в несколько кругов и т.д.);
- коллективно исполнять (в ансамбле, оркестре) изученные музыкальные произведения разных по жанру (марши, пляски, лирические произведения и др.) под музыкальное сопровождение, аккомпанемент и без него;
- передавать на различных детских музыкальных инструментах ритмический рисунок

знакомых песен;

- использовать нотную запись для игры на детских музыкальных инструментах по смысловой опоре;
- выполнять ритмико-гимнастические упражнения с предметами и без них под музыку различного характера, темпа;
- правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- импровизировать под музыку разного характера;
- отражать изменением движения любые изменения в характере, темпе, метроритме, регистре звучания музыки;
- начинать и заканчивать движение или исполнение на звучащем инструменте вместе с началом и окончанием звучания музыки;
- участвовать в инсценировке песен;
- выполнять комплексы танцевальных движений и весь изученный танец;
- участвовать в различных композициях движений из разученных плясок и танцев;
- узнавать звучание общеизвестных народных плясок, популярных вальсов, отрывков из балетов;
- бережно относиться к детским музыкальным инструментам, аппаратуре, костюмам, реквизиту.

### Тематическое планирование

Тема	Кол-во часов	Виды деятельности обучающихся
------	--------------	-------------------------------

<p><b>Ритмико-гимнастические упражнения.</b></p>	<p>18</p>	<p>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. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на пояс. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Ходьба и бег под музыку с изменением темпа движения, с переходом от умеренного к быстрому или медленному темпу. Отражение хлопками, притопами, разными видами ходьбы ритмического рисунка мелодии. Составление простых ритмических рисунков. Выполнение движений под музыку на 3\4.</p> <p>Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных и разноименных движений рук, ног, туловища, кистей. Упражнения на сложную координацию движений: выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени (в заданной последовательности и ритме). Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).</p> <p>Упражнение на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). Постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка), кратковременное удержание позы, расслабление – приседание на корточки с опущенной головой и руками.</p> <p>Упражнения на ориентировку в пространстве. Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и concentрических кругов в звездочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок.</p>
--	-----------	---

<b>Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами.</b>	<b>6</b>	<p>Использование нотной записи для игры на детских музыкальных инструментах с направляющей помощью педагога. Использование ритмических партитур*. Коллективная игра на детских ударных и мелодических музыкальных инструментах в ансамбле и оркестре. Воспроизведение различных ритмов в медленном и быстром темпе.</p> <p>Согласованное звучание инструментов в ансамбле и оркестре. Разучивание и исполнение более сложных и длинных музыкальных произведений, разных по жанру (марши, пляски, лирические произведения).</p>
<b>Игры под музыку, импровизация движений на музыкальные темы.</b>	<b>4</b>	<p>Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения своевременно вступить в мелодию начиная движение в разные моменты звучания (в начале, в середине, в конце). Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование песен. Самостоятельный подбор свободных естественных движений под музыку разного характера на определенную тему. Передача различными формами движения крещендо и диминуэндо в музыке, мелодического и ритмического рисунка, темпа, метроритма. Определение регистра звучания и подбор движения соответственно нижнему, среднему и высокому регистру.</p>

<b>Народные и современные танцевальные движения.</b>	<b>6</b>	Совершенствование танцевальных движений. Пружинящий бег. Пскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Знакомство с новыми элементами народного танца и движениями, например, русская пляска: присядка и полуприсядка на месте и с продвижением, «ковырялочка». Шаг вальса прямой и с поворотом. Разнообразные сочетания отработанных шагов с движениями рук и хлопками. Различные композиции движений из народных танцев. Хороводы и парные танцы. Упражнения на различение элементов народных танцев. Разучивание и исполнение народных плясок, современных танцев. Элементы мюзикла*.
<b>Всего</b>	<b>34</b>	

