

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Зарубинская общеобразовательная школа-интернат психолого – педагогической поддержки»

СОГЛАСОВАНО

Методическим объединением учителей
(протокол от « » августа 2024. № 1)

УТВЕРЖДЕНА

Приказом МБОУ «ЗОШИ»
от « » августа 2024 г. №

**Адаптированная рабочая программа
коррекционного курса
«Двигательное развитие»
для 8 класса
количество часов-34**

Программу составил Дудников А.В.

с. Зарубино

2024 год

Пояснительная записка

Данная рабочая программа разработана на основе:

1. Закона «Об образовании в РФ» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012);
2. Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
3. Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2).
4. Учебного плана МБОУ «ЗОШИ» на 2024-2025 учебный год.

Настоящая программа рассчитана на обучающихся с ОВЗ (интеллектуальными нарушениями), инвалидов (детей-инвалидов) (2 вариант).

Программа коррекционного курса «Двигательное развитие» входит в часть формируемую участниками образовательных отношений, коррекционно – развивающую область учебного плана для обучающихся с нарушением интеллекта (вариант 2) МБОУ «Зарубинская общеобразовательная школа – интернат психолого-педагогической поддержки».

Программа коррекционно-развивающих занятий рассчитана на 1 год обучения, 34 часа, 1 час в неделю. Продолжительность каждого занятия 40 минут.

Коррекционный курс «Двигательное развитие» осуществляет коррекцию недостатков двигательной, эмоционально-волевой познавательной сфер. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся.

Цель: работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

Задачи:

- мотивировать на двигательную активность;
- поддерживать и развивать имеющиеся движения;
- расширять диапазон движений и профилактировать возможные нарушения;
- осваивать новые способы передвижения, включая передвижение с помощью технических средств реабилитации.

Содержание обучения

Программно-методический материал включает 6 разделов: "Движения головы", "Движения рук", «Движения туловища», «Движения ног», «Повышение энергетического потенциала», «Общеразвивающие двигательные упражнения».

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства обучающихся с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся.

Вследствие органического поражения ЦНС у детей с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР процессы двигательных и других функций нарушены или искажены, поэтому для них невозможно четкое следование онтогенетической линии развития.

В ходе работы тело обучающегося фиксируется в таких позах (горизонтальных, сидячих, вертикальных), которые снижают активность патологических рефлексов, обеспечивая максимально комфортное положение обучающегося в пространстве и возможность реализации движений. Такая работа организуется в физкультурном зале, в классе и дома в соответствии с рекомендациями врача- и специалиста по лечебной физкультуре. Обеспечение условий для придания и поддержания правильного положения тела создает благоприятные предпосылки для обучения обучающегося самостоятельным движениям, действиям с предметами, элементарным операциям самообслуживания, способствует развитию познавательных процессов.

Содержание разделов

Название раздела
Движения головы - 1 час
Движения рук - 6 часов
Движения туловища - 6 часов
Движения ног - 11 часов
Повышение энергетического потенциала – 11 часов
Общеразвивающие двигательные упражнения - 5

Планируемые результаты освоения коррекционного курса «Двигательное развитие»

Личностные результаты:

- использование вербальных и 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 результаты для обучающихся:

- Развитие элементарных пространственных понятий
- Знание частей тела человека
- Знание элементарных видов движений
- Умение выполнять исходные положения
- Умение бросать, перекладывать, перекатывать.
- Умение управлять дыханием
- Расширение объема мышечно-двигательных представлений и двигательной памяти;
- Выполнение комплексов по двигательному развитию сопряженно с педагогом, на основе демонстрации (самостоятельно, с помощью, со значительной помощью).

Форма представления результатов

В процессе оценки достижения планируемых результатов используются такие методы, как наблюдение, анализа результатов деятельности. Наиболее рациональный способ предоