

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Межборская основная общеобразовательная школа»

Рассмотрено:  
Педагогический совет  
Протокол № 1 от 03.08.2020г

Утверждено:  
Приказ № 77 от 03.08.2020г  
Директор школы Корнильцева Ж.М.



**Программа внеурочной деятельности**  
**"ЛФК"**

Составитель: Завьялов Е.В.

с. Межборное -2020 год.

## Содержание

Пояснительная записка.....	3
Содержание программы.....	7
Заключение.....	9
Используемая литература.....	10
Приложение 1.....	11
Приложение 2.....	18
Приложение 3.....	20

## Пояснительная записка.

Умственная отсталость - это не просто "малое количество ума", это качественные изменения всей психики, всей личности в целом, явившиеся результатом перенесенных органических повреждений центральной нервной системы. Это такая атипия развития, при которой страдают не только интеллект, но и эмоции, воля, поведение, физическое развитие. Такой диффузный характер патологического развития умственно отсталых детей вытекает из особенностей их высшей нервной деятельности. Для умственно отсталых характерно недоразвитие познавательных интересов, которое выражается в том, что они меньше, чем их нормальные сверстники, испытывают потребность в познании. Поэтому возникает необходимость в проведении целенаправленной коррекционно-развивающей работы.

### *Задачи коррекционно-развивающей работы:*

1. Развитие психофизических функций.
2. Обогащение кругозора детей, формирование представлений о предметах и явлениях окружающей действительности.
3. Формирование умений и навыков, необходимых для деятельности любого вида: ориентироваться в задании, планировать работу, выполнять её в соответствии с указаниями или по образцу, осуществлять самоконтроль.
4. Организация благоприятной среды, обеспечивающей общее развитие ребёнка, стимуляцию его познавательной деятельности, коммуникативных функций.

Данная программа предлагает систему игровых занятий для комплексного психического развития умственно отсталых школьников. Основной целью коррекционно-развивающей программы является **развитие («доведение») до уровня потенциальных возможностей всех и каждого из школьников группы посредством использования специальных заданий** двух видов:

- коррекционно-развивающие задания, построенные на учебном материале;
- коррекционно-развивающие задания, построенные на неучебном материале.

Задания первого вида предполагают усиление развивающего эффекта, предполагаемого для усвоения учебного материала путем его определенной

методической инструментовки. Такие задания предлагаются при фронтальной работе с группой в тех случаях, когда из данных диагностики следует, что большинству детей требуется специальная помощь по развитию того или иного психического процесса или коррекция их недостатков.

Второй вид заданий также включается в коррекционно-развивающие занятия. Эти задания также зарекомендовали себя как действенное средство «подтягивания» развития детей.

Частота обращения к тому или иному виду заданий диктуется типичными для класса трудностями и индивидуальными потребностями умственно отсталых школьников.

Программа рассчитана на 2 часа коррекционно-развивающих занятий в неделю (1 час коррекционно-развивающих занятий – 40 минут). Занятия проводятся с детьми, обучающимися в младших классах по программе VIII вида, II вариант. Каждое занятие строится в виде групповой работы. Группы комплектуются с учётом однородности психофизических, речевых нарушений. В группе должно быть не более 4-х человек.

В работе над программой использовались принципы, методы и приемы традиционной системы обучения, методы и приемы развивающего обучения, игровых технологий. Главным принципом обучения был принцип коррекционно-развивающей направленности.

Основные принципы:

- системности коррекционных, профилактических и развивающих задач;
- единства диагностики и коррекции;
- учета возрастно-психологических и индивидуальных особенностей школьника;
- активного привлечения социального окружения к участию в коррекционной Программе;
- возрастания сложности;
- учета объема и степени разнообразия материала;
- контроль над развитием познавательных процессов, психических функций, речевых умений.

Залог успешности коррекционной работы зависит не только от квалифицированной работы коррекционного педагога, но и всех участников педагогического процесса, в частности - родителей и других членов семьи.

Микросреда семьи, уровень общей и психолого-педагогической культуры родителей, отношение к ребенку со стороны родителей и имеющимся у него проблемам, влияет на формирование личности ребёнка. Поэтому родителей необходимо включать в процесс коррекционных занятий с целью формирования у них адекватных способов общения с ребёнком и обучения методам и приёмам коррекционного воздействия. Для обучения родителей коррекционно-педагогическим технологиям необходимо их активное участие в практических коррекционных занятиях с ребёнком.

Основная задача, которая стоит перед коррекционным педагогом на начальных этапах работы с родителями, - формирование и стимуляция мотивированного отношения родителей к коррекционной работе с их детьми. Он планирует и координирует совместную работу, определяет вместе с другими специалистами (педагог-психолог, классный руководитель, музыкальный руководитель и др.) основные задачи в работе с родителями, т.е.: - устанавливает партнёрские отношения с семьёй каждого воспитанника; - объединяет усилия педагогов и родителей для развития и воспитания детей; - создаёт атмосферу общности интересов; - повышает психолого-педагогическую компетентность родителей в вопросах речевого развития ребёнка; - оказывает помощь родителям в выполнении ими воспитательных и коррекционных функций, поддерживает их уверенность в собственных педагогических возможностях; - обучает родителей конкретным приёмам коррекционной работы.

Формы работы с родителями.

### ***Коллективная работа***

- Дискуссии
- Консультации

### ***Индивидуальная работа***

- Консультации по запросам
- Открытые и совместные занятия
- Домашние задания
- Использование ИКТ

## Диагностика

Направленное психологическое и педагогическое обследование детей с умственной отсталостью чаще всего затруднено в связи с тем, что они не удерживаются в ситуации обследования, не следуют инструкциям. Поэтому, особенно в начале диагностики, надо стараться более детально присматриваться к тем особенностям ребенка, которые можно увидеть, не вступая в прямой контакт. На этом этапе важнее всего уметь наблюдать и делать из этих наблюдений выводы. Наблюдение позволяет получить достаточно объективную информацию о том, каковы особенности взаимодействия ребенка с окружающим миром, что он любит и умеет делать спонтанно. На основании анализа данных наблюдения мы сможем выработать гипотезы, касающиеся того, как мы видим ребенка и как мы будем устраивать дальнейшую работу с ним.

Условия наблюдения:

- помещение – среда должна быть организована таким образом, чтобы можно было предоставить ребенку максимальную возможность контакта с различными предметами, чтобы ему было чем заняться, было из чего выбрать;
- наличие средств для фиксации данных наблюдения – бланк на планшете или тетрадь, диктофон. Важно не опираться на субъективные впечатления и по возможности пытаться сделать процесс наблюдения *как можно более объективным*, поскольку многое забывается, и, кроме того, расхождение во мнениях неизбежны;
- желательно наличие второго наблюдателя – например, один из специалистов пытается контактировать с ребенком, предлагает ему разные предметы и виды деятельности и т.д., другой в это время фиксирует параметры поведения.

Структурировать полученную путем наблюдения информацию помогает формализованный протокол, куда заносятся отдельные параметры поведения. Отметим, что диагностические занятия должны продолжаться до тех пор, пока мы не получим максимально полное представление о спонтанном поведении ребенка, о его реакции на различные раздражители, об имеющихся формах контакта с окружающим и т.д.

Ценные сведения о различных сферах жизни ребенка могут дать его родители. Необходимо фиксировать, на что они обращают внимание, рассказывая о своем сыне или дочери, какие проблемы выдвигают на первый план. Следует достаточно критично относиться к родительской оценке степени сформированности тех или иных навыков. Это не значит, что специалист должен проявлять недоверие, однако соотносить то, что говорят

родители, со своими наблюдениями необходимо, и, если появляются противоречия в оценках, надо искать их причину. (Приложение 2).

## **Содержание:**

# **Умственное развитие**

## **➤ Развитие психофизических функций**

### **- Ориентировка в пространстве, плоскости и времени.**

- ✦ Схема своего тела
- ✦ Определение правой, левой стороны, понятия «верх», «низ», «посередине», предлоги НА, В, ПОД, ЗА, НАД.
- ✦ Определение направления местонахождения предметов по отношению к себе «Что где находится?». (количество предметов 2-6).
- ✦ Передвижение в заданном направлении. «Куда пойдёшь и что найдёшь?», «найди предмет».
- ✦ Расположение предметов на плоскости в указанном направлении (вверху, внизу, слева, справа).
- ✦ Разрезные картинки, пазлы.
- ✦ Времена года (определение по картинкам, словесному описанию, стишкам). Д./И. «Продолжай».

### **- Развитие анализаторов: зрительно-пространственных, слуховых, кожно-осязательных, кожно-мышечных.**

- ✦ Упражнения на формирование умения идти по указанию взрослого по направлению к предмету.
- ✦ Игры и упражнения на развитие умения находить знакомые предметы по их словесному обозначению.
- ✦ Упражнения на развитие умения выделять из фона и узнавать объекты зрительно, на слух и на ощупь. Игры «Чудесный мешочек», «Узнай предмет», «Что изменилось» и т.д.
- ✦ Д/И «Чей это домик?» (учить осуществлять пробы тактильно-двигательно, с закрытыми глазами; находить правильное решение путём проб).
- ✦ Игра «Холодно – тепло – горячо».

### **- Развитие мелкой моторики кисти и пальцев рук, навыков письма.**

- ✦ Упр. на регуляцию мышечного тонуса рук.
- ✦ Упр. на развитие кинестетической основы движений рук.
- ✦ Упр. на развитие динамической координации рук в процессе выполнения последовательно организованных движений.

#### **- Развитие артикуляционной моторики.**

- ✦ Упр. по формированию кинестетической основы артикуляторных движений.:
  - Определение положения губ.
  - Определение положения кончика языка (поднят – опущен).
  - Различение узкого и широкого кончика языка.
- ✦ Упр. по развитию статики артикуляторных движений.
- ✦ Упр. по развитию динамической координации артикуляторных движений в процессе выполнения последовательно организованных движений.

### ➤ **Развитие познавательных процессов**

#### **- Развитие наблюдательности при восприятии (цвета, формы, времени) различного материала.**

- ✦ «Что изменилось?».
- ✦ Составление узоров из фигур, чередующихся по форме, цвету, величине; «парадов» из изображений предметов.
- ✦ Нахождение и выделение в тексте (наборе значков) заданной буквы, цифры, формы.
- ✦ Таблицы с изображением предметов с недостающими деталями.
- ✦ Классификация предметов по форме, цвету, величине.
- ✦ Выкладывание изображений из геометрических фигур и счётных палочек.

#### **- Развитие памяти (зрительной, слуховой)**

- ✦ Игра «Что изменилось?».
- ✦ Игра на развитие слуховой памяти «Чудесные слова».
- ✦ «Кто позвал тебя, узнай» (умение узнавать по голосу своего сверстника)
  - ✦ Развивающая игра на обучение прислушиваться к речевым звукам, соотносить их с предметами; учить звукоподражанию.
  - ✦ Узнать предмет в рисунке.
  - ✦ Определение направления звука в пространстве (справа – слева – спереди – сзади). Дидактическая игра «Догадайся, откуда звук».



**- Овладение общими понятиями, мыслительными операциями (анализ, синтез, сравнение, обобщение).**

- ✦ Д/И «Четвёртый лишний»
- ✦ Назови одним словом.
- ✦ Что лишнее?
- ✦ Продолжи ряд.
- ✦ Картинки с изображением нелепых ситуаций. «Что не правильно?».
- ✦ Дорисовывание геометрических фигур до изображения «На что это похоже».
- ✦ Серии картинок, связанных одним сюжетом.

## **Бытовая ориентировка и социальная адаптация**

➤ **Расширение представлений об окружающей действительности**

**- Формирование представлений о предметах и явлениях окружающего мира.**

- ✦ Практические действия с предметами.
- ✦ Развивающие игры по теме «Фрукты».
- ✦ Развивающие игры по теме «Овощи».
- ✦ Развивающие игры. Вещи вокруг нас.
- ✦ Развивающая игра на обучение классифицировать и объединять объекты в пары «Найди пару».
- ✦ Развивающая игра «Дары природы».
- ✦ Лото «Мир вокруг нас».

**- Формирование социально-правильного поведения.**

- ✦ Сюжетно-ролевая игра по правилам дорожного движения.

## Заключение

Коррекционно-развивающее обучение, как показали исследования, - это не просто добавка к общеразвивающей работе с детьми. Оно выступает как условие преодоления или сглаживания некоторых трудностей, возникающих вследствие биологического нарушения, но, что особенно ценно, оно лежит в основе формирования личности школьника, имеющего то или иное отклонение в развитии.

Важным фактором в формировании личности аномального ребенка это не просто комплексное воспитание, а организация педагогического воздействия по принципу целостной системы специального обучения. При этом результат выражается не в определенных умениях, способностях, чертах характера, а в виде личностного новообразования, перестраивающего всю совокупность связей и отношений ребенка с окружающей действительностью.

Имея развивающую направленность, программа дает возможность формирования конструктивного взаимодействия со сверстниками, развивается речь, ребята лучше умеют выразить свои мысли, развиваются навыки самообслуживания.

По окончании курса ребята смогут лучше общаться с другими детьми, смогут чувствовать своё тело и научатся расслабляться, научатся выделять существенное, ориентироваться на плоскости и в пространстве.

## Используемая литература

1. Войлокова Е. Ф., Андрухович Ю. В., Ковалева Л. Ю. Сенсорное воспитание дошкольников с интеллектуальной недостаточностью. Санкт-Петербург: КАРО, 2005 г.
2. Кондратьева С. Ю., Агапутова О. Е. Коррекционно-игровые занятия в работе с дошкольниками с задержкой психического развития. Санкт-Петербург: ДЕТСВО-ПРЕСС, 2008г.
3. Никуленко Т. Г. Коррекционная педагогика: Учебное пособие.- Ростов н/Д: Феникс, 2006г.
4. Янушка Елена. Игры с аутичным ребенком. Серия «Особый ребёнок». – Москва: Теревинф, 2004г.

## Календарно-тематическое планирование

## И четверть.

Дата	Часы	Тема	Виды работы
	5	Диагностика	Наблюдение. Фиксирование и анализ данных наблюдения.
	2	Развитие ориентировки в собственном теле, в частях тела другого человека, куклы, игрушечных животных	«Показание частей тела»
	2	Учить группировать предметы по цвету	Д/И «Красивый букет из разноцветных листьев»  Дидактическое упражнение «Разложи овощи по цвету»
	2	Расширение представлений об окружающей действительности	Д/И «Ботаническое лото».
	2	Расширение представлений об окружающей действительности	Беседа по иллюстрациям «Труд людей осенью». Д/И «Собираем урожай».
	2	Развитие коммуникативных способностей.	Как надо знакомиться. Д/И «Давайте познакомимся».
	2	Развитие коммуникативных способностей.	Развитие навыков общения.  Д/И «Играем

			вместе»(выбор водящего, настольная игра, подвижная игра, выполнение правил).
--	--	--	--

**Щетверть.**

<b>Дата</b>	<b>Часы</b>	<b>Тема</b>	<b>Виды работы</b>
	2	Ориентировка в пространстве.	Упражнения на понимание схемы своего тела. Определение правой, левой стороны, понятия «верх», «низ», «лево», «право».
	2	Развитие мелкой моторики кисти и пальцев рук, навыков письма. Развитие артикуляционной моторики.	Упр. на развитие динамической координации рук в процессе выполнения последовательно организованных движений.  Лепка знакомых букв. Определение положения губ.  Определение положения кончика языка (поднят – опущен).
	2	Развитие наблюдательности при восприятии (цвета, формы) различного материала.	Выкладывание изображений из геометрических фигур и счётных палочек.

	2	Развивать способность целостного восприятия объектов	«Разрезные картинки».  Картинка без фона, разрезанная на две части (грибок, мячик, ёлочка и т. д.)
	2	Расширение представлений об окружающей действительности.	Игры и упражнения по теме «Овощи и фрукты».
	2	Знакомства с литературными произведениями.	Чтение рассказов Е. Чарушина «Про больших и маленьких», рассматривание иллюстраций, беседа.
	2	Развитие навыков общения со взрослыми и ровесниками.	Упр. в обращении с просьбой, составление диалогов.
	2	Учить узнавать знакомые предметы среди других.	Д/И «Найди свою игрушку».

### **Шчетверть.**

<b>Дата</b>	<b>Часы</b>	<b>Тема</b>	<b>Виды работы</b>
	2	Ориентировка на плоскости.	Расположение предметов на плоскости по подражанию, в указанном направлении (вверху, внизу, слева,

			справа).  Нахождение середины листа, краёв, углов (верхний, нижний, левый, правый).  Разрезные картинки, пазлы.
	2	Развитие анализаторов.	Д/И «Тёплый-холодный», «Твёрдый-мягкий», «Гладкий-шершавый».
	2	Развитие мелкой моторики кисти и пальцев рук, навыков письма	Упр. на развитие динамической координации рук в процессе выполнения одновременно организованных движений.  Навинчивание гаек.  Рисование узора, соединяя точки.
	2	Развитие наблюдательности при восприятии различного материала.	Нахождение и выделение в тексте (наборе значков) заданной буквы, цифры, формы.  Таблицы с изображением предметов с недостающими деталями.
	2	Развитие памяти.	Игра «Что

			изменилось?».  Игра на развитие слуховой памяти «Чудесные слова».
	2	Овладение общими понятиями, мыслительными операциями	Серии картинок, связанных одним сюжетом.  Картинки с изображением нелепых ситуаций. «Что не правильно?».
	2	Знакомство с литературными произведениями.	Чтение книги «А что у вас?»  Беседа о профессиях.
	2	Формирование социально правильного поведения	Сюжетно-ролевая игра по правилам дорожного движения.  «Светофор».
	1	Развитие навыков общения со взрослыми и ровесниками.	Д/И «В поликлинике».

#### **IV четверть.**

<b>Дата</b>	<b>Часы</b>	<b>Тема</b>	<b>Виды работы</b>
	2	Ориентировка во времени.	Дни недели. Чтение стихотворения «Мы спросили у Емели».  Соотнесение



			расписания уроков с днями недели.
	2	Развитие мелкой моторики, навыков письма, артикуляторной моторики.	Лепка знакомых букв и цифр. Рисование лабиринтов, узоров, штриховок. Упр. на регуляцию мышечного тонуса рук.
	2	Развитие наблюдательности при восприятии различного материала.	Таблицы с изображением предметов с недостающими деталями. Д/И «Что неправильно нарисовал художник».
	2	Развитие памяти.	Разучивание стишков на слух, по пиктограмме.
	2	Овладение общими понятиями, мыслительными операциями.	Назови одним словом. Д/И «Четвёртый лишний» Что может быть таким? Продолжи ряд.
	2	Формирование представлений о предметах и явлениях окружающего мира.	Развивающие игры «Природа вокруг нас».
	1	Формирование социально-	Правила

		правильного поведения.	поведения в общественных местах (обыгрывание ситуаций).
--	--	------------------------	---

Приложение 2.

**Пример итогового протокола наблюдения за свободным поведением ребенка**

Параметры поведения	Наблюдение
Перемещение по комнате	Постоянно передвигается по комнате, нигде не задерживаясь
Движения	Подпрыгивает при ходьбе; трясет руками, перебирает пальцами; мышцы напряжены
Мимика	Лицо амимичное: «застывшее» выражение лица; иногда улыбается
К каким предметам подходит, берет; что с ним делает	Предпочитает: 1) предметы небольшого размера (детали от конструктора, кольца пирамидки) – сжимает их в руке, перебирает; 2) предметы, издающие звуки (погремушка); 3) предметы, приятные на ощупь (резиновый мячик, мешочек с песком) – сжимает, перебирает,

	прислушивается
Спонтанные самостоятельные вокализации, слова, предложения	Вокализации (тянет гласные звуки) – почти постоянно
Настроение и эмоциональные реакции	Ровное настроение; нет видимых проявлений эмоций
Как реагирует на приближение другого человека	Продолжает заниматься тем, чем занимался до этого
Спонтанный взгляд на другого	Взгляд в сторону другого при обращении по имени; нет спонтанного взгляда в глаза
Реакция на тактильный контакт	Нравится, когда кружат, качают – подходит, тянется к взрослому
Реакция на попытку вмешаться в занятие	Уход
Спонтанное взаимодействие с другим человеком	Обращается за помощью – тянет за руку взрослого, если не может достать привлекательный предмет
На какие предметы, предложенные взрослым, обратил внимание	Пузыри, пианино, «звучащая» книга, мозаика
Реакция на комментирующую речь взрослого	Нет видимого изменения поведения

**Карта сопровождения**

**Коррекционная работа**

*Фамилия:*

*Имя:*

*Учреждение образования*

*Класс*

*Мнение специалиста (индивидуальная коррекция)*

---

---

---

---

---

<i>Сильные стороны ребенка</i>	<i>Слабые стороны ребенка</i>
--------------------------------	-------------------------------

--	--

*Динамика коррекционного обучения*

За прошедший период с \_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_ произошли следующие изменения: \_\_\_\_\_

---

---

---

**Рекомендовано:** \_\_\_\_\_

---

---