

Приложение к АООП образования обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями развития
(Вариант 2)

Государственное бюджетное учреждение Калининградской области общеобразовательная организация
для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья
«Школа-интернат №7 п. Большое Исаково»

Рассмотрена и принята на заседании
Педагогического совета Организации
Протокол № 06 от 25.05.2023 года.

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор
ГБУ КО «Школа-интернат №7»
А.Ю. Быстрова
Приказ № 73 от 09.06.2023 года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«ДВИГАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ. ЛОГОРИТМИКА»

СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ

АДАПТИРОВАННАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ОБРАЗОВАНИЯ
ОБУЧАЮЩИХСЯ С УМЕРЕННОЙ ТЯЖЁЛОЙ И ГЛУБОКОЙ УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ
(ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ), ТЯЖЁЛЫМИ И МНОЖЕСТВЕННЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ
(ВАРИАНТ 2)

5 класс

Срок освоения рабочей программы -1 учебный год

2022 год

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности «Двигательное развитие. Логоритмика» (спортивно – оздоровительного направления) 5 класс направлена на создание воспитывающей среды, обеспечивающей развитие социальных, интеллектуальных интересов обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2)

Нормативно-правовую базу рабочей программы «Двигательное развитие. Логоритмика» 5 класса составляют:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом МО РФ от 19.12.2014 г. №1599);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» от 24 ноября 2022 г. №1026;
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» от 22.03.2021 № 115;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «О внесении изменений в 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 марта 2021 г. № 115» от 11.02.2022 № 69;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Устав ГБУ КО «Школа–интернат №7»;
- Календарный учебный график ГБУ КО «Школа-интернат №7» и др.

Внеурочная деятельность рассматривается как неотъемлемая часть образовательного процесса и характеризуется как образовательная деятельность, осуществляемая в формах, отличных от классно-урочной системы, и направленная на достижение планируемых результатов освоения адаптированной основной общеобразовательной программы образования.

Программа «Двигательное развитие. Логоритмика» входит в комплексную программу формирования здорового и безопасного образа жизни, направленную на формирование у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), имеющих ТМНР,

элементарных знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребёнка.

Цель программы: средствами игры способствовать разрешению проблем личностного развития учащихся, формированию нравственно и физически здоровой личности ребенка, через игры приобщать к культурным традициям русского народа, народов мира, обеспечение эмоционально-психологического благополучия, охраны и укрепления здоровья детей.

Основные задачи программы: мотивация двигательной активности, поддержка и развитие имеющихся движений, расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений; освоение новых способов передвижения, включая передвижение с помощью технических средств реабилитации. Создание благоприятной и радостной атмосферы и побуждение к двигательной активности через подвижные и музыкальные игры, развитие музыкальных и творческих способностей детей (с учетом возможностей каждого) посредством различных видов игровой деятельности, способствовать развитию общей духовной культуры, формирование элементарных представлений об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; развитие внутренних психических процессов, мотивация двигательной активности.

Основная идея программы нацелена: на развитие элементарных компонентов культуры здоровья и здорового образа жизни через участие обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), имеющих ТМНР в различных видах игровой деятельности (подвижных и музыкальных) в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

Основные формы и методы организации образовательного процесса.

Организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника с умственной отсталостью: игры, беседы, просмотр тематических видеofilьмов, развивающих мультфильмов, экскурсии, дни здоровья, спортивные мероприятия, конкурсы.

Данная программа реализуется непосредственно в образовательной организации. Основное преимущество реализации внеурочной деятельности непосредственно в образовательной организации заключается в том, что в ней созданы все условия для полноценного пребывания обучающихся с умственной отсталостью в течение дня, содержательном единстве учебного, воспитательного и коррекционно-развивающего процессов.

Все занятия по внеурочной деятельности проводятся после уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т.е. 40 минут. **Данная программа рассчитана на один год** обучения. Всего 34 часа (1 час в неделю во внеурочное время).

2. КРАТКАЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ОБУЧАЮЩИХСЯ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ.

