

Министерство образования Свердловской области
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области
«Североуральская школа-интернат, реализующая адаптированные основные
общеобразовательные программы»



Утверждаю:
Директор ГБОУ СО
«Североуральская школа-интернат»
Е.И.Злобина
приказ № 98 от «31» августа 2026 г.

Рабочая программа
по внеурочной деятельности «Умные движения» 3 класс
АООП образования обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями) (вариант 2)

Составитель: Н.А.Стракович
учитель

Рассмотрено на заседании
Школьного методического объединения
Протокол № 1
от «26» августа 2026 г.

Согласовано:
Зам. директора по УВР
Н.Е. Иванова
«26» августа 2026г.

Североуральск
2026 г.

Целевой раздел

Нормативно-правовое обеспечение предмета

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) Приказ Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)";
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
5. Федеральный перечень учебников, рекомендованных (допущенных) Министерством образования и науки РФ к использованию в образовательном процессе в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях на учебный год;
6. Закон Свердловской области от 15 июля 2013 года № 78-ОЗ «Об образовании в Свердловской области»;
7. Закон Свердловской области от 23.10.1995 № 28-ОЗ «О защите прав ребенка» (с последующими изменениями и дополнениями);
8. Постановление Главного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
9. Устав государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Свердловской области «Североуральская школа-интернат, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы» утвержденный Приказом Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 10.01.2020г. № 20-Д «Об утверждении устава государственных бюджетных учреждений Свердловской области»;
10. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ОО (приказ № 92 от 31.08.2023 г.);

11. АООП НОО обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.3.) (в соответствии с ФГОС НОО ОВЗ) приказ №76 от 29.08.2024 г.;

12. АООП НОО обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.4.) (в соответствии с ФГОС НОО ОВЗ) приказ №76 от 29.08.2024 г.;

13. Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 г. № 1026.

14. Приказ Минпросвещения России от 06.11.2024 № 779 «Об утверждении перечня документов, подготовка которых осуществляется педагогическими работниками при реализации основных общеобразовательных программ, образовательных программ среднего профессионального образования».

Пояснительная записка

Нейрогимнастика - это комплекс телесно-ориентированных упражнений, позволяющих через тело мягко воздействовать на мозговые структуры. Благодаря нейрогимнастике оптимизируются интеллектуальные процессы, повышается работоспособность, улучшается мыслительная деятельность, синхронизируется работа полушарий головного мозга, снижается утомляемость, восстанавливается речевая функция, повышается иммунная система, улучшается память, внимание, мышление.

Нейрогимнастика – это упражнения, которые активизируют полноценную работу левого и правого полушария головного мозга, помогают управлять эмоциональной, физической и умственной жизнью.

Распределение активности между полушариями постоянно чередуется. Максимальная же эффективность работы мозга (творчество, интуитивные прозрения) достигается в моменты одновременной активности обоих Главными задачами для настройки и подготовки мозга к работе будут восстановление связи и баланса активности между левым и правым полушарием мозга (в большинстве случаев активизация правого полушария);

а также восстановление связи и баланса активности между передней и задней частями мозга.

Данная гимнастика способствует лучшему восприятию информации, что важно для успешного обучения в школе.

Нейрогимнастика необходима детям:

- возбудимым, с нарушенным вниманием;
- агрессивным;
- тревожным, неуверенным;
- с плохой координацией;
- с речевыми нарушениями;
- которым трудно овладевать школьными навыками: чтением, счетом, письмом.

Цель:

развитие двигательных, эмоциональных и поведенческих реакций детей, активация природных механизмов работы мозга с помощью физических упражнений, объединение движения и мысли; оптимизация функционального статуса глубинных образований мозга и межполушарной организации процессов развития ребенка младшего школьного возраста с ТМНР

Задачи:

- развитие произвольного внимания и саморегуляции
- формирование сенсомоторного контроля;
- развитие мелкой моторики;
- развитие интеллектуальной деятельности
- развивать коммуникативно-речевые навыки
- развивать эмоциональную сферу
- обогатить сенсорный опыт

- компенсировать дефицит моторного развития
- формировать пространственно-временные представления
- развивать межполушарное взаимодействие
- развивать высшие психические функции

В результате реализации программы планируется достижение следующих результатов:

Личностные результаты:

развитие адаптационных возможностей ребенка, формирование коммуникативных навыков, способностей саморегуляции. Развитие памяти, внимания, мышления, речи.

Метапредметные результаты:

умение устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение и делать выводы; развитие творческого подхода к решению задач.

Содержательный раздел

Учебно-тематическое планирование

1 час в неделю, 34 часа в год

№	Тема урока	Кол- во часов
	1 четверть	8
1	Упражнения на внимание «Сделай по примеру»	3
2	Упражнения «Учим буквы»	3
3	«Лево-право»	2
	2 четверть	8
4	«Буквы и ладошки»	4
5	«Покажи двумя руками»	4
	3 четверть	10
6	«Учим цифры»	3
7	«Назови все буквы»	3
8	«Назови все цифры»	3

9	«Нарисуй по образцу»	1
	4 четверть	8
10	«Сделай по образцу»	3
11	Упражнения на крупную моторику рук	2
12	«Одновременное рисование двумя руками»	3
	Итого	34 часа

Материально-техническое обеспечение

Дидактические материалы: карточки, фломастеры на водной основе