

Приложение № 15 «Двигательная коррекция»  
к АООП ООО (вариант 2), утвержденной  
приказом директора МАОУ Черновской СОШ  
от 29.08.2025 г. № 175-25 од

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Свердловской области**

**Управление образования Ирбитского муниципального образования**

**МАОУ Черновская СОШ**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**Коррекционного курса «Двигательная коррекция»  
для обучающегося 6 класса**

с. Чёрновское, 2025

## **1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **1.1. Актуальность и общая характеристика курса**

Для обучающихся с тяжелыми множественными нарушениями развития (вариант 2) характерно системное недоразвитие двигательной сферы. Двигательные нарушения носят полиморфный характер и могут проявляться в виде парезов, параличей, гиперкинезов, нарушения мышечного тонуса (спастика, гипотония, дистония), патологических установок конечностей, отсутствия или недоразвития статических и локомоторных функций (удержание головы, сидение, стояние, ходьба).

В 6 классе (подростковый возраст) особую актуальность приобретает профилактика вторичных нарушений (контрактур, деформаций скелета), которые могут прогрессировать в период активного роста ребенка. Курс «Двигательная коррекция» направлен на максимально возможное развитие двигательных функций, коррекцию имеющихся нарушений, профилактику гиподинамии и улучшение качества жизни обучающегося.

Двигательная активность является также мощным стимулом для развития психических функций: она активизирует работу головного мозга, улучшает эмоциональное состояние, способствует развитию телесного осознания и схемы тела, что является базой для формирования пространственных представлений и познавательной деятельности.

### **1.2. Цель программы**

Максимальная коррекция и развитие двигательных функций обучающегося, профилактика и снижение выраженности вторичных нарушений опорно-двигательного аппарата, улучшение физического и психоэмоционального состояния.

### **1.3. Задачи программы**

1. **Нормализация мышечного тонуса:** Снижение гипертонуса (спастики) и повышение тонуса при гипотонии с использованием специальных упражнений, приемов релаксации и стимуляции.

2. **Развитие крупной моторики:**

○ Формирование и совершенствование статических функций (удержание головы, позы сидя, стоя).

○ Стимуляция локомоторных функций (ползание, ходьба с поддержкой, самостоятельная ходьба, если возможно).

○ Развитие координации движений (равновесие, перешагивание, повороты).

3. **Развитие мелкой моторики и ручной умелости:**

○ Развитие хватательной функции кисти.

○ Стимуляция манипулятивной деятельности.

○ Тренировка точности и координированности движений пальцев рук.

4. **Профилактика и коррекция патологических состояний:**

○ Профилактика контрактур суставов (пассивная и активная разработка суставов).

- Формирование правильной позы и установки стоп (профилактика плоскостопия).
- Укрепление мышечного корсета (мышцы спины, живота).
- 5. **Развитие сенсомоторной интеграции:**
- Стимуляция вестибулярного аппарата (упражнения на фитболе, вращения, покачивания).
- Развитие тактильной чувствительности.
- Формирование зрительно-моторной координации (глаз-рука).

#### **1.4. Психолого-педагогическая характеристика двигательной сферы обучающегося (шаблон)**

*У обучающегося отмечается (выбрать нужное): спастический тетрапарез / гиперкинетическая форма ДЦП / атонически-астатическая форма. Нарушена схема тела. Наблюдается тремор / гиперкинезы / синкинезии. Самостоятельное стояние и ходьба (отсутствуют / возможны с поддержкой / с ходунками / на короткие расстояния). Навыки самообслуживания ограничены из-за двигательной недостаточности. Отмечается патологический тонус мышц верхних и нижних конечностей. Объем пассивных и активных движений ограничен. Координация движений грубо нарушена. Мелкая моторика развита слабо, преобладает патологический захват.*

#### **1.5. Особые образовательные потребности**

Реализация программы требует соблюдения специальных условий:

