

казенное общеобразовательное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
«Урайская школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

Рассмотрена на заседании
методического совета
школы-интерната
Протокол от «30» 08. 2023 г.
№ 1

УТВЕРЖДЕНА
приказом директора КОУ «Урайская
школа-интернат для обучающихся с
ограниченными возможностями
здоровья»
от «31» 08. 2023 г. № 381

Адаптированная рабочая программа по коррекционному курсу
ДВИГАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ
7г класс (2 вариант)
на 2023-2024 учебный год

Разработала: Латыпова Г.Р.
учитель по физической культуре

г. Урай, 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по коррекционному курсу «Двигательное развитие» составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и на основании следующих **нормативно-правовых документов**:

Федеральным законом Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года;

Приказ Минобрнауки от 30 августа 2013 года №1015 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего, среднего общего образования».

Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014г. №1599 «Об утверждении Федерального Государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 09.02.2015 № 8 «Об утверждении СанПиН 2.4.3259-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей» и др.

Рабочая программа разработана на основе Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Рабочая программа так же реализуется при обучении с применением дистанционных технологий, руководствуясь положением № 108 от 20.03.2020 об организации образовательного процесса с использованием дистанционных технологий.

АООП (II вариант) образования обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью, ТМНР.

Уставом КОУ «Урайской школы-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».

Двигательное развитие - это поэтапный процесс: от накопления двигательных ощущений к их дифференциации с учетом пространственной ориентировки и доступных способов передвижения. Важным мотивом, повышающим уровень двигательной активности, является потребность к взаимодействию с окружающей действительностью доступным обучающемуся способом.

Цель программы: Формирование мотивации к двигательной активности; поддержка и развитие имеющихся движений, расширение диапазона произвольных движений и профилактика возможных двигательных нарушений.

Задачи программы

Образовательные задачи:

- овладение доступными способами обучения (совместно, по подражанию, по инструкции)
- Формирование навыка ориентировки в схеме собственного тела, в пространстве.

Развивающие задачи:

- развитие двигательных качеств (быстроты, ловкости, гибкости, выносливости, точности движений, мышечной силы, двигательной реакции).
- обогащение словарного запаса.

Воспитательные задачи:

- воспитание положительное отношение к учителю, эмоционально-положительные проявления к сотрудничеству
- воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями.
- формирование у учащихся осознанного отношения к своему здоровью и мотивации к здоровому образу жизни.

Общая характеристика коррекционного курса

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций человека (дыхание, работа сердечно-сосудистой системы и других внутренних органов). У большинства детей с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся. Поэтому работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков является целью данного коррекционного курса. Целенаправленное двигательное развитие в рамках курса происходит на специально организованных занятиях. Развитие двигательных способностей обучающихся с детским церебральным параличом тесно связано с работой по профилактике развития у них паталогических состояний. В ходе работы тело ребенка фиксируется в таких позах (горизонтальных, сидячих, вертикальных), которые снижают активность паталогических рефлексов, обеспечивая максимально комфортное положение ребенка в пространстве и возможность осуществления движений. Придание правильной позы и фиксация обеспечивается при помощи специального оборудования и вспомогательных приспособлений с соблюдением индивидуального режима. Такая работа организуется в физкультурном зале, в классе и дома в соответствии с рекомендациями врача-ортопеда и специалиста по лечебной физкультуре. Обеспечение условий для придания и поддержания правильного положения тела создает благоприятные предпосылки для обучения ребенка самостоятельным движениям, действиям с предметами, элементарным операциям самообслуживания, способствует развитию познавательных процессов.

Описание места коррекционного курса в учебном плане

В соответствии с учебным планом КОУ «Урайской школы-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» коррекционный курс «Двигательное развитие» входит в коррекционно-развивающую область учебного плана, рассчитана 1 раз в неделю. В год 34 недели. Всего в год 34 раз. Курс может проводиться в разных оздоровительных средах: в спортзале, в классе, на прогулке, на дому. Материально-техническое оснащение и дидактический материал может использоваться аналогично предмету «Адаптивная физкультура», а также состоять из дополнительных наборов спортивного инвентаря, безопасного для жизни обучающихся (мячи, маты и т.д.).

Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (вариант 2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения программы представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

Личностные (создание предпосылок):

- использование невербальных средств коммуникации в конкретной ситуации взаимодействия со знакомыми сверстниками и взрослыми, - проявление интереса и личного отношения (интересно-неинтересно, приятно-неприятно) к различным видам двигательной деятельности, подвижным играм;
- проявление желания действовать по собственному желанию;
- готовность к положительным, бесконфликтным формам взаимодействия со взрослыми и сверстниками при выполнении упражнений, при проведении подвижных игр;

- готовность к положительным формам взаимодействия со взрослыми и сверстниками, положительное отношение к помощи педагога.

Предметные (создание предпосылок для):

- понимания пространственных представлений: «выше», «ниже», «за», «под», «над» и т.д.

- умения ориентироваться в помещении по инструкции педагога,

- умения ориентироваться в схеме тела;

- формирования представлений о правильной осанке, о правильном дыхании,

- формирование представлений о последовательности действий при осуществлении личной гигиены и закреплении этих представлений на практике.

- развития двигательных функций (способности к самостоятельному передвижению), формирования фонда жизненно важных движений, игровой деятельности - коррекции нарушений в движениях (нарушение координации, ориентировке в пространстве, равновесия и т.д.);

- расширения объема мышечно-двигательных представлений и двигательной памяти;

- выполнения комплексов по двигательному развитию сопряженно с педагогом, на основе демонстрации (самостоятельно, с помощью, со значительной помощью).

Формирование базовых учебных действий

- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с некий эстетическому ее восприятию;

- использовать принятые ритуалы социального взаимодействие с одноклассниками и учителем;

- обращаться за помощью и принимать помощь;

- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;

- сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми.

Содержание программы

Содержание программного материала занятий коррекционного курса состоит из разделов:

- «*Основы знаний о технике безопасности, личной гигиене*»;

- «*Коррекционные двигательные упражнения способы передвижения*»: Ползание. Передвижение на четвереньках по коридору шириной 20—25 см, по гимнастической скамейке. Лазание, перелезание. Произвольное лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек.

Подлезание под препятствие и перелезание через горку матов и гимнастическую скамейку.

- «*Коррекция и профилактика развитие мелкой моторики*»: нарушений осанки, сколиозов; координация движений, развитие крупных движений; развивающие упражнения, работа с дидактическими пособиями для развития мелкой моторики;

- «*Ориентировка в пространстве, в схеме тела*» - шаги, построения;

- «*Подвижные коррекционные игры* ».

Содержание программного материала занятий коррекционного курса для 2 класса состоит из большого количества подготовительных, и коррекционных упражнений, а также подвижных игр коррекционной направленности, упражнений на развитие мелкой и общей моторики.

Удержание головы в положении лежа на спине (на животе, на боку (правом, левом), в положении сидя. Выполнение движений головой:

наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на

спине/животе, стоя или сидя), «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки). Выполнение движений руками: вперед,

назад, вверх, в стороны, «круговые». Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание. Выполнение движений плечами. Опора на предплечья, на кисти рук. Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы), одной рукой (от груди, от уровня колен, из-за головы). Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой). Ловля мяча на уровне груди (на уровне колен, над головой). Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину. Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках). Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине». Вставание на колени из положения «сидя на пятках». Стояние на коленях. Ходьба на коленях. Вставание из положения «стоя на коленях». Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад. Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры), по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры), по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры). Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе). Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом). Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево). Прыжки на одной ноге. Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега).

Раздел	Кол. часов
Основы знаний о технике безопасности, личной гигиене	2
Коррекционные двигательные упражнения способы передвижения	10
Коррекция и профилактика осанки. Развитие мелкой моторики.	6
Ориентировка в пространстве, в схеме тела	6
Подвижные и коррекционные игры	10
Всего	34

Критерии оценки умений и навыков обучающихся

В соответствии с требованиями ФГОС к адаптированной основной образовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2) результативность обучения может оцениваться только строго индивидуально с учетом особенностей психофизического развития и особых образовательных потребностей каждого обучающегося.

Учебно-методический комплекс

Материально-техническое обеспечение

Гимнастический зал площадью 70,7 кв.м, оснащен спортивной скамьей, велотренажером, беговой дорожкой, тренажер для стоп, шведской стенкой, мягкими модулями «Фантазер», спортивными скамьями и матами. Имеются лыжи, снегоступы и тюбинги, наборы для игры «Бочче», теннисный стол, а также мелкий спортивный инвентарь — мячи, скакалки, обручи, гантели, ядра для метания разного веса, велосипеды (5), самокаты (6), тренажер педальный, батут спортивный (2), тренажер сгибания и разгибания пальцев.

На территории школы оборудована уличная универсальная спортивная площадка с баскетбольными щитами, волейбольными стойками, воротами для мини-футбола, покрытие площадки – «травка», беговая дорожка.

Рекомендуемая литература

Вайзман Н. П. Психомоторика умственно отсталых детей / Н. П. Вайзман. — М., 1977.

Дмитриев А. А. Коррекция двигательных нарушений у учащихся вспомогательной школы средствами физического воспитания /

А. А. Дмитриев. — Красноярск, 1987.

Кузнецов В. С. Физкультурно-оздоровительная работа в школе: метод. пособие / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. — М., 2003.

Мастюкова Е. М. Физическое воспитание детей с церебральным параличом / Е. М. Мастюкова. — М.: Просвещение, 1991.

Матвеев А. П. Физическая культура: учеб. для 1 кл. / А. П. Матвеев. — М.: Просвещение, 2002.

Мозговой В. М. Основы олигофренопедагогики: учеб. пособие / В. М. Мозговой, И. М. Яковлева, А. А. Еремина. — М.: Академия, 2006.

Мозговой В. М. Развитие двигательных возможностей учащихся с нарушением интеллекта в процессе физического воспитания / В. М. Мозговой. — М.: Олма-Пресс, 2001.

Осинцев В. В. Лыжная подготовка в школе: 1—11 кл.: метод. пособие / В. В. Осинцев. — М.: Владос-Пресс, 2001.

Черник Е. С. Физическая культура во вспомогательной школе / Е. С. Черник. — М.: Просвещение, 1997.

Календарно тематическое планирование.

№ ур ка	Тема	Кол. часов	Дата		Формируемые представления	Содержание. Основные виды деятельности
			план	факт		
1.	Вводный урок. Техника безопасности. Ходьба: - парами и по кругу, взявшись за руки - обычная ходьба в умеренном темпе в колонне по одному	1	01.09		Личная гигиена, техника безопасности. Начальные сведения о физической культуре. Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег.	Принятие исходного положения для построения и перестроения. Основная стойка. ОРУ без предметов. Корригирующие дыхательные упражнения: произвольный вдох (выдох) через рот (нос).
2.	Ходьба и бег. Движение предплечий и кистей рук. Захват предметов. Игра: «Аист ходит по болоту»	2	08.09 15.09		Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Построение в шеренгу по одному. ОРУ с предметами. Взаимодействуют друг с другом в группе Закрепляют двигательные навыки
3.	Наклоны туловищем в разных плоскостях. Передача предметов. Бросание мяча двумя руками (от груди) Ловля мяча на уровне груди	3	22.09 29.09 06.10		Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ползание. Развитие координационных способностей и гибкости. Развитие мелкой моторики рук.	Построение в колонну по одному. ОРУ с предметами. Корригирующие упражнения: одновременное (поочередное) сгибание (разгибание) пальцев
4.	Прыжки - на двух ногах на месте и с продвижением, - перепрыгивание через линию	2	13.10 20.10		Развитие скоростно-силовых способностей. Развитие мелкой моторики рук	Построение в шеренгу. Перестроение из шеренги в круг. ОРУ с предметами. <i>Основные движения:</i> Прыжки на двух ногах на месте Корригирующие упражнения:

	Игра: «Кошка и мышки».					противопоставление первого пальца остальным на одной руке (одновременно двумя руками).
5.	Техника безопасности. Катание ступнями массажных мячей. Подвижные игры с бегом Игра: «Третий лишний»	2	27.10 10.11		Развитие скоростных способностей. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, ориентирования в пространстве зала.	Выполняют движения самостоятельно/с помощью по словесной инструкции, по показу.
6.	Общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками Игра: «Вот так позы»	2	17.11 24.11		Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ползание. Развитие координационных способностей и гибкости. Развитие мелкой моторики рук.	Построение в колонну по одному. ОРУ с предметами. Слушают и выполняют правила игры, взаимодействуют друг с другом в группе Закрепляют двигательные навыки
7.	Передача предметов: - предметов в шеренге (по кругу, в колонне). - Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку). Игра: «Запомни порядок»	4	01.12 08.12 15.12 22.12		Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, передача предметов. Развитие координационных способностей. Развитие мелкой моторики рук.	Построение в колонну, шеренгу. Размыкание и смыкание в колонне, шеренге. ОРУ с предметами.
8.	Техника безопасности. Ходьба в различных направлениях. Ходьба на месте с выполнением заданий Подвижные игры с прыжками	2	29.12 12.01		Общеразвивающие и корригирующие упражнения Развитие скоростно-силовых способностей.	Сюжетные ОРУ. Игра «Перепрыгни через ров». Коррекционная игра «Море, берег»
9.	Ходьба и бег Бег с изменением темпа и направления движения. Преодоление препятствий при ходьбе (беге). Игра: «Найди своё место»	2	19.01 26.01		Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем	Стойка ноги врозь. ОРУ с предметами. Ходьба и бег в колонне по одному за учителем с изменением темпа.
10.	Подвижные игры с мячом. Игра «Мой веселый звонкий мяч» Коррекционная игра «Раз, два, три – говори!»	2	02.02 09.02		Развитие скоростных и координационных способностей. Коррекционная игра для	Сюжетные ОРУ. Игра «Мой веселый звонкий мяч» Коррекционная игра «Раз, два, три – говори!»

					активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти.	
11.	Бросание мяча двумя руками (от груди). Самомассаж рук, головы, ног, живота. Упражнения с массажными мячами. Игра «передай мяч»	4	16.02 01.03 15.03 22.03		Развитие координационных способностей и гибкости. Развитие мелкой моторики рук.	Построение в круг. ОРУ с предметами. Корректирующие упражнения: противопоставление первого пальца остальным на одной руке
12.	Передача предметов: - предметов в шеренге (по кругу, в колонне). - Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку).	2	05.04 12.04		Построения и перестроения, общеразвивающие и корректирующие упражнения, передача предметов. Развитие координационных способностей. Развитие мелкой моторики рук.	Построение в колонну, шеренгу. Размыкание и смыкание в колонне, шеренге. ОРУ с предметами. Передача предметов в кругу. Корректирующие упражнения: Противопоставление пальцев одной руки пальцам другой руки поочередно (одновременно).
13.	Упражнения с гимнастической палкой. Подвижные игры с мячом Игра: «Запомни порядок»	3	19.04 26.04 03.05		Развитие скоростных и координационных способностей. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти.	Сюжетные ОРУ. Выполняют движения самостоятельно/с помощью по словесной инструкции, по показу.
14.	Ходьба и бег Бег с изменением темпа и направления движения. Преодоление препятствий при ходьбе (беге). Игра: «Аист ходит по болоту»	2	17.05 17.05		Построения, общеразвивающие и корректирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем	Стойка ноги врозь. ОРУ с предметами. Ходьба и бег в колонне по одному за учителем с изменением темпа.
15.	Дыхательные упражнения. Ходьба на месте и в движении с выполнением заданий Подвижные игры с прыжками Игра: «Вот так позы»	2	24.05 24.05		Общеразвивающие и корректирующие упражнения Развитие скоростно-силовых способностей. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти.	Сюжетные ОРУ. Игра «Перепрыгни через ров». Коррекционная игра «Море, берег»
Всего		34				