Для обучающихся, получающих образование по АООП (вариант2) характерно интеллектуальное и психофизическое недоразвитие в умеренной, тяжелой или глубокой степени, которое может сочетаться с локальными или системными нарушениями зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, расстройствами аутистического спектра, эмоционально-волевой сферы, выраженными в различной степени тяжести. У некоторых детей выявляются текущие психические и соматические заболевания, которые значительно осложняют их индивидуальное развитие и обучение.

Обучающиеся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью отличаются выраженным недоразвитием мыслительной деятельности, препятствующим освоению предметных учебных знаний. Дети одного возраста характеризуются разной степенью выраженности интеллектуального снижения и психофизического развития, уровень сформированности той или иной психической функции, практического навыка может быть существенно различен.

Наряду с нарушением базовых психических функций, памяти и мышления отмечается системное недоразвитие речи, которое проявляется в своеобразном нарушении всех структурных компонентов речи: фонетико-фонематического, лексического и грамматического. Специфика речевых нарушений у детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) обусловлена комплексом причин органического, функционального и социального характера. У детей с умеренной и тяжелой степенью умственной отсталости затруднено или невозможно формирование устной и письменной речи. Для них характерно ограниченное восприятие обращенной к ним речи и ее ситуативное понимание. Из-за плохого понимания обращенной к ним речи с трудом формируется соотношение слова и предмета, слова и действия. По уровню сформированности речи выделяются дети с отсутствием речи, со звукокомплексами, с высказыванием на уровне отдельных слов, с наличием фраз. При этом речь невнятная, косноязычная, малораспространенная, с аграмматизмами. Ввиду этого при обучении большей части данной категории детей используют разнообразные средства невербальной коммуникации.

Учитывая разную сложность нарушений, можно выделить три степени выраженности системного недоразвития речи (СНР) при умственной отсталости:

СНР тяжелой степени: полиморфное нарушение звукопроизношения; грубое недоразвитие фонематического восприятия, фонематического анализа и синтеза; ограниченный словарный запас; выраженные аграмматизмы, проявляющиеся в нарушении простых и сложных форм словоизменения и словообразования: употреблении падежных форм существительных и прилагательных; нарушении предложно-падежных конструкций, согласовании прилагательного и существительного, глагола и существительного; несформированности словообразования; отсутствии связной речи.

СНР средней степени: полиморфное или мономорфное нарушение звукопроизношения; недоразвитие фонематического восприятия и фонематического анализа и синтеза; аграмматизмы, проявляющиеся в сложных формах словоизменения (предложно-падежных конструкциях, согласовании существительного и прилагательного в среднем роде именительного падежа, а также косвенных падежах); нарушение сложных форм словообразования; недостаточная сформированность связной речи (в пересказах пропуски и искажения, пропуски смысловых звеньев, нарушение последовательности событий); выраженная дислексия, дисграфия.

СНР легкой степени: нарушение звукопроизношения отсутствует или носит мономорфный характер; фонематическое восприятие и фонематический анализ, в основном, сформированы; имеются трудности определения последовательности и количества звуков на сложном речевом материале; словарный словарь ограничен; в спонтанной речи отмечаются лишь единичные аграмматизмы, при специальном обследовании выявляются ошибки в употреблении сложных предлогов, нарушения согласования существительного и прилагательного в косвенных падежах множественного числа; нарушения сложных форм словообразования; в пересказах отмечаются лишь незначительные пропуски второстепенных смысловых звеньев, не отражены лишь некоторые смысловые отношения; нерезко выраженные дисграфии, дислексии.

Внимание обучающихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью крайне неустойчивое, отличается низким уровнем продуктивности из-за быстрой истощаемости, отвлекаемости. Слабость активного внимания препятствует решению сложных задач познавательного содержания, формированию устойчивых учебных действий.

Процесс запоминания является механическим, зрительно-моторная координация грубо нарушена. Детям трудно понять ситуацию, вычленив в ней главное и установить *причинно-следственные связи*, перенести знакомое сформированное действие в новые условия. При продолжительном и направленном использовании методов и приемов коррекционной работы становится заметной положительная динамика общего психического развития детей, особенно при умеренном недоразвитии мыслительной деятельности.

Психофизическое недоразвитие характеризуется также нарушениями координации, точности, темпа движений, что осложняет формирование физических действий: бег, прыжки и др., а также навыков несложных трудовых действий. У части детей с умеренной умственной отсталостью отмечается замедленный темп, вялость, пассивность, заторможенность движений. У других – повышенная возбудимость, подвижность, беспокойство сочетаются с хаотичной нецеленаправленной деятельностью. У большинства детей с интеллектуальными нарушениями наблюдаются трудности, связанные со статикой и динамикой тела.

Наиболее типичными для данной категории обучающихся являются трудности в овладении навыками, требующими тонких точных дифференцированных движений: удержание позы, захват карандаша, ручки, кисти, шнурование ботинок, застегивание пуговиц, завязывание ленточек, шнурков и др. Степень сформированности навыков самообслуживания может быть различна. Некоторые обучающиеся полностью зависят от помощи окружающих при одевании, раздевании, при приеме пищи, совершении гигиенических процедур и др.

Запас знаний и представлений о внешнем мире мал и часто ограничен лишь знанием предметов окружающего быта.

Обучающиеся с глубокой умственной отсталостью часто не владеют речью, они постоянно нуждаются в уходе и присмотре. Значительная часть детей с тяжелой и глубокой умственной отсталостью имеют и другие нарушения, что дает основание говорить о *тяжелых и множественных нарушениях развития* (ТМНР), которые представляют собой не сумму различных ограничений, а сложное качественно новое явление с иной структурой, отличной от структуры каждой из составляющих. Различные нарушения влияют на развитие человека не по отдельности, а в совокупности, образуя сложные сочетания. В связи с этим человек требует значительной помощи, объем которой существенно превышает содержание и качество поддержки, оказываемой при каком-то одном нарушении: интеллектуальном или физическом.

Уровень психофизического развития детей с тяжелыми множественными нарушениями невозможно соотнести с какими-либо возрастными параметрами. Органическое поражение центральной нервной системы чаще всего является причиной сочетанных нарушений и выраженного недоразвития интеллекта, а также сенсорных функций, движения, поведения, коммуникации. Все эти проявления совокупно препятствуют развитию самостоятельной жизнедеятельности ребенка, как в семье, так и в обществе. Динамика развития детей данной группы определяется рядом факторов: этиологией, патогенезом нарушений, временем возникновения и сроками выявления отклонений, характером и степенью выраженности каждого из первичных расстройств, спецификой их сочетания, а также сроками начала, объемом и качеством оказываемой коррекционной помощи.

В связи с выраженными нарушениями и (или) искажениями процессов познавательной деятельности, прежде всего: восприятия, мышления, внимания, памяти и др. у обучающихся с глубокой умственной отсталостью, ТМНР возникают непреодолимые препятствия в усвоении «академического» компонента различных программ дошкольного, а тем более школьного образования. Специфика эмоциональной

сферы определяется не только ее недоразвитием, но и специфическими проявлениями гипо- и гиперсензитивности. В связи с неразвитостью волевых процессов, дети не способны произвольно регулировать свое эмоциональное состояние в ходе любой организованной деятельности, что не редко проявляется в негативных поведенческих реакциях. Интерес к какой-либо деятельности не имеет мотивационно-потребностных оснований и, как правило, носит кратковременный, неустойчивый характер.

3. ФОРМИРОВАНИЕ БАЗОВЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ (БУД)

Основная **цель** реализации программы формирования БУД в 5 классе состоит в подготовке к самостоятельной жизни в обществе.

Задачами реализации программы в 5 классе являются:

1. Формирование учебного поведения:
 - направленность взгляда (на говорящего взрослого, задание);
 - выполнение инструкции учителя;
 - выполнять действия по образцу и по подражанию.
2. Формирование умения выполнять задание:
 - в течение определенного периода времени;
 - от начала до конца;
 - с заданными качественными параметрами.

4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Основным ожидаемым результатом освоения обучающимся программы внеурочной деятельности «Двигательное развитие. Логоритмика» спортивно-оздоровительного направления является развитие жизненной компетенции, позволяющей достичь максимальной самостоятельности (в соответствии с его психическими и физическими возможностями) в решении повседневных жизненных задач, включение в жизнь общества через индивидуальное поэтапное и планомерное расширение жизненного опыта и повседневных социальных контактов.

Ожидаемые результаты (5 класс):

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: выше прыгнул, быстрее пробежал 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.
- 3) *Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: спортивные игры, туризм.*
- Интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: спортивные и подвижные игры, туризм, физическая подготовка.
 - Умение кататься на санках, играть в подвижные игры и др.

Форма представления результатов.

Оценка выявленных результатов обучения осуществляется в оценочных показателях, основанных на качественных критериях по итогам выполняемых практических действий: «выполняет действие самостоятельно», «выполняет действие по инструкции» (вербальной или невербальной), «выполняет действие по образцу», «выполняет действие с частичной физической помощью», «выполняет действие со значительной физической помощью», «действие не выполняет»; «узнает объект», «не всегда узнает объект», «не узнает объект». Выявление представлений, умений и навыков обучающихся в каждой образовательной области должно создавать основу для корректировки СИПР, конкретизации содержания дальнейшей коррекционно-развивающей работы. В случае затруднений в оценке сформированности действий, представлений в связи с отсутствием видимых изменений, обусловленных тяжестью имеющихся у ребенка нарушений, следует оценивать его эмоциональное состояние, другие возможные личностные результаты. Подобная организация учета знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве, при котором каждый обучающийся будет значимым участником деятельности.

5. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	Примечания
1	Танцевально-ритмическое направление	18	
2	Речедвигательное направление	9	
3	Музицирование	4	
4	Коммуникативное-познавательное направление	3	
	Всего	34	

6. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

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».

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). Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево). Прыжки на одной ноге. Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега).

Коррекционно-компенсаторная работа заключается в следующих разделах программы.

1) танцевально-ритмическое направление:

- развитие движений (ходьба, бег, прыжки, построение и перестроения);
- общеразвивающие упражнения (в т.ч. регулирующие мышечный тонус);
- координатоционные игры;
- танцы;

-танцевально-ритмическая импровизация;

-активное слушание музыки;

2) речедвигательное направление:

- развитие речевого аппарата; -голосовой и дыхательной функции;
- речевые упражнения без музыкального сопровождения;
- координация слуха и голоса (пение);
- пальчиковая гимнастика, самомассаж;
- мелодекламация;
- развитие мимической мускулатуры;

3)музицирование:

- игра на музыкальных инструментах (упражнения для развития чувства музыкального размера или метра, темпа);
 - слушание музыки;
 - импровизация;
- 4) коммуникативное-познавательное направление:
- игры на развитие неречевых высших психических функций.

7. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Наименование раздела программы и тем	Кол-во часов	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся (результат) (знать/уметь)	Оборудование, дидактический материал, ТСО и ИТ
1	Здравствуй, школа!	1	Игры на свежем воздухе: ходьба, бег с изменяющимся темпом . Игры с воздушными шарами.	Уметь выполнить простые игровые действия совместно со взрослым и по подражанию ему. Знать правила ТБ на уроках подвижных игр	Музыкальные записи.
2	Прогулка в осеннем лесу.	1	Пальчиковая игра «Осенний букет» Картушина М.Ю. Движения в хороводе (круг, ручеёк, змейка) Муз. «Во поле берёза стояла» Самомассаж лица «Ёжик» Картушина М.Ю. «Звучащие жесты» В.Жилин Инструкция: «Кто хочет показать, как нам хлопать, топтать и т.д.»	Уметь правильно выполнять основные движения при самомассаже лица. Знать правила ТБ на уроках подвижных игр	Музыкальные записи.
3	Любимый город	1	Музыкально-ритмическая композиция «Вместе весело шагать» Муз.В. Шаинского	Уметь правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге. Знать правила ТБ при беге.	Презентация. Музыкальные записи
4	Городок игрушек	1	Игра на развитие памяти, внимания, мышления «Что лишнее?» Подвижная игра «Паровозик»	Уметь правильно выполнять основные движения в игре	Игрушки. Карточки с изображением игрушек. Музыкальные записи
5	Вместе весело играть.	1	Игра «Жмурки обыкновенные»	Уметь правильно выполнять основные движения в игре	Музыкальные записи

6	Дружба	1	Подскоки, движения в парах «Песенка друзей» М. Старокадамского	Уметь правильно выполнять основные движения в игре	Музыкальные записи
7	Птичьи заботы	1	«Танец снегирей» Муз.Госсека «Гавот» Прослушивание. Речедвигательная игра из сборника Никитина В.М. «Дед – Андрей» (болг.нар.песня)	Уметь правильно выполнять основные движения при выполнении упражнений для укрепления артикуляционного аппарата.	Музыкальные записи
8	Мы строители.	1	Развиваем мелкую моторику. Строительство домика из деталей набора Фребеля	Уметь правильно подбирать детали для строительства игрушечного домика.	Набор Фребеля.
9	Побегаем – попрыгаем.	1	Игры с ходьбой, бегом и прыжками: «Салки в приседе».	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге. Знать правила ТБ на уроках подвижных игр	Музыкальные записи.
10	Игра «Флажок»	1	Построения, перестроения: «К своему флажку». Игры с ходьбой и бегом: «Салка дай руку».	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге.	Компьютер, музыкальные записи, флажки.
11	Игра «Поймай нужный звук хлопком».	1	Инструкция: Если услышишь звук [к] в слове - хлопни в ладоши. Слова: [К]ран, мор[К]овь, шалаш, ботино[К]. . .То же с любыми другими звуками:Ш – кошка, шапка, маска, подушка...; С – собака, краски, лошадь, носки, нос...Р – руки, лапки, Родина, полка, кружка...; Л – лопата, кора, слова, плов...	Уметь различать отдельные звуки в слове	Картинки.
12	Игра «Толстячки - худышки»	1	«Вот толстяк – надуты щеки И, наверно, руки в боки. Вот худышка – щеки впали: Видно, есть ему не дали.» Поочерёдно надувать и втягивать щёки в спокойном темпе, удерживая их в	Уметь правильно раздувать и втягивать щеки..	Зеркало.

			каждом положении 3-5 секунд.		
13	«Улыбка»	1	«Широка Нева-река, И улыбка широка. Зубки все мои видны – От краев и до десны.» Улыбнуться без напряжения так, чтобы были видны передние верхние и нижние зубы. Удержать мышцы губ в таком положении под счёт от 1 до 5-10.	Уметь удерживать губы в улыбке, обнажая нижние и верхние передние зубы.	Видеозаписи. Зеркало.
14	Игра «Пастух и стадо».	1	Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в прыжках и ориентировке в пространстве. Игра «Пастух и стадо».	Уметь ориентироваться в пространстве.	Музыкальные записи.
15	Игра «Мыши»	1	«Вышли мыши как-то раз (идут на цыпочках, руки согнуты в кистях у груди) Поглядеть который час. (прикладывают руку ко лбу, как-будто вглядываются вдаль) Вдруг раздался страшный гром, (хлопок в ладоши) Разбежались мыши вон! (разбегаются в сторону)	Уметь правильно выполнять основные движения в подвижных играх (бег, прыжки).	Музыкальные записи.
16	Игра: «Зайцы и волк».	1	Развивать у детей ловкость, выдержку. Упражнять в прыжках, беге. Игра: «Зайцы и волк».	Уметь правильно выполнять основные движения в подвижных играх (бег, прыжки).	Музыкальные записи.
17	Игры с большими мячами: «Охотники и утки». Игры со скакалками: «Зеркало».	1	Игры с прыжками: «Салки в приседе». Игры с большими мячами: «Охотники и утки». Игры со скакалками: «Зеркало».	Уметь правильно выполнять движения с мячом и скакалкой.	Музыкальные записи. мячи, скакалки.
18	«Любопытный язычок»	1	Вот и вышел на порог Любопытный язычок. «Что он скачет взад-вперед?» -	Уметь правильно выполнять движения языком.	Зеркало.