### Календарно - тематическое планирование

№	Кол-во часов	Дата		Тема урока	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		По плану	По факту		
1 четверть					
Раздел Ритмико-гимнастические упражнения 18 ч.					
1	1	03.09		Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны.	<a href="https://infourok.ru/kompleks-igr-i-uprazhnenij-napravlennyh-na-razvitie-rechevogo-dyhaniya-dlya-detej-5326748.html">https://infourok.ru/kompleks-igr-i-uprazhnenij-napravlennyh-na-razvitie-rechevogo-dyhaniya-dlya-detej-5326748.html</a>
2	1	10.09		Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам.	<a href="https://infourok.ru/kompleks-igr-i-uprazhnenij-napravlennyh-na-razvitie-rechevogo-dyhaniya-dlya-detej-5326748.html">https://infourok.ru/kompleks-igr-i-uprazhnenij-napravlennyh-na-razvitie-rechevogo-dyhaniya-dlya-detej-5326748.html</a>
3	1	17.09		Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам.	<a href="https://infourok.ru/kompleks-igr-i-uprazhnenij-napravlennyh-na-razvitie-rechevogo-dyhaniya-dlya-detej-5326748.html">https://infourok.ru/kompleks-igr-i-uprazhnenij-napravlennyh-na-razvitie-rechevogo-dyhaniya-dlya-detej-5326748.html</a>

					<a href="https://infourok.ru/kompleks-igr-i-uprazhnenij-napravlennyh-na-razvitie-rechevogo-dyhaniya-dlya-detej-5326748.html">rechevogo-dyhaniya-dlya-detej-5326748.html</a>
4	1	24.09		Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук.	<a href="https://infourok.ru/kompleks-igr-i-uprazhnenij-napravlennyh-na-razvitie-rechevogo-dyhaniya-dlya-detej-5326748.html">https://infourok.ru/kompleks-igr-i-uprazhnenij-napravlennyh-na-razvitie-rechevogo-dyhaniya-dlya-detej-5326748.html</a>
5	1	01.10		Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов.	<a href="https://infourok.ru/kompleks-igr-i-uprazhnenij-napravlennyh-na-razvitie-rechevogo-dyhaniya-dlya-detej-5326748.html">https://infourok.ru/kompleks-igr-i-uprazhnenij-napravlennyh-na-razvitie-rechevogo-dyhaniya-dlya-detej-5326748.html</a>
6	1	8.10		Разнообразные сочетания одновременных и разноименных движений рук, ног, туловища, кистей	<a href="https://helpiks.org/5-29388.html">https://helpiks.org/5-29388.html</a>
7	1	15.10		Упражнения на сложную координацию движений: выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений.	<a href="https://helpiks.org/5-29388.html">https://helpiks.org/5-29388.html</a>
8	1	22.10		Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени (в заданной последовательности и ритме).	<a href="http://images.myshared.ru/63/1354542/slide_24.jpg">http://images.myshared.ru/63/1354542/slide_24.jpg</a>
<b>Итого за 1 четверть: 8 часов</b>					
<b>2 четверть</b>					
9	1	05.11		Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени (в заданной последовательности и ритме).	<a href="http://images.myshared.ru/63/1354542/slide_24.jpg">http://images.myshared.ru/63/1354542/slide_24.jpg</a>
10	1	12.11		Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висющими руками и опущенной головой («петрушка»).	<a href="https://vk.com/wall-213240707_1050">https://vk.com/wall-213240707_1050</a>

11	1	19.11		Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висющими руками и опущенной головой («петрушка»).	<a href="https://vk.com/wall-213240707_1050">https://vk.com/wall-213240707_1050</a>
12	1	26.11		Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре.	<a href="https://vk.com/wall-213240587_1042">https://vk.com/wall-213240587_1042</a>
13	1	03.12		Построение в шахматном порядке.	<a href="https://vk.com/wall-213240587_1151">https://vk.com/wall-213240587_1151</a>
14	1	10.12		Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их.	<a href="https://myslide.ru/document_s_7/5ec1e1ef21c72e6fe6dade7eea30bad3/img23.jpg">https://myslide.ru/document_s_7/5ec1e1ef21c72e6fe6dade7eea30bad3/img23.jpg</a>
15	2	17.12		Перестроение из простых и концентрических кругов в	<a href="https://vk.com/wall-213240707_1050">https://vk.com/wall-213240707_1050</a>
16		24.12		звездочки и карусели.	
<b>Итого за 2 четверть: 8 часов</b>					
<b>3 четверть</b>					
17				Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол.	<a href="https://i.mycdn.me/image?id=855164060154&amp;t=3&amp;plc=WEB&amp;tkn=*-OvrgpdEV6qHfp-uTK7sxAFg1tQ">https://i.mycdn.me/image?id=855164060154&amp;t=3&amp;plc=WEB&amp;tkn=*-OvrgpdEV6qHfp-uTK7sxAFg1tQ</a>
18				Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок.	<a href="https://yoga-in-greece.ru/wp-content/uploads/c/d/1/cd134c0c52fb0a2b4f5c846f35b358ce.jpeg">https://yoga-in-greece.ru/wp-content/uploads/c/d/1/cd134c0c52fb0a2b4f5c846f35b358ce.jpeg</a>
<b>Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами 6 ч.</b>					
19				Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами.	<a href="https://vk.com/wall-213240015_920">https://vk.com/wall-213240015_920</a>
20				Использование ритмических партитур.	<a href="http://ege.pskgu.ru/index.php/component/k2/item/1708-13-1-9-опора-на-предплечья,-на-кисти-рук.html">http://ege.pskgu.ru/index.php/component/k2/item/1708-13-1-9-опора-на-предплечья,-на-кисти-рук.html</a>

