

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования, науки и молодежи Республики Крым
Отдел образования, молодежи и спорта
Администрации Раздольненского района Республики Крым
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ручьёвская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО
на заседании ППк
Протокол № 01
от 28.08.2025 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора (УВР)
_____ Вуйчич Е.А.
от 28.08.2025 г.

УТВЕРЖДЕНО
и.о. директора МБОУ
«Ручьёвская школа»
_____ Бутыльский А.Е.
Приказ №227-ОД
от 28.08.2025 г.

**Адаптированная рабочая программа
по внеурочной деятельности
«Психомоторика»
3 класс
на 2025/2026 учебный год**

Составила: учитель высшей категории
Сумина-Асатова А.Т.

с. Ручьи, 2025 год

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа психомоторики 3 класс (четвертый год обучения) составлена для обучающегося с легкой степенью умственной отсталости и нарушениями опорно-двигательного аппарата (вариант 6.3), Колесника Ильи, разработана на основе:

1. Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции Федерального закона №304-ФЗ).

2. Приказа Минпросвещения России от 24.11.2022г. №1023 (зарегистрировано от 21.03.2023г. №72654) «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

3. Приказа Минобрнауки РФ от 19.12.2014 № 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (зарегистрирован Минюстом России 3 февраля 2015 г, регистрационный №35847).

4. Приказа Минобрнауки РФ от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» (зарегистрирован Минюстом России 3 февраля 2015 г, регистрационный №35850).

5. Примерной Адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1).

6. Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым, Министерства здравоохранения Республики Крым от 3 марта, 16 марта 2016 г. N 281/365 "Об утверждении Положения об организации обучения на дому или в медицинской организации обучающихся, нуждающихся в длительном лечении, а также детей-инвалидов по программам начального общего, основного общего и среднего общего образования в Республике Крым".

7. Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Цели рабочей программы: коррекция недостатков познавательных и эмоциональных процессов, моторных и сенсорных функций, обучающихся с нарушением интеллекта, на основе создания оптимальных условий познания ребенком каждого объекта, его свойств, качеств, признаков.

Достижение цели обеспечивается решением следующих задач:

- создать оптимальные условия для развития сенсомоторных процессов; обогащать сенсорный опыт с учётом индивидуальных психофизических особенностей учащихся;
- развивать общую и ручную моторику, их зрительно-двигательную координацию и ориентацию в пространстве;
- корректировать психические процессы (восприятия, внимания, памяти, мышления, воображения), обеспечивающие учащимся успешность всех компонентов учебно-познавательной деятельности;
- воспитывать культуру речевого общения.

Количество часов на год по программе – 34 ч.

Количество часов в неделю: аудиторная нагрузка – 1 ч., что соответствует школьному учебному плану.

Содержание учебного предмета

Диагностика. Развитие моторики, графомоторных навыков.

Развитие меткости (игры: «Кольцеброс», «Попади в цель»). Обучение целенаправленным действиям по трёх- четырёхзвенной инструкции. Пальчиковая гимнастика с речевым сопровождением. Совершенствование точности мелких движений рук (завязывание, развязывание, застегивание). Обводка предметных изображений и геометрических фигур по контуру, штриховка в разных направлениях. Рисование бордюров по опорным точкам. Дорисовывание незаконченных геометрических фигур, изображений. Рисование бордюров по образцу. Графический диктант

(зрительный и на слух). Вырезание ножницами из бумаги по контуру предметных изображений. Работа в технике объёмной и рваной аппликации.

Тактильно-двигательное восприятие.

Определение предметов на ощупь, выделение разных свойств и качеств (мягкие, жёсткие, мелкие, крупные). Нахождение на ощупь контура нужного предмета из 3- 4 предложенных. Восприятие поверхности на ощупь (гладкая, шершавая, колючая, пушистая). Развивающие игры.

Развитие зрительного восприятия и зрительной памяти.

Совершенствование зрительно-двигательной координации рук и глаз. Нахождение отличительных и общих признаков на наглядном материале (сравнение двух картинок). Тренировка зрительной памяти. Составление картинки из разрезных частей. Упражнения для профилактики и коррекции зрения.

Развитие слухового восприятия и слуховой памяти.

Определение направления звука в пространстве (справа — слева — спереди — сзади). Выполнение действий по звуковому сигналу. Различение музыкальных и речевых звуков по высоте тона. Различение мелодий по темпу. Развитие чувства ритма.

Восприятие пространства.

Ориентировка в пространстве (в помещении и на улице), вербализация пространственных отношений с использованием предлогов. Моделирование пространственного расположения мебели в комнате. Ориентировка на листе бумаги. Расположение предметов в вертикальной и горизонтальной части листа. Ориентировка на листе бумаги разного размера, прикреплённом к доске (вертикальное поле листа).

Восприятие времени.

Длительность временных интервалов (1 мин, 5 мин, 1 ч). Определение времени по часам с точностью до 5 минут. Времена года, их смена. Порядок месяцев. Объёмность времени (сутки, неделя, месяц, год).

Восприятие особых свойств предметов (развитие осязания, обоняния, вкусовых качеств, барических ощущений).

Развитие осязания, словесное обозначение. Различение пищевых запахов и вкусов, их словесное обозначение. Определение различных свойств веществ (твёрдость, сыпучесть, растворимость, вязкость). Измерение объёма сыпучих тел с помощью условной меры. Развитие дифференцированных ощущений чувства тяжести (тяжелее — легче).

Кинестетическое и кинетическое развитие.

Формирование ощущений от статических и динамических поз различных мелких частей лица и тела. Выразительность движений (имитация повадок животных, инсценирование школьных событий).

Восприятие формы, величины, цвета; конструирование предметов.

Соотнесение геометрических фигур с предметами окружающей обстановки. Комбинирование разных форм из геометрического конструктора по инструкции. Сравнение и обозначение словом величин разных предметов по двум параметрам (длинный и широкий, узкий и короткий). Составление сериационных рядов по величине из 4—5 предметов. Цветовой спектр. Тёплые и холодные цвета. Составление сериационного ряда из 4- 5 кругов разной насыщенности одного цвета. Узнавание предмета по его отдельным частям. Составление изображения из мелких деталей (пазлы).

Планируемые результаты освоения адаптированной программы

Программа обеспечивает достижение учащимися 3 класса личностных результатов:

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

- 5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, в том числе владение вербальными и невербальными коммуникативными компетенциями, использование доступных информационных технологий для коммуникации;
- 7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нём, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- 9) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 10) способность к осмыслению картины мира, её временно – пространственной организации; формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;
- 11) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 12) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания чувствам других людей;
- 13) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

14) проявление готовности к самостоятельной жизни.

Программа обеспечивает достижение учащимися 3 класса базовых учебных действий:

1. Личностные учебные действия:

- Положительное отношение к обучению, занятиям.
- Осознание себя как ученика, одноклассника, друга.
- Самостоятельность в выполнении учебных заданий и поручений.
- Понимание личной ответственности за свои поступки.
- Положительное отношение к окружающей действительности.
- Готовность к безопасному поведению на занятиях, в школе.

2. Коммуникативные учебные действия:

- умение вступать в контакт и работать в коллективе.
- способность использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем.
- способность слушать и понимать инструкцию к учебному заданию.
- способность сотрудничать с взрослыми и сверстниками в различных социальных ситуациях.
- обращаться за помощью и принимать помощь.
- договариваться и изменять своё поведение с учётом поведения других участников спорной ситуации.

3. Регулятивные учебные действия:

- входить и выходить из учебного помещения со звонком;
- ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения);
- пользоваться учебной мебелью;
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из – за парты и т.д.);
- работать с учебными принадлежностями (инструментами) и организовывать своё рабочее место;
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать её с учётом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учётом выявленных недочётов;

4. Познавательные учебные действия:

- выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- наблюдать; работать с информацией (понимать изображение, устное высказывание, предъявленное на бумажных и электронных носителях);

К концу обучения в 2 классе учащиеся должны уметь:

Минимальный уровень:

- Выполнять действия по трехзвенной инструкции педагога (под контролем и с помощью педагога).
- Дорисовывать незаконченные изображения (под контролем и с помощью педагога).
- Группировать предметы по двум заданным признакам формы, величины или цвета, обозначать их словом (под контролем и с помощью педагога).
- Составлять цветовую гамму от темного до светлого тона (под контролем и с помощью педагога).
- Конструировать предметы из 5 деталей, геометрических фигур (под контролем и с помощью педагога).
- Определять на ощупь поверхность предметов, обозначать в слове качества и свойства предметов (под контролем и с помощью педагога).
- Зрительно дифференцировать 2 предмета по неярко выраженным качествам, определять их словом (под контролем и с помощью педагога).
- Различать запахи и вкусовые качества, называть их (под контролем и с помощью педагога).
- Сравнить предметы по тяжести на глаз, взвешивая на руке (под контролем и с помощью педагога).
- Действовать по звуковому сигналу (под контролем и с помощью педагога).
- Ориентироваться на плоскости и в пространстве (под контролем и с помощью педагога).
- Определять время по часам (под контролем и с помощью педагога).

Достаточный уровень:

- Целенаправленно выполнять действия по трех- и четырехзвенной инструкции педагога.
- Дорисовывать незаконченные изображения.
- Группировать предметы по двум заданным признакам формы, величины или цвета, обозначать их словом.
- Составлять цветовую гамму от темного до светлого тона разных оттенков.
- Конструировать предметы из 5—6 деталей, геометрических фигур.
- Определять на ощупь поверхность предметов, обозначать в слове качества и свойства предметов.
- Зрительно дифференцировать 2—3 предмета по неярко выраженным качествам, определять их словом.
- Классифицировать предметы и явления на основе выделенных свойств и качеств.
- Различать запахи и вкусовые качества, называть их.
- Сравнить предметы по тяжести на глаз, взвешивая на руке.
- Действовать по звуковому сигналу.
- Адекватно ориентироваться на плоскости и в пространстве; выражать пространственные отношения с помощью предлогов.
- Определять время по часам.

Тематическое планирование

№	Тема	Количество часов
---	------	------------------

п/п		
1.	Диагностика.	3ч
2.	Развитие моторики, графомоторных навыков.	7ч
3.	Тактильно-двигательное восприятие.	2ч
4.	Развитие зрительного восприятия и зрительной памяти.	2ч
5.	Развитие слухового восприятия и слуховой памяти.	2ч
6.	Восприятие пространства.	2ч
7.	Восприятие времени.	2ч
8.	Восприятие особых свойств предметов (развитие осязания, обоняния, вкусовых качеств, барических ощущений).	5ч
9.	Кинестетическое и кинетическое развитие.	2ч
10.	Восприятие формы, величины, цвета, конструирование предметов.	7ч
	Всего за год	34 ч.

Календарно - тематическое планирование

№ п/п	Название раздела, темы	Дата проведения		Примечание
		по плану	по факту	
1.	Диагностика уровня развития психомоторики и сенсорных процессов			
2.	Диагностика уровня развития психомоторики и сенсорных процессов			
3.	Диагностика уровня развития психомоторики и сенсорных процессов			
4.	Развитие меткости.			
5.	Обучение целенаправленным действиям по трех-четырёх звенной инструкции.			
6.	Пальчиковая гимнастика с речевым сопровождением.			
7.	Совершенствование точности мелких движений рук.			
8.	Обводка предметных изображений и геометрических фигур по контуру, штриховка в разных направлениях.			
9.	Рисование бордюров по опорным точкам.			
10.	Дорисовывание незаконченных геометрических фигур, изображений.			
11.	Работа в технике объёмной и рваной аппликации.			
12.	Определение предметов на ощупь, выделение разных свойств и качеств (мягкие, жёсткие, крупные, мелкие).			
13.	Нахождение на ощупь контур нужного предмета.			
14.	Восприятие поверхности на ощупь (гладкая, шершавая, колючая, пушистая).			
15.	Развитие чувства ритма.			
16.	Ориентировка в пространстве, вербализация пространственных отношений с использованием предлогов.			
17.	Моделирование пространственного расположения мебели в комнате.			
18.	Расположение предметов в вертикальной и горизонтальной части листа.			
19.	Ориентировка на листе бумаги разного размера, прикрепленном к доске (вертикальное поле листа).			
20.	Развитие осязания, словесное обозначение.			
21.	Различение пищевых запахов и вкусов, их словесное обозначение.			
22.	Определение различных свойств веществ (твёрдость, сыпучесть, растворимость, вязкость).			
23.	Измерение объёма сыпучих тел с помощью			

	условной меры.			
24.	Развитие дифференцированных ощущений чувства тяжести.			
25.	Развитие осязания, словесное обозначение.			
26.	Формирование ощущений от статических и динамических поз различных мелких частей лица и тела.			
27.	Выразительность движений.			
28.	Составление сериационных рядов по величине из 4 – 5 предметов.			
29.	Цветовой спектр. Тёплые и холодные цвета.			
30.	Составление сериационного ряда из 4 – 5 кругов разной насыщенности одного цвета.			
31.	Узнавание предмета по его отдельным частям.			
32.	Составление изображения из мелких деталей.			
33.	Объёмность времени (сутки, неделя, месяц, год).			
34.	Диагностика уровня развития психомоторики и сенсорных процессов.			

Ознакомлена _____ Колесник Т.В.

Лист коррекции рабочей программы

№ п/п	Название раздела, темы	Тема занятия	Дата проведения по плану	Причина корректировки	Корректирующие мероприятия	Дата проведения по факту