- **Индивидуальный подход:** Каждое упражнение подбирается строго с учетом двигательных возможностей ребенка, уровня его развития и текущего состояния (тонуса, утомляемости). Недопустимо форсирование нагрузки.
- **Обеспечение безопасности:** Занятия проводятся на специальных матах, с использованием мягких модулей, при постоянной страховке педагога. Помещение должно быть теплым, без сквозняков.
- **Использование специального оборудования:** Применяются тренажеры (велотренажер, беговая дорожка с поручнями), подвесные системы (локомат), утяжелители, ортопедические мячи (фитболы), валики, наклонные плоскости, массажные коврики, сенсорные дорожки.
- **Сочетание активных и пассивных движений:** Если ребенок не может выполнить движение сам, педагог выполняет его пассивно, стимулируя проприоцептивные ощущения и сохраняя подвижность суставов.
- **Эмоциональная насыщенность:** Использование музыки, игровых приемов, рифмовок для повышения мотивации к движению.
- **Смена видов деятельности:** Для профилактики утомления чередование упражнений (стоя, сидя, лежа, на боку).

#### **1.6. Место курса в учебном плане**

Коррекционный курс «Двигательная коррекция» входит в коррекционно-развивающую область учебного плана. На изучение курса в 6 классе отводится **68 часов в год (2 часа в неделю)**. Продолжительность занятия – 30-40 минут с учетом быстрой истощаемости ребенка. Занятия

проводятся в специально оборудованном зале (кабинете ЛФК, сенсорно-динамическом зале) индивидуально или в малой группе (2-3 человека) с похожими двигательными возможностями.

### **1.7. Базовые учебные действия (БУД)**

- **Личностные:** Положительное отношение к двигательной активности, ощущение радости от движения, принятие помощи педагога, формирование телесного "образа Я".
- **Коммуникативные:** Умение следовать простой инструкции (вербальной или жестовой) во время выполнения упражнения ("возьми", "держи", "толкай"), умение показать на уставшую часть тела.
- **Регулятивные:** Умение удерживать заданную позу (несколько секунд), выполнять движение по показу и подражанию, начинать и заканчивать упражнение по сигналу.
- **Познавательные:** Ориентация в схеме собственного тела (покажи руку, ногу), освоение пространства (вперед-назад, вверх-вниз).

## **2. СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА**

Содержание курса строится на основе онтогенетической последовательности развития движений и включает в себя следующие разделы, которые реализуются на каждом занятии комплексно.

### **2.1. Раздел 1. Коррекция тонуса и релаксация**

- Пассивная гимнастика (сгибание-разгибание конечностей).
- Приемы постурального менеджмента (укладки в антиспастические позы на валиках, подушках).
- Расслабление под спокойную музыку (аутотренинг для детей с ТМНР).
- Упражнения на растяжку (стретчинг) спазмированных мышц.

### **2.2. Раздел 2. Развитие крупной моторики**

- **Упражнения лежа на спине, животе, боку:** Поднимание головы, повороты, перевороты, приподнимание таза, опора на предплечья.
- **Ползание:** По-пластунски, на четвереньках (по ровной поверхности, по наклонной плоскости, через препятствия).
- **Упражнения в положении сидя:** Удержание позы сидя (с опорой, без опоры), повороты и наклоны корпуса, доставание предметов из разных положений, пересаживание.
- **Упражнения в положении стоя:** Вставание с колен, у опоры, стояние на коленях, стояние у опоры с поддержкой, переступание вдоль опоры.
- **Ходьба и ее коррекция:** Ходьба с поддержкой (за руку, с ходунками), ходьба по дорожке (прямой, извилистой), по массажным коврикам, перешагивание через невысокие препятствия.

### **2.3. Раздел 3. Развитие мелкой моторики и ручной умелости**

- **Кистевая моторика:** Сжимание-разжимание кистей (эспандеры, мячики), вращение кистей, противопоставление пальцев.

- **Захват:** Стимуляция различных видов захвата (кулачковый, ладонный, щипковый). Перекладывание предметов из руки в руку.

- **Манипуляции:** Игры с мозаикой, крупными бусинами, пирамидками, шнуровка на крупных планшетах, нанизывание колец. Работа с манкой, фасолью (в поддоне).

- **Бимануальная координация:** Действия двумя руками одновременно (хлопки, катание скалки, сжимание мяча двумя руками).

#### **2.4. Раздел 4. Упражнения с предметами и на снарядах**

- **Мячи:** Катание, бросание, ловля (с близкого расстояния), толкание ногами.

- **Обручи:** Пролезание, перешагивание.

- **Гимнастические палки:** Хваты, перешагивание, поднимание.

- **Фитболы:** Покачивания лежа/сидя на мяче (развитие вестибулярного аппарата и расслабление), пружинящие движения.

- **Дорожки и модули:** Лазание по мягким модулям, пролезание в тоннели, ходьба по ограниченной поверхности (скамейке/дорожке).

### **3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

Учитывая тяжесть двигательных нарушений, результаты оцениваются строго индивидуально, на основе сравнения с начальными данными.

#### **3.1. Личностные результаты**

- Проявление интереса к занятиям, двигательной активности.

- Эмоционально-положительный отклик на тактильный контакт, массаж, игровые упражнения.

- Появление (или усиление) чувства уверенности при выполнении движений (меньше страха).

#### **3.2. Предметные результаты (индивидуально возможные)**

- **Крупная моторика:**

- Увеличение объема активных и пассивных движений в суставах.

- Улучшение опороспособности ног (удержание веса дольше по времени).

- Способность удерживать голову и позу (сидя/стоя) дольше по времени.

- Ходьба с меньшей поддержкой или увеличение дистанции ходьбы (если ходит).

- Умение перешагивать через невысокие препятствия (с поддержкой).

- **Мелкая моторика:**

- Улучшение хватательной функции (может захватить и удержать крупный предмет).

- Выполнение координированных действий двумя руками.

- Способность выполнять простые подражательные движения пальцами (сжимание-разжимание).

- **Координация:**

- Улучшение зрительно-моторной координации (попадание по мячу, складывание в емкость).
- Лучшее удержание равновесия в статической позе и при ходьбе (с поддержкой).

### 3.3. Система оценки достижений

Оценка производится методом наблюдения, видеофиксации и занесения данных в карту двигательного развития (ЛФК-карту).

- **Показатели:**
  - **Выполняет самостоятельно** - С
  - **Выполняет с вербальной/жестовой подсказкой** - П
  - **Выполняет с физической помощью** (частичной/полной) - ФП
  - **Не выполняет** (отказ или невозможность выполнения) - Н

## 4. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (КТП) НА 202\_ -202\_ УЧЕБНЫЙ ГОД

**Класс:** 6

**Количество часов:** 68 часов (2 раза в неделю)

*Примечание: Темы занятий часто повторяются и циклично усложняются (спиралевидное построение). В таблице представлено примерное распределение акцентов.*

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности (коррекционные задачи)	Планируемые результаты (двигательные)	Дата (план)	Дата (факт)
<b>I четверть (16 часов) - Диагностика, нормализация тонуса, исходные положения лежа</b>					
1-2	Диагностика двигательной сферы.	Оценка пассивного и активного объема движений,	Позволяет проводить диагностику, реагирует на		

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности (коррекционные задачи)	Планируемые результаты (двигательные)	Дата (план)	Дата (факт)
		мышечного тонуса, опороспособности, исходных данных. Установление контакта.	прикосновения.		
3-4	Пассивная гимнастика.	Пассивное сгибание-разгибание всех суставов рук и ног (плавно, с фиксацией). Укладка в позу "эмбриона" (релаксация) на валик.	Снижение сопротивления пассивным движениям (мышечного тонуса).		
5-6	Я лежу на спине.	Удержание головы по средней линии. Поднимание головы, попытка посмотреть на игрушку. Сгибание ног в коленях (поочередно и вместе) "велосипед".	Пытается удержать голову, поднимает ноги по просьбе.		
7-8	Я лежу на животе.	Опора на предплечья.	Удерживает голову лежа		

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности (коррекционные задачи)	Планируемые результаты (двигательные)	Дата (план)	Дата (факт)
		Приподнимание головы. Расслабление спины. Ползание попластунски за игрушкой (с помощью).	на животе. Пытается оттолкнуться ногами для ползания.		
9-10	Ручки и ножки.	Захват собственных стоп руками (лежа на спине). Перекаты на бок. Массаж стоп мячиком-ежиком.	Тянется к ногам. Эмоционально реагирует на массаж.		
11-12	Повороты.	Стимуляция поворотов со спины на бок и на живот (за яркой игрушкой). Фиксация позы на боку.	Совершает поворот с помощью / пытается самостоятельно.		
13-14	Упражнения на фитболе (лежа на спине).	Покачивания на мяче вперед-назад, в стороны. Расслабление. Выработка реакции опоры ног (при	Уменьшение спастики, расслабление. Упирается ногами в пол.		

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности (коррекционные задачи)	Планируемые результаты (двигательные)	Дата (план)	Дата (факт)
		опускании на пол).			
15-16	Повторение. Любимые упражнения лежа.	Закрепление пройденного. Свободный выбор ребенком знакомых упражнений (по карточкам/жесту). Игровая форма.	Проявляет инициативу, показывает знакомые движения.		
<b>II четверть (16 часов) - Развитие опоры, ползание, четвереньки</b>					
17-18	Сидим с опорой.	Из положения лежа с помощью педагога присаживание за руки. Удержание позы сидя (с опорой на руки сбоку, на	Удерживает позу сидя с поддержкой за пояс.		

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности (коррекционные задачи)	Планируемые результаты (двигательные)	Дата (план)	Дата (факт)
		подушках). Игры сидя за столом.			
19-20	Мои руки опора.	Упражнения на четвереньки (раскачивание вперед-назад). Стояние на четвереньках с поддержкой под живот. Подползание под препятствие (стул/стол).	Пытается удерживать позу на четвереньках.		
21-22	Ползание на четвереньках.	Ползание на четвереньках по мягкой поверхности (мат) за игрушкой, к маме/педагогу. Ползание по тоннелю (из мягких модулей).	Передвигается на четвереньках вперед (с поддержкой за таз).		
23-24	Дорожка препятствий (низкая).	Комплекс: пролезть под дугу, перешагнуть через валик, проползти по наклонной	Преодолевают препятствия с физической помощью, испытывая положительные эмоции.		

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности (коррекционные задачи)	Планируемые результаты (двигательные)	Дата (план)	Дата (факт)
		доске (с помощью).			
25-26	Стоим у опоры.	Вставание на колени у опоры. Стояние на коленях (держась за поручень). Переступание на коленях вдоль опоры.	Стоит на коленях с поддержкой.		
27-28	Готовимся к ходьбе. Приседания.	Держась за опору, учимся приседать (полуприсед) и выпрямляться. Игра "Стань большим - стань маленьким".	Выполняет полуприсед с поддержкой.		
29-30	Ходьба с поддержкой.	Ходьба вдоль опоры (боком). Ходьба за руки с педагогом (с перешагиванием через игрушки на полу).	Переступает ногами, держась за руки.		

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности (коррекционные задачи)	Планируемые результаты (двигательные)	Дата (план)	Дата (факт)
31-32	Повторение. Веселые старты (ползание).	Игровые соревновательные моменты (кто быстрее доползет до погремушки/мишки). Эстафеты с ползанием.	Активно двигается к цели.		
<b>III четверть (20 часов) - Ходьба, равновесие, координация</b>					
33-34	Ходьба по дорожке.	Ходьба по ограниченной поверхности (гимнастическая скамейка, широкая лента на полу) с поддержкой. Страховка обязательна.	Проходит по дорожке, сохраняя равновесие с помощью.		
35-36	Перешагивание.	Ходьба с высоким подниманием колен ("как цапля").	Перешагивает через препятствие (приставным		

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности (коррекционные задачи)	Планируемые результаты (двигательные)	Дата (план)	Дата (факт)
		Перешагивание через кубики, палки, положенные на пол.	шагом/чередуя).		
37-38	Ходьба по наклонной плоскости .	Ходьба по наклонной доске (вверх/вниз) с поддержкой. Ощущение изменения положения тела в пространстве .	Поднимается и спускается по наклонной доске с поддержкой.		
39-40	Игры с мячом (крупная моторика) .	Катание мяча друг другу сидя/стоя. Бросание мяча в цель (корзину, обруч). Толкание мяча ногой.	Проявляет интерес к мячу, толкает/бросает его (хаотично, но целенаправленно).		
41-42	Ловкие ручки (мелкая моторика) .	Пальчиковая гимнастика с речевками. Работа с крупной мозаикой (вставление в отверстия). Сминание	Захватывает крупные детали, вкладывает с помощью.		

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности (коррекционные задачи)	Планируемые результаты (двигательные)	Дата (план)	Дата (факт)
		<p>бумаги/ткани</p> <p>Нанизывание крупных колец на стержень.</p>			
43-44	Шнуровка и застёжки (на тренажере).	<p>Упражнения на развитие ручной умелости: застегивание крупных пуговиц, молний, липучек на специальных рамках. Продевание шнурка в крупные отверстия.</p>	Выполняет действия пальцами (с помощью), захватывает пуговицу.		
45-46	Упражнения с гимнастической палкой.	Захват палки, поднятие рук с палкой вверх, перешагивание через палку, держа ее в руках.	Удерживает палку двумя руками, поднимает руки.		
47-48	Упражнения на фитболе (сидя/стоя).	Сидя на фитболе (с поддержкой) - пружинящие движения, повороты.	Удерживается на мяче с поддержкой.		

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности (коррекционные задачи)	Планируемые результаты (двигательные)	Дата (план)	Дата (факт)
		Стоя у опоры - отталкивание мяча ногой.			
49-50	Равновесие.	Стоя у опоры - поочередное поднятие ноги. Стойка на одной ноге (сек). Ходьба по массажной дорожке.	Удерживает равновесие на одной ноге (сек) у опоры.		
51-52	Повторение. Любимые упражнения.	Свободная двигательная активность под музыку. Закрепление пройденных навыков.	Двигается под музыку, повторяет знакомые движения.		
<b>IV четверть (16 часов) - Интеграция навыков, итоговая диагностика</b>					
53-54	Полоса препятствий	Комплекс: пролезть в тоннель,	Последовательно преодолевает		

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности (коррекционные задачи)	Планируемые результаты (двигательные)	Дата (план)	Дата (факт)
	(усложненная).	пройти по скамейке, перешагнуть через валики, попасть мячом в корзину (с максимальной помощью).	этапы с помощью, понимает задачу.		
55-56	Точность движений (мелкая моторика)	Игры с водой (переливание, ловля игрушек сачком). Игры с песком/крупой (пересыпание, закапывание-откапывание).	Выполняет действия руками, получает сенсорный опыт.		
57-58	Развитие хвата.	Игры с прищепками (цепляем на край ведерка, на одежду). Перекладывание мелких предметов (фасоль, пуговицы) из одной емкости в другую (пинцетный захват)	Использует щипковый/пинцетный захват (пытается).		

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности (коррекционные задачи)	Планируемые результаты (двигательные)	Дата (план)	Дата (факт)
		стимулируется).			
59-60	Строим башню.	Укладка кубиков друг на друга (от 2 до 4-5 кубиков, в зависимости от возможностей). Захват кубика, удержание равновесия при постановке.	Удерживает кубик, ставит его на другой с помощью.		
61-62	Упражнения в паре с педагогом.	Совместные двигательные игры: "качели" (вдвоем, держась за руки, поочередно приседать), "лодочка" (качание, сидя друг напротив друга, упершись стопами).	Взаимодействует с педагогом, выполняет согласованные действия.		
63-64	Итоговая диагностика.	Повторная оценка двигательных навыков	Демонстрирует максимально		

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности (коррекционные задачи)	Планируемые результаты (двигательные)	Дата (план)	Дата (факт)
		(объем движений, сила, выносливость, координация) по сравнению с началом года. Фиксация динамики.	возможные навыки.		
65-66	Мои успехи.	Просмотр видеофрагментов занятий (для осознания своих достижений). Поощрение. Легкие, хорошо знакомые игры.	Эмоционально реагирует на видеозапись.		
67-68	Итоговое занятие. "Праздник движения".	Игры под музыку с мыльными пузырями, воздушными шарами. Свободное взаимодействие с любимым физкультурным инвентарем.	Получает удовольствие от двигательной активности.		

**Примечания к КТП по "Двигательной коррекции":**

1. **Дозировка:** Количество повторений каждого упражнения минимально (3-5 раз), чтобы избежать переутомления. Упражнения чередуются с паузами на расслабление.

2. **Индивидуализация:** В зависимости от формы ДЦП, в план могут вноситься коррективы. Например, при гиперкинезах акцент на упражнениях у опоры и фиксации позы, при атонии - на стимуляции мышечной активности.

3. **Связь с другими специалистами:** План должен быть согласован с врачом ЛФК и неврологом. В занятия могут включаться элементы логопедической ритмики.