21				Коллективная игра на детских ударных и мелодических музыкальных инструментах в ансамбле и оркестре.	<a href="https://s1.showslide.ru/s_slide/8c02f0f47daa22f91dd4417b82dc68ff/4b161517-e0f8-4c81-ac1c-8d99bc26de6f.jpeg">https://s1.showslide.ru/s_slide/8c02f0f47daa22f91dd4417b82dc68ff/4b161517-e0f8-4c81-ac1c-8d99bc26de6f.jpeg</a>
22				Воспроизведение различных ритмов в медленном и быстром темпе.	<a href="https://fsd.multiurok.ru/html/2020/04/20/s_5e9ddd7739fc3/img6.jpg">https://fsd.multiurok.ru/html/2020/04/20/s_5e9ddd7739fc3/img6.jpg</a>
23				Согласованное звучание инструментов в ансамбле и оркестре.	<a href="https://fhd.multiurok.ru/4/1/4/414211d7cd3178b9aa0ebe1e32ce3692a0ddbba0c/img41.jpg">https://fhd.multiurok.ru/4/1/4/414211d7cd3178b9aa0ebe1e32ce3692a0ddbba0c/img41.jpg</a>
24				Разучивание и исполнение более сложных и длинных музыкальных произведений, разных по жанру (марши, пляски, лирические произведения).	<a href="https://i.pinimg.com/736x/01/88/b7/0188b7dcc0904a0b7c9ee20b5ae8b571.jpg">https://i.pinimg.com/736x/01/88/b7/0188b7dcc0904a0b7c9ee20b5ae8b571.jpg</a>
<b>Игры под музыку, импровизация движений на музыкальные темы 4 ч.</b>					
25				Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке.	<a href="https://i.pinimg.com/736x/01/88/b7/0188b7dcc0904a0b7c9ee20b5ae8b571.jpg">https://i.pinimg.com/736x/01/88/b7/0188b7dcc0904a0b7c9ee20b5ae8b571.jpg</a>
26				Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоcontrastных частей музыки.	<a href="https://i.pinimg.com/736x/01/88/b7/0188b7dcc0904a0b7c9ee20b5ae8b571.jpg">https://i.pinimg.com/736x/01/88/b7/0188b7dcc0904a0b7c9ee20b5ae8b571.jpg</a>
27				Упражнения на формирование умения своевременно вступить в мелодию начиная движение в разные моменты звучания (в начале, в середине, в конце).	<a href="https://pandia.ru/text/78/446/images/image010_35.jpg">https://pandia.ru/text/78/446/images/image010_35.jpg</a>
<b>Итого за 3 четверть: 11 часов</b>					

