

**Краевое государственное бюджетное образовательное учреждение  
«Барнаульская общеобразовательная школа – интернат № 3»**

|  |   |   |
|--|---|---|
| <p align="center">СОГЛАСОВАНА</p> <p>Заместитель директора по УР<br/>КГБОУ «Барнаульская<br/>общеобразовательная школа –<br/>интернат № 3»</p> <p><i>Яковлева</i><br/>Я.В. Яковлева</p> <p>«30» 08 2023 г.</p> | <p align="center">УТВЕРЖДЕНА</p> <p>Директор КГБОУ «Барнаульская<br/>общеобразовательная школа –<br/>интернат № 3»</p> <p><i>Зенич</i><br/>/ А.И.Зенич</p> <p>Принято 108 2023 г.</p>  | <p align="center">РАССМОТРЕНА</p> <p align="center">на заседании<br/>Педагогического Совета<br/>ОУ</p> <p>Протокол № 1</p> <p>«31» 08 2023 г.</p> |
|--|---|---|

**Рабочая программа по ритмике во 2 классе**

Адаптированная основная образовательная программа  
для обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями) (1 вариант)

Учитель: Нянькина Н.Н.

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Целью занятий по ритмике является развитие двигательной активности обучающегося в процессе восприятия музыки.

На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкально-ритмической деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Основные направления работы по ритмике:

упражнения на ориентировку в пространстве;

ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения с детскими музыкальными инструментами);

игры под музыку;

танцевальные упражнения.

Содержание коррекционно-развивающей области для обучающихся с расстройствами аутистического спектра и с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) представлено следующими обязательными коррекционными курсами:

«Формирование коммуникативного поведения»;

«Социально-бытовая ориентировка».

Содержание коррекционных курсов и задачи их реализации определяются образовательной организацией с учетом преимущества задач и достигнутых результатов реализации коррекционных курсов АОП НОО обучающихся с РАС.

### **Содержание программы обучения по ритмике во 2 классе:**

#### **Упражнения на ориентировку в пространстве**

Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения враспынную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.

#### **Ритмико-гимнастические упражнения**

*Общеразвивающие упражнения.* Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.

*Упражнения на координацию движений.* Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.

*Упражнения на расслабление мышц.* Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).

#### **Упражнения с детскими музыкальными инструментами**

Круговые движения кистью (напряженное и свободное). Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением. Противопоставление первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно.

Упражнения на детских музыкальных инструментах. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот двумя руками одновременно в среднем темпе на детском пианино, разучивание гаммы в пределах одной октавы на аккордеоне и духовой гармонике.

Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне и барабане двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях.

#### **Игры под музыку**

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Передача в движении разницы в двухчастной музыке. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

#### **Танцевальные упражнения**

Повторение элементов танца по программе для 1 класса. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с пскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек).

Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения местных народных танцев.

#### *Танцы и пляски*

Зеркало. Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелек».

Парная пляска. Чешская народная мелодия.

Хлопки. Полька. Музыка Ю. Слонова.

Русская хороводная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».

### **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

#### Планируемые личностные результаты

- Сформированность адекватных представлений о собственных возможностях;
- Сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками;
- Воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- Сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;

— Любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки.

— Умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

#### Планируемые предметные результаты

##### **Достаточный уровень:**

— Умение двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;

— Планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

— Самовыражение обучающегося в движении, танце.

— Принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;

— Организованно строиться (быстро, точно);

— Сохранять правильную дистанцию в колонне парами;

— Самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;

— Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;

— Правильно выполнять упражнения: «хороводный шаг», «приставной, пружинящий шаг, поскок»;

— Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);

— Договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;

— Умение координировать свои усилия с усилиями других;

— Легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;

— Ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.

##### **Минимальный уровень:**

— Умение двигаться в соответствии с характером музыки, различать начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;

— Принимать правильное исходное положение в соответствии с особенностями музыки и движения;

— Организованно строиться (быстро, точно);

— Сохранять правильную дистанцию в колонне парами;

— Самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым сигналам;

— Соблюдать темп движений, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном темпе;

— Правильно выполнять упражнения: «хороводный шаг», «приставной шаг»;

— Учиться выполнять различные роли в группе (исполнителя);

— Договариваться в совместной репетиционной деятельности;

— Умение координировать свои усилия с усилиями других;

— Легко, естественно выполнять игровые и плясовые движения.