			Удивляется народ. Улыбнуться, слегка приоткрыть рот и производить движения языком вперед-назад. Язык кладём на нижнюю губу, затем убираем его в рот. Рот остаётся открытым. Упражнение выполняется 8-10 раз.		
19	Игра «Морская фигура, замри!»	1	Дети бегают под музыку и по сигналу замирают в разных позах.	Уметь слушать музыку и быстро реагировать на стоп-сигналы.	Музыкальные записи.
20	Развиваем координацию	1	Ходьба по начерченному коридору шириной 20-30см. Ходьба по коридору» между двумя скамейками или булавами. Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Уметь выполнять упражнения на координацию движений.	Музыкальные записи.
21	Развитие быстроты и ловкости. Игры с бегом: «Салки - догонялки».	1	Развитие быстроты и ловкости. Игры с бегом: «Салки - догонялки».	Уметь выполнять передачу и ловлю малого мяча на месте и в движении, основные движения в ходьбе и беге	Музыкальные записи. мячи.
22	Игра «Ладочки»	1	«Зима недаром злится, (качают указательным пальцем) Прошла ее пора. (растирают ладони) Весна в окно стучится (стучат пальчиком по ладошке) И гонит со двора (машут руками, прогоняют зиму)» (Ф. И. Тютчев Самомассаж пальцев «Рукавицы» Картушина М.Ю.	Уметь выполнять точные движения руками и выполнять самомассаж пальцев.	Музыкальные записи.
23	Учимся правильно дышать.	1	Дыхательные упражнения. Глубокий вдох через нос и выдох через рот. Правильное дыхание в ходьбе с имитацией. «Танец осенних листочков». А. Филлипенко	Уметь правильно дышать при ходьбе.	Музыкальные записи.

24	Игра с бегом: «Салки с ленточками».	1	Игра с бегом: «Салки с ленточками». Развитие координационных способностей: «Не дай обручу упасть». Встречные эстафеты.	Уметь лазать по гимнастической стенке, скамейке.	Музыкальные записи, ленточки.
25	Игра с бегом: «Два мороза».	1	Игры с бегом: «Два мороза». Развитие координационных способностей, смелости, силы, ловкости, равновесия: Передача мяча в шеренгах, передача мяча в колонне.	Уметь правильно выполнять ловлю и передачу мяча.	Музыкальные записи, мячи.
26	Игра «Кот и мыши».	1	С одной стороны зала огораживается участок – это дом мышей (высота 50 см.). на другой стороне зала дом кота. Дети бегают легко и бесшумно. Со словами «Кот проснулся», ребенок изображающий кота бежит за мышами. Дети не подлезают под рейки, а вбегают в норки через неогороженную часть.	Уметь ориентироваться в пространстве, избегать столкновений; двигаться в общей игровой ситуации.	Музыкальные записи.
27	Игра «Лохматый пес».	1	Дети стоят на одной стороне зала. Водящий – пес – на другой стороне. Дети тихо подходят к нему со словами: <i>Вот лежит лохматый пес, в лапы свой уткнувши нос. Тихо, смирно он лежит, не то дремлет, не то спит. Подойдем к нему, разбудим, и посмотрим что-же будет!</i> После этих слов пес вскакивает и громко лает. Дети разбегаются, а пес старается их поймать.	Уметь двигаться враспынную, двигаться в соответствии с текстом и музыкой, ориентироваться в пространстве.	Музыкальные записи.
28	Игра «Птицелов»	1	Играющие выбирают себе названия птиц. Встают в круг, в центре птицелов с завязанными глазами. Птицы водят хоровод. <i>Во лесу в лесочке, на зеленом дубочке. Птички весело поют.</i>	Уметь различать и имитировать крики различных птиц; ориентироваться с закрытыми глазами	Музыкальные записи.