4 четверть					
28				Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование.	<a href="https://vk.com/wall-218167370_9">https://vk.com/wall-218167370_9</a>
<b>Народные и современные танцевальные движения 6 ч.</b>					
29				Совершенствование танцевальных движений.	<a href="https://vk.com/wall-213240587_2477">https://vk.com/wall-213240587_2477</a>
30				Пружинающий бег.	<a href="https://vk.com/wall-218167370_85">https://vk.com/wall-218167370_85</a>
31				Поскоки с продвижением назад (спиной).	<a href="https://vk.com/wall-218167370_96">https://vk.com/wall-218167370_96</a>
32				Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах.	<a href="https://cdn.culture.ru/images/8434e660-e201-54fb-a340-5de237eac82c">https://cdn.culture.ru/images/8434e660-e201-54fb-a340-5de237eac82c</a>  <a href="https://vk.com/wall-213240218_1045">https://vk.com/wall-213240218_1045</a>
33				Знакомство с новыми элементами народного танца и движениями, например, русская пляска: присядка и полуприсядка на месте и с продвижением, «ковырялочка».	<a href="https://vk.com/wall-213240218_1045">https://vk.com/wall-213240218_1045</a>
34				Шаг вальса прямой и с поворотом.	<a href="https://vk.com/wall-111573837_50270">https://vk.com/wall-111573837_50270</a>
<b>Итого за 4 четверть: 8 часов</b>					
<b>Итого за год : 34 часа</b>					

#### **Описание материально – технического обеспечения**

Материально-техническое обеспечение учебного предмета включает:

*I. Спортивный инвентарь:*

1. Мячи резиновые (100мм, 150мм, 200мм);

2. Обручи пластмассовые (50см, 65см, 85см);
  3. Фито мячи: (50, 65, 75 см.);
  4. Теннисные мягкие мячи для метания;
  5. Скакалки;
  6. Мешочки с песком;
  7. Кегли, кубики пластмассовые;
  8. Индивидуальные коврики;
  9. Лыжи, ботинки, палки;
  10. Секундомер;
  11. Рулетка измерительная;
  12. Мишень для метания в цель;
  13. Волейбольная сетка;
  14. Гимнастические палки (пластмассовые, деревянные) палки (пластмассовые, деревянные);
  15. Набивные мячи;
  16. Мячи волейбольные;
  17. Мячи баскетбольные;
  18. Мячи футбольные;
  19. Сетка для переноски и хранения мячей.
- II. Учебно–практическое оборудование:*
1. Игровая площадка с качественным покрытием и ограждением;
  2. Гимнастические скамейки;
  4. Гимнастическая стенка;
  5. Тренажёры;
  6. Гимнастические маты;
- V. Технические средства обучения:*
1. Обучающие видео по темам.
  2. Диски с музыкой для релаксации, музыкальные файлы для выполнения комплексов упражнений, проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий, зарядки;
  3. Презентации (для изучения программного материала).

## Приложение

### Нормы оценивания

**Оценка достижения обучающимися с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития планируемых результатов освоения адаптированной основной общеобразовательной программы**

Для оценки и отслеживания динамики обучения обучающихся с умеренной, тяжёлой, глубокой умственной отсталостью, ТМНР используются следующие параметры оценивания и условные обозначения (по Елисеевой Е.Н., Рудаковой Е.А., Царёву А.М.).

**Уровни самостоятельности выполнения действий обучающимися с умеренной, тяжёлой, глубокой умственной отсталостью, ТМНР (средства оценки и отслеживания динамики обучения обучающихся с умеренной, тяжёлой, глубокой умственной отсталостью, ТМНР)**

№ п/п	Условное обозначение	Качественная характеристика степени самостоятельности обучающегося при выполнении действия, вида и объёма предоставляемой помощи
1.	ФЗ	«выполняет действие со значительной физической помощью» (педагог выполняет всё действие вместе с обучающимся, использует прием «рука-в-руке»).
2.	ФЧ	«выполняет действие с частичной физической помощью» (педагог периодически оказывает физическую помощь, при выполнении отдельных операций действия использует прием «рука-в-руке», придерживает за запястья, предплечья, локти и др.).
3.	П	«выполняет действие по подражанию» (педагог показывает образец выполнения действия) .
4.	И	«выполняет действие по инструкции» (педагог предъявляет инструкцию с использованием жеста, визуальную, речевую).
5.	А	«выполняет действие по алгоритму» (обучающийся ориентируется на наглядно представленную - предметную или графическую- последовательность действий).
6.	О	«выполняет действие по образцу» (обучающийся ориентируется на наглядный результат действия).
7.	С	«выполняет действие без опоры на внешние средства».