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1 ЧЕТВЕРТЬ

| № п/п  | К-во часов | Тема урока  | Содержание работы   | Дата                    |
|--|------------|---|---|-------------------------|
| <b>УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ</b>                     |            |   |   |                         |
| 1.   | 1          | Совершенствование навыков ходьбы и бега.                          | Ходьба и бег вдоль стен с четкими поворотами в углах зала.  | 06.09                   |
| 2.   | 3          | Построения.   | Построение в шеренгу, в колонну, в цепочку, в круг; в пары; в колонну по два. Построения из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения враспынную. | 13.09<br>20.09<br>27.09 |
| 3.   | 2          | Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами. | Задания с предметами: обегать, собирать, передавать друг другу, переключаться с места на место.   | 04.10<br>11.10          |
| <b>РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ: ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ</b> |            |   |   |                         |
| 4.   | 1          | Упражнения с руками.  | Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения. Упражнения с лентами.   | 18.10                   |
| 5.   | 1          | Наклоны и повороты головы.  | Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения.  | 25.10                   |

## 2 ЧЕТВЕРТЬ

| № п/п  | К-во часов | Тема урока                                       | Содержание работы  | Дата           |
|--|------------|--|--|----------------|
| <b>РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ: ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ (продолжение)</b> |            |  |  |                |
| 1.   | 1          | Наклоны и повороты туловища.                     | Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени, в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс и с передачей предмета (флажки, мячи).   | 08.11          |
| 2.   | 1          | Упражнения на выработку осанки.                  | Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя.  | 15.11          |
| <b>РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ НА КООРДИНАЦИЮ ДВИЖЕНИЙ</b>                   |            |  |  |                |
| 3.   | 1          | Одновременное движение рук в разном направлении. | Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук).  | 22.11          |
| 4.   | 2          | Перекрестные движения руки-нога.                 | Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки: отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу; высокое поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием и опусканием правой руки. | 29.11<br>06.12 |
| 5.   | 1          | Выполнение упражнений ритмично, под музыку.      | Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.   | 13.12          |

| <b>РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ: УПРАЖНЕНИЯ НА РАССЛАБЛЕНИЕ МЫШЦ</b> |   |
|---|---|
| 6.  | 1<br>Упражнения на расслабления мышц рук.<br>Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра).<br>20.12 |
| 7.  | 1<br>Упражнения на расслабления мышц ног.<br>Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).<br>27.12   |

### 3 ЧЕТВЕРТЬ

| № п/п   | К-во часов | Тема урока   | Содержание работы   | Дата           |
|---|------------|--|---|----------------|
| <b>УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ</b> |            |  |   |                |
| 1.  | 1          | Круговые движения кистью.  | Имитация игры на маракасе и бубне: напряженное и свободное движение кистью.   | 10.01          |
| 2.  | 1          | Одновременное сгибание и разгибание пальцев рук в разном темпе.      | Имитация игры на гитаре: одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе и с постепенным ускорением.  | 17.01          |
| 3.  | 1          | Противопоставление пальцев рук.                                      | Имитация игры на арфе: противопоставление первого пальца остальным; противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно; противопоставление пальцев одной руки пальцам другой поочередно.   | 24.01          |
| 4.  | 2          | Упражнения на детских музыкальных инструментах.                      | Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот двумя руками одновременно в среднем темпе на детском пианино. Разучивание гаммы в пределах одной октавы на аккордеоне и духовой гармонике. Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне и барабана двумя палочками одновременно в разных вариациях. Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне и барабана двумя палочками поочередно в разных вариациях. | 31.01<br>07.02 |
| <b>ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ</b>                                  |            |  |   |                |
| 5.  | 2          | Выполнение движений под музыку.                                      | Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки (весёлая, грустная); в соответствии с разнообразной динамикой (громко, умеренно, тихо); в соответствии с разнообразными регистрами (высокий, средний, низкий).   | 14.02<br>21.02 |
| 6.  | 1          | Упражнения на различие изменений в музыке и выражение их в движении. | Самостоятельное различие темповых (быстро, медленно) изменений в музыке, выражение их в движении. Самостоятельное различие динамических (громко, тихо) изменений в музыке и выражение их в движении. Самостоятельное различие мелодических (песня, танец, марш) изменений в музыке и выражение их в движении. Передача в движении ритмической структуры музыки.   | 28.02          |
| 7.  | 1          | Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа.            | Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов содержания песен.  | 06.03          |
| 8.  | 2          | Музыкальные игры с предметами.                                       | Игры с пением и речевым сопровождением, инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.  | 13.03<br>20.03 |

#### 4 ЧЕТВЕРТЬ

| № п/п                          | К-во часов | Тема урока                                 | Содержание работы   | Дата  |
|--------------------------------|------------|--|---|-------|
| <b>ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ</b> |            |  |   |       |
| 1.                             | 1          | Элементы танца: ходьба, бег.               | Тихая, настороженная ходьба. Высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег.   | 03.04 |
| 2.                             | 1          | Элементы танца: поскоки, прыжки.           | Поскоки с ноги на ногу. Легкие поскоки. Переменные прыжки. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед.  | 10.04 |
| 3.                             | 1          | Элементы русской пляски.                   | Шаг с прыжком на месте и с продвижением, руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди. Шаг с поскоками и переменный шаг, подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек). | 17.04 |
| 4.                             | 1          | Основные движения местных народных танцев. | Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением.  | 24.04 |
| <b>ТАНЦЫ И ПЛЯСКИ</b>          |            |  |   |       |
| 5.                             | 1          | Зеркало. Парная пляска.                    | Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелек». Чешская народная мелодия.   | 08.05 |
| 6.                             | 1          | Хлопки.                                    | Полька. Музыка Ю. Слонова.  | 15.05 |
| 7.                             | 1          | Русская хороводная пляска.                 | Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».  | 22.05 |

**Краевое государственное бюджетное образовательное учреждение  
«Барнаульская общеобразовательная школа – интернат № 3»**

|   |  |   |
|---|--|---|
| <p align="center">СОГЛАСОВАНА<br/>Заместитель директора по УР<br/>КГБОУ «Барнаульская<br/>общеобразовательная школа –<br/>интернат № 3»</p> <p align="center">_____ / Я.В. Яковлева</p> <p align="center">« ____ » _____ 20 ____ г.</p> | <p align="center">СОГЛАСОВАНА/УТВЕРЖДЕНА<br/>Директор КГБОУ «Барнаульская<br/>общеобразовательная школа –<br/>интернат № 3»</p> <p align="center">_____ / А.И.Зенич</p> <p align="center">Приказ № _____ от _____ 20 ____ г.</p> | <p align="center">СОГЛАСОВАНА/УТВЕРЖДЕНА<br/>на заседании<br/>педагогического/методического<br/>совета</p> <p align="center">Протокол № _____</p> <p align="center">« ____ » _____ 20 ____ г.</p> |
|---|--|---|

**Рабочая программа  
по курсу «Психомоторика и сенсорные процессы»  
во 2 классе**

Адаптированная основная общеобразовательная программа  
начального общего образования обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями) (1 вариант)

Учитель: Нянькина Н.Н.

2023/2024 учебный год



## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **Цель психокоррекционных занятий:**

- Применение разных форм взаимодействия с обучающимися, направленными на преодоление или ослабление проблем в психическом и личностном развитии;
- Гармонизация личности и межличностных отношений учащихся;
- Формирование навыков адекватного поведения.

### **Задачи коррекционной работы:**

— Выявление особых образовательных потребностей обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), обусловленных структурой и глубиной имеющихся у них нарушений, недостатками в физическом и психическом развитии;

— Осуществление индивидуально ориентированной психолого-медико-педагогической помощи детям с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей обучающихся (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии);

— Организация индивидуальных и групповых занятий для детей с учетом индивидуальных и типологических особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей обучающихся, разработка и реализация индивидуальных учебных планов (при необходимости);

— Реализация системы мероприятий по социальной адаптации обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

— Оказание родителям (законным представителям) обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) консультативной и методической помощи по психолого-педагогическим, социальным, правовым, медицинским и другим вопросам, связанным с их воспитанием и обучением.

### **Основные направления работы:**

– Диагностика и развитие познавательной сферы (формирование учебной мотивации, активизация сенсорно-перцептивной и мыслительной деятельности, памяти, воображения и восприятия);

– Диагностика и развитие эмоционально-личностной сферы (гармонизация психоэмоционального состояния, формирование позитивного отношения к своему «Я», повышение уверенности в себе, развитие самостоятельности, формирование навыков самоконтроля);

– Диагностика и развитие кинетической и кинестетической деятельности (общая и мелкая моторика, графомоторные навыки);

– Диагностика и развитие коммуникативной сферы и социальная интеграции (развитие способности к эмпатии, сопереживанию);

– Формирование продуктивных видов взаимодействия с окружающими (в семье, классе), повышение социального статуса ребенка в коллективе, формирование и развитие навыков социального поведения).

Коррекционная работа представляет собой систему комплексного психолого-медико-педагогического сопровождения обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в условиях образовательного процесса, направленного на освоение ими АООП, преодоление и/или ослабление имеющихся у них недостатков в психическом и физическом развитии.

Занятия по данной программе являются коррекционно-направленными: наряду с развитием общих способностей предполагается исправление недостатков психофизического развития и формирование у них относительно сложных видов психической деятельности.

Работа на занятиях проводится по подгруппам в 5-6 человек, а также индивидуально, чтобы у каждого обучающегося была возможность успешно выполнить

несколько игровых заданий. Занятия носят практическую направленность, тесно связаны с другими учебными предметами, готовят обучающихся к жизни в обществе.

Основной формой организации является комплексное занятие, которое проводится в динамичной увлекательной форме с использованием разнообразных дидактических игр, игр разной подвижности, занимательных упражнений со сменой различных видов деятельности. Каждое занятие оснащается необходимыми наглядными пособиями, раздаточным материалом, техническими средствами обучения.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### Планируемые личностные результаты

- Сформированность адекватных представлений о собственных возможностях;
- Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- Сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- Готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению;
- Формирование системы значимых социальных и межличностных отношений;
- Коррекция и развитие недостатков развития познавательной, эмоционально-волевой, коммуникативной, кинетической и кинестетической деятельности.

### Планируемые предметные результаты

#### **Достаточный уровень:**

- Целенаправленно выполнять действия по инструкции педагога;
- Анализировать, сравнивать и классифицировать предметы по одному из указанных признаков: форма, величина, цвет;
- Различать основные цвета и цветовые оттенки, получать дополнительные цвета посредством смешивания красок;
- Различать, сравнивать и классифицировать геометрические фигуры, составлять логические цепочки;
- Уметь разгадывать несложные кроссворды, ребусы и логические задачи;
- Составлять предмет (изображение) из частей, узнавать его в незаконченном и зашумленном изображении;
- Определять на ощупь величину и качество поверхности предмета (гладкая, шероховатая, мягкая, твёрдая);
- Выполнять запоминание слов и предметов с опорой на слуховой, зрительный и тактильный анализаторы;
- Устанавливать причинно-следственные отношения: определять отличительные и общие признаки предметов, находить лишний предмет;
- Различать речевые и неречевые звуки;
- Ориентироваться на плоскости листа бумаги и на собственном теле;
- Узнавать предметы по заданным признакам;
- Различать и выполнять противоположно направленные действия;
- Определять последовательность событий;
- Ориентироваться в пространстве;
- Самопроизвольно согласовывать свои движения и действия;
- Выполнять точные упражнения с мелким мячом: перекаты в разном направлении, сжатие и передача парными пальцами.

#### **Минимальный уровень:**

- Выполнять действия по инструкции педагога;

- Сравнить предметы по одному из указанных признаков: форма, величина, цвет;
- Различать основные цвета, получать дополнительные цвета посредством смешивания красок;
- Различать и сравнивать геометрические фигуры;
- Составлять предмет (изображение) из частей;
- Определять на ощупь величину предмета;
- Выполнять запоминание слов и предметов с опорой на слуховой, зрительный и тактильный анализаторы;
- определять отличительные и общие признаки предметов, находить лишний предмет с помощью педагога;
- Различать неречевые звуки;
- Ориентироваться на плоскости листа бумаги и на собственном теле;
- Определять последовательность событий по 2-3 картинкам;
- Ориентироваться в пространстве, с опорой на зрительно-слуховые инструкции;
- Выполнять упражнения с мелким мячом.

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ I ЧЕТВЕРТЬ

| № п/п | Кол-во часов | Тема занятия  | Содержание работы  | Дата                             |
|-------|--------------|---|--|----------------------------------|
| 1.    | 4            | Коррекция пространственных представлений.             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Выбор направления движения на короткие расстояния при помощи условной символики: дидактическая игра «Проголук «на пяточок»»;</li> <li>- Использование бумажных указателей для поиска спрятанных предметов: дидактическая игра «Вперёд по стрелке»;</li> <li>- Сбор определенного набора предметов в ограниченном пространстве: подвижная игра «Кто быстрее соберет?» (список знакомых предметов, по картинке);</li> <li>- Поиск предметов с опорой на звуковую инструкцию: игра «Горячо – холодно»;</li> <li>- Составление предложений по картинке, с использованием предлогов: за, над, под, перед и др.: настольная игра «Ориентация».</li> </ul> | 06.09<br>07.09<br>13.09<br>14.09 |
| 2.    | 4            | Коррекция оперативной памяти.                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Поиск заданных предметов, с опорой на предварительное запоминание: дидактическая игра «Предметные таблицы»;</li> <li>- Передвижение в пространстве: дидактическая игра «Путь домой»;</li> <li>- Описание предметов, увиденных ранее, без предварительной инструкции: Подвижная игра «Что вокруг?»;</li> <li>- Запоминание и воспроизведение серии движений: подвижная игра «Повтори за мной»;</li> <li>- Выполнение поручений по самообслуживанию: командные соревнования «Чистота и порядок».</li> </ul>   | 20.09<br>21.09<br>27.09<br>28.09 |
| 3.    | 4            | Коррекция зрительного восприятия и зрительной памяти. | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Запоминание и нахождение теневых изображений: дидактическая игра «Чья это тень?»;</li> <li>- Постепенное запоминание цепочки слов: подвижная игра «Снежный ком»;</li> <li>- Работа с конструктором: дидактическая игра «Собери по памяти».</li> </ul>   | 04.10<br>05.10<br>11.10<br>12.10 |
| 4.    | 4            | Коррекция слухового восприятия и слухоречевой памяти. | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Узнавание знакомых голосов людей, животных и птиц: дидактическая игра «Угадай по голосу»;</li> <li>- Чередование темпа движения в зависимости от скорости звукового сигнала: дидактическая игра «Быстро – медленно» (медленно и громко – походка медведя, тихо и быстро – бег на цыпочках, как мыши);</li> <li>- Чередование темпа движения в зависимости от высоты звукового сигнала: дидактическая игра «Тихо – громко» (тихо – спокойный шаг по кругу, громко – стоять на месте);</li> <li>- Запоминание небольшой группы слов: дидактическая игра «Глухой телефон по-новому».</li> </ul>  | 18.10<br>19.10<br>25.10<br>26.10 |

## II ЧЕТВЕРТЬ

| № п/п                                | Кол-во часов | Тема занятия  | Содержание работы  | Дата   |
|--------------------------------------|--------------|---|--|--|
| <b>КОРРЕКЦИЯ И РАЗВИТИЕ МЫШЛЕНИЯ</b> |              |   |  |  |
| 1.                                   | 5            | Установление причинно-следственных отношений.         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Выделение обобщенных признаков предметов: игра «Закономерность»;</li> <li>- Выделение лишних предметов: игра «Найди лишнее»;</li> <li>- Определение последовательности событий: игра «Последовательные картинки»;</li> <li>- Определение материала изготовления предмета: игра «Что из чего»;</li> <li>- Подбор предметов определенного размера: игра «Подбери мостик», доски Сегена.</li> </ul>  | 08.11<br>09.11<br>15.11<br>16.11<br>22.11          |
| 2.                                   | 6            | Упражнения на развитие наглядно-образного мышления.   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Составление узора из разрезных картинок: игра «Собери картинку»;</li> <li>- Работа с цепочками из геометрических фигур: упражнение «Продолжи ряд»;</li> <li>- Выкладывание простых изображений из геометрических фигур: игра «Танграм»;</li> <li>- Составление аппликаций из геометрических фигур: аппликации «Домик», «Рыбки в пруду» и др.;</li> <li>- Выкладывание изображений с помощью счётных палочек: упражнения «Солнышко», «Лестница» и др.;</li> <li>- Работа с графическими диктантами: упражнения «Белка», «Собачка», «Бабочка».</li> </ul> | 23.11<br>29.11<br>30.11<br>06.12<br>07.12<br>13.12 |
| 3.                                   | 5            | Упражнения на развитие словесно-логического мышления. | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Обучение разгадыванию ребусов: игра «Подумай и ответь»;</li> <li>- Знакомство с простейшими логическими задачами: игра «Добавь слово»;</li> <li>- Обучение отгадыванию кроссвордов: игра «Умники и умницы»;</li> <li>- Подбор слов по тематическим признакам: игра «Я знаю пять имён...».</li> </ul>  | 14.12<br>20.12<br>21.12<br>27.12<br>28.12          |

## III ЧЕТВЕРТЬ

| № п/п                   | Кол-во часов | Тема занятия                | Содержание работы  | Дата                                      |
|-------------------------|--------------|-----------------------------|--|---|
| <b>КОРРЕКЦИЯ ПАМЯТИ</b> |              |                             |  |   |
| 1.                      | 5            | Развитие зрительной памяти. | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Запоминание и воспроизведение графических образов при помощи счётных палочек: упражнение «Сделай, как я!»;</li> <li>- Запоминание и воспроизведение графических образов при помощи геометрических фигур: упражнение «Танграм»;</li> <li>- Запоминание и воспроизведение графических образов при помощи строительного материала: упражнение «Наблюдательность»;</li> <li>- Запоминание знакомых образов с опорой на зрительное восприятие: упражнение «Обезьянки»;</li> <li>- Запоминание окружающих предметов с последующим изменением: упражнение</li> </ul> | 10.01<br>11.01<br>17.01<br>18.01<br>24.01 |

|    |   |                                     |   |   |
|----|---|-------------------------------------|---|---|
|    |   |                                     | «Где что было?»;<br>– Запоминание окружающих людей с последующим изменением: упражнение «Самый внимательный!».  |   |
| 2. | 5 | Развитие зрительно-моторной памяти. | – Запоминание и точное воспроизведение способов передвижения к заданному объекту: упражнение «Разведчики»;<br>– Запоминание и воспроизведение последовательной серии движений: упражнение «Кто что сделал?»;<br>– Запоминание и воспроизведение последовательной серии движений в прямом и обратном порядке: упражнение «Запомни движение»;<br>– Запоминание и воспроизведение двигательной инструкции участникам команды по цепочке: упражнение «Испорченный телевизор». | 25.01<br>31.01<br>01.02<br>07.02<br>08.02 |
| 3. | 5 | Развитие моторно-слуховой памяти.   | – Запоминание простейших ритмических фраз и воспроизведение способом про-<br>стукивания: упражнение «Повтори за мной»;<br>– Запоминание простейших поз и воспроизведение через некоторое время: упраж-<br>нение «Запомни свою позу»;<br>– Запоминание серии движений по словесной инструкции: упражнение «Слушай и<br>исполни!».  | 14.02<br>15.02<br>21.02<br>22.02<br>28.02 |
| 4. | 4 | Развитие образной памяти.           | – Запоминание слов с опорой на зрительное восприятие: упражнение «Запомни<br>картинки»;<br>– Запоминание слов с опорой на слуховое восприятие: игра «Диктофон»;<br>– Запоминание слов с опорой на тактильное восприятие: игра «Слепой покупа-<br>тель».   | 29.02<br>06.03<br>07.03<br>13.03          |
| 5. | 3 | Развитие ассоциативной памяти.      | – Упражнения в подборе слов на основе зрительных и слуховых ассоциаций: упраж-<br>нение «Найди пару»;<br>– Запоминание набора слов по зрительной и слуховой ассоциации: упражнение<br>«Запомни слова».  | 14.03<br>20.03<br>21.03                   |

#### IV ЧЕТВЕРТЬ

| № п/п                                 | Кол-во часов | Тема занятия                           | Содержание работы   | Дата                                      |
|---------------------------------------|--------------|--|---|---|
| <b>РАЗВИТИЕ АКТИВНОГО ВООБРАЖЕНИЯ</b> |              |  |   |   |
| 1.                                    | 5            | Работа с незаконченными изображениями. | – Изображения геометрических фигур: упражнение «Дорисуй фигуры»;<br>– Изображения животных и птиц: упражнение «Дорисуй животных и птиц»;<br>– Изображения овощей и фруктов: упражнение «Дорисуй овощи и фрукты»;<br>– Изображения цветов и деревьев: упражнение «Дорисуй цветы и деревья»;<br>– Изображения одежды и обуви: упражнение «Дорисуй одежду и обувь»;<br>– Изображения посуды и мебели: упражнение «Дорисуй посуду и мебель»;<br>– Изображения транспорта: упражнение «Дорисуй транспорт». | 03.04<br>04.04<br>10.04<br>11.04<br>17.04 |

|    |   |                                      |  |  |
|----|---|--------------------------------------|--|--|
| 2. | 5 | Работа с зашумленными изображениями. | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Контуры наложенных друг на друга геометрических фигур: упражнение «Найди фигуры»;</li> <li>- Контуры наложенных друг на друга изображений животных и птиц: упражнение «Найди животных и птиц»;</li> <li>- Контуры наложенных друг на друга изображений овощей и фруктов: упражнение «Найди овощи и фрукты»;</li> <li>- Контуры наложенных друг на друга изображений цветов и деревьев: упражнение «Найди цветы и деревья»;</li> <li>- Контуры наложенных друг на друга изображений одежды и обуви: упражнение «Найди одежду и обувь»;</li> <li>- Контуры наложенных друг на друга изображений посуды и мебели: упражнение «Найди посуду и мебель»;</li> <li>- Контуры наложенных друг на друга изображений транспорта: упражнение «Найди транспорт».</li> </ul> | <p>18.04<br/>24.04<br/>25.04<br/>02.05<br/>08.05</p> |
| 3. | 4 | Изображение задуманного предмета.    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Работа в коллективной деятельности по предварительной согласованности: дидактическая игра «Что мы хотели нарисовать?» (коллективное рисование изображения с закрытыми глазами, задуманного предмета);</li> <li>- Работа в коллективной деятельности без предварительной согласованности: дидактическая игра «Слепое рисование» (коллективное рисование изображения с закрытыми глазами, каждый задумывает свой предмет по общей классификации: «Животные», «Птицы», «Люди» и т.д.).</li> </ul>  | <p>15.05<br/>16.05<br/>22.05<br/>23.05</p>           |

**Краевое государственное бюджетное образовательное учреждение  
«Барнаульская общеобразовательная школа – интернат № 3»**

|  |   |   |
|--|---|---|
| <p align="center">СОГЛАСОВАНА</p> <p>Заместитель директора по УР<br/>КГБОУ «Барнаульская<br/>общеобразовательная школа –<br/>интернат № 3»</p> <p>_____ / Я.В. Яковлева</p> <p>« ____ » _____ 20 ____ г.</p> | <p align="center">УТВЕРЖДЕНА</p> <p>Директор КГБОУ «Барнаульская<br/>общеобразовательная школа –<br/>интернат № 3»</p> <p>_____ / А.И.Зенич</p> <p>Приказ № _____ от _____ 20 ____ г.</p> | <p align="center">РАССМОТРЕНА</p> <p align="center">на заседании<br/>Педагогического Совета<br/>ОУ</p> <p>Протокол № _____</p> <p>« ____ » _____ 20 ____ г.</p> |
|--|---|---|

**Рабочая программа внеурочной деятельности во 2 классе**

*Направление деятельности – социальное:  
«Основы безопасности жизнедеятельности»*

Адаптированная основная общеобразовательная программа  
для обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями)(1 вариант)

Учитель: Нянькина Н.Н.

2023/2024 учебный год



## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по ОБЖ включает в себя не только вопросы физического здоровья, но и вопросы духовного здоровья. Беседы включают вопросы гигиены, питания, закаливания, строения человека, основы ПДД, охрана жизнедеятельности человека.

Программа формирования безопасного образа жизни — комплексная программа формирования у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 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.

Программа формирования безопасного образа жизни должна вносить вклад в достижение требований к личностным результатам освоения АООП: формирование представлений о мире в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур; овладение начальными навыками адаптации в окружающем мире; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Программа построена на основе общенациональных ценностей российского общества, таких, как гражданственность, здоровье, природа, экологическая культура, безопасность человека и государства. Она направлена на развитие мотивации и готовности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) действовать предусмотрительно, придерживаться здорового и экологически безопасного образа жизни, ценить природу как источник духовного развития, информации, красоты, здоровья, материального благополучия.

*Целью программы* является социально-педагогическая поддержка в сохранении и укреплении физического, психического и социального здоровья обучающихся, формирование основ здорового и безопасного образа жизни.

### *Основные задачи программы:*

- пробуждение в детях желания заботиться о своем здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью) путем соблюдения правил здорового образа жизни и организации здоровьесберегающего характера учебной деятельности и общения;
- формирование представлений о рациональной организации режима дня, учебы и отдыха, двигательной активности;
- формирование установок на использование здорового питания;
- использование оптимальных двигательных режимов для обучающихся с учетом их возрастных, психофизических особенностей;
- развитие готовности самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены;
- формирование негативного отношения к факторам риска здоровью обучающихся (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания);
- формирование умений безопасного поведения в окружающей среде и простейших умений поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях.
- формирование «личности безопасного типа», знающей основы защиты человека и общества от современного комплекса опасных факторов и умеющей применять эти знания на практике;
- воспитание гражданственности, патриотизма, ответственности перед обществом;
- изучение и освоение основ здорового образа жизни, обеспечивающего полноценное безопасное существование»;
- ознакомление с опасностями, угрожающими человеку в современной повседневной жизни, в опасных и чрезвычайных ситуациях; изучение методов и приёмов защиты.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ФОРМИРОВАНИЯ БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

- негативное отношение к факторам риска здоровью (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания);
- ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей;
- элементарные представления об окружающем мире в совокупности его природных и социальных компонентов;
- установка на здоровый образ жизни и реализация ее в реальном поведении и поступках;
- стремление заботиться о своем здоровье;
- готовность следовать социальным установкам экологически культурного здоровьесберегающего, безопасного поведения (в отношении к природе и людям);
- готовность самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены;
- овладение умениями взаимодействия с людьми, работать в коллективе с выполнением различных социальных ролей;
- развитие навыков устанавливать и выявлять причинно-следственные связи в окружающем мире;
- овладение умениями ориентироваться в окружающем мире, выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать решения;
- знать, что относится к опасным вещам, как с ними обращаться. Сигналы оповещения, что значит «моя безопасность», какие бывают чрезвычайные ситуации. Правила поведения при возникновении пожара, навыками осторожного обращения с огнем. Действия в ситуации при пожаре, номер телефона пожарной части, ТБ со спичками, что нужно делать в первую очередь. Причины дорожно-транспортных происшествий по вине пешеходов и как этого избежать. Дисциплину на улице для человека, виды транспорта, опасность на улице. Последовательность сигналов светофора, к кому можно обратиться в случае опасности. Выбирать безопасное место и переходить дорогу только по правилам;
- уметь правильно действовать в чрезвычайных ситуациях. Правила при переходе проезжей части улицы после высадки из транспорта. Особенности движения по мокрой и скользкой дороге. Правила безопасного поведения при движении по льду водоёмов. Правила здорового образа жизни. Правила поведения в городских парках и скверах. Факторы, влияющие на здоровье. Уметь использовать приобретённые знания и умения для обогащения жизненного опыта;
- иметь представление о том, что лекарства могут оказаться полезными и вредными, в зависимости от ситуации.