			<p><i>Ах, птицелов идет, Он в неволю нас возьмет. Птицы, улетайте!</i></p> <p>Птицелов хлопает в ладоши и начинает искать птиц. Кого поймали, кричит подражая какой-либо птице. Водящий должен угадать имя игрока и птицу.</p>		
29	Игра «Это я»	1	<p>Это глазки. Вот. Вот. Показываем сначала левый,потом — правый глаз.Это ушки. Вот. Вот. Беремся сначала за левое ухо,потом — за правое.Это нос. Это ро. Лево́й рукой показываем рот,правой — нос.Там спинка. Тут живот. Левую ладошку кладем на спину правую — на живот.Это ручки. Хлоп, хлоп Протягиваем обе руки, два раза хлопаем.Это ножки. Топ, топ. Кладем ладони на бедра, двараза топаем.Ой, устали. Вытрем лоб. Правой ладонью проводим по лбу</p>	Уметь повторять движения.	Музыкальные записи.
30	Игра «Снайперские броски».	1	<p>Развитие быстроты и ловкости: «Стремительные передачи», «Снайперские броски».</p>	Уметь выполнять передачу и ловлю мяча на месте.	Музыкальные записи, баскетбольные мячи.
31	Игра с бегом: «Двенадцать палочек».	1	<p>Игры с бегом: «Двенадцать палочек». Эстафеты с мячом с различных стартов.</p>	Уметь выполнять ведение, передачу и ловлю мяча в движении, основные движения в ходьбе и беге.	Музыкальные записи,баскетбольные мячи.
32	Игра «Догони свою пару».	1	<p>Развитие координации, быстроты, внимания, ловкости, силы, смелости и расчетливости: «Игры и эстафеты с мячами», «Догони свою пару».</p>	Уметь выполнять передачу и ловлю мяча на месте, основные движения в ходьбе и беге.	Музыкальные записи, мячи.
33	Игра «Стремительный мяч».	1	<p>Развитие координации, быстроты, внимания, ловкости, силы, смелости и расчетливости: «Игры и эстафеты с</p>	Уметь выполнять передачу и ловлю мяча на месте, основные движения в ходьбе и беге.	Музыкальные записи, мячи.

			мячами», «Стремительный мяч».		
34	Игра «Передай – встань»	1	Воспитывать у детей чувство товарищества, развивать ловкость, внимание. Укреплять мышцы плеч и спины. Правила: Передавать мяч только через голову и сидя. Вставить только после передачи мяча позади сидящему. Не сумевший принять мяч бежит за ним, садится и продолжает игру.	Уметь передавать мяч только через голову и сидя.	Музыкальные записи, мячи.
	Итого за год	34			

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Спортивный инвентарь: маты, гимнастические скамейки, гимнастические лестницы, обручи, кегли, мягкие модули различных форм, гимнастические коврики, корзины, теннисные, пионербольные, баскетбольные мячи.

Наглядно-демонстрационный материал: папки с иллюстративным материалом по темам,

Наглядные и раздаточные пособия: карточки «цвет-настроение, детские игрушки.

Комплект детских музыкальных инструментов: маракасы, трещотки, бубны, барабаны, ложки, треугольники, деревянные палочки

Оборудование: комплект звуковоспроизводящей аппаратуры, персональный компьютер, медиапроектор, беспроводной усилитель, микрофоны, музыкальные центры, усилительные колонки, синтезатор.

Список литературы

1. Гродзенская Н. Внеклассные мероприятия в коррекционных классах - Волгоград, 2018.
2. Евтушенко И.В. Музыкальное воспитание умственно-отсталых сирот - М., 2018.
3. Ковалько В.И. Младшие школьники. После уроков(750 развивающих игр .упражнений, физкультминуток)- Москва,2017
4. Музыка. Пособие для учителя /Сост. Е.Д.Критская, Г.П.Сергеева, Т.С. Шмагина.- М.: Просвещение, 2017;
5. Петрушин В. Музыкальная психотерапия. - М., 2017.
6. Федосеева О. А. Особенности игровой деятельности детей с интеллектуальной недостаточностью // Молодой ученый. — 2018. — №11. — С. 489-491.
7. Шапкова Л.В. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии / Под общей ред. проф. Шапковой Л.В
8. Эльконин, Д. Б. Психология игры / Д. Б. Эльконин. – 2-е изд. – М. : Гумант. центр ВЛАДОС, 2018. – 360 с.
9. Программы образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью / Под ред. Баряевой Л.Б., Яковлевой Н.Н. – СПб., ООО «Производственно-коммерческая фирма «АЛЬМА», 2018.