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ I ЧЕТВЕРТЬ

|                              |              | Тема занятия                    | Дата  |
|------------------------------|--------------|---------------------------------|-------|
| <b>БЕЗОПАСНОСТЬ НА УЛИЦЕ</b> |              |                                 |       |
| № п/п                        | Кол-во часов |                                 |       |
| 1.                           | 1            | Болезни «грязных рук».          | 04.09 |
| 2.                           | 1            | Прыжки с высоты.                | 11.09 |
| 3.                           | 1            | Я заблудился в городе.          | 18.09 |
| 4.                           | 1            | Разговоры с незнакомыми людьми. | 25.09 |
| 5.                           | 1            | Открытый люк.                   | 02.10 |
| 6.                           | 1            | Игры на стройке.                | 09.10 |
| 7.                           | 1            | Чужие вещи на скамейке.         | 16.10 |
| 8.                           | 1            | Игры с бродячими животными.     | 23.10 |

## II ЧЕТВЕРТЬ

|                          |              | Тема занятия                                    | Дата  |
|--------------------------|--------------|---|-------|
| <b>БЕЗОПАСНОСТЬ ДОМА</b> |              |   |       |
| № п/п                    | Кол-во часов |   |       |
| 1.                       | 1            | Незнакомец за дверью.                           | 13.11 |
| 2.                       | 1            | Игры на подоконнике (балконе).                  | 20.11 |
| 3.                       | 1            | Осторожно, электроприборы!                      | 27.11 |
| 4.                       | 1            | Кухня не место для игры.                        | 04.12 |
| 5.                       | 1            | Не трогай лекарства!                            | 11.12 |
| 6.                       | 1            | Безопасное поведение на лестничной клетке.      | 18.12 |
| 7.                       | 1            | Безопасность при общении с домашними животными. | 25.12 |

## III ЧЕТВЕРТЬ

|                           |              | Тема занятия                                    | Дата  |
|---------------------------|--------------|---|-------|
| <b>БЕЗОПАСНОСТЬ ЗИМОЙ</b> |              |   |       |
| № п/п                     | Кол-во часов |   |       |
| 1.                        | 1            | Как одеваться зимой?                            | 15.01 |
| 2.                        | 1            | Правила безопасной прогулки зимой.              | 22.01 |
| 3.                        | 1            | Техника безопасности на санках, лыжах, коньках. | 29.01 |
| 4.                        | 1            | Зимние дороги.                                  | 05.02 |
| 5.                        | 1            | Зимой на горке.                                 | 12.02 |
| 6.                        | 1            | Гололед.  | 19.02 |
| 7.                        | 1            | Тонкий лёд.                                     | 26.02 |

|     |   |                                    |       |
|-----|---|------------------------------------|-------|
| 8.  | 1 | Осторожно, сосульки!               | 04.03 |
| 9.  | 1 | Нельзя есть снег и сосульки.       | 11.03 |
| 10. | 1 | Как был наказан любопытный язычок. | 18.03 |

#### **IV ЧЕТВЕРТЬ**

|                                |   | Тема занятия                   | Дата  |
|--------------------------------|---|--------------------------------|-------|
| <b>БЕЗОПАСНОСТЬ НА ПРИРОДЕ</b> |   |                                |       |
| 1.                             | 1 | Я заблудился в лесу.           | 08.04 |
| 2.                             | 1 | Незнакомые и опасные растения. | 15.04 |
| 3.                             | 1 | Опасные насекомые.             | 22.04 |
| 4.                             | 1 | Безопасность на воде.          | 27.04 |
| 5.                             | 1 | Как избежать солнечного удара. | 06.05 |
| 6.                             | 1 | Пищевые отравления летом.      | 13.05 |
| 7.                             | 1 | Травмы на летнем отдыхе.       | 20.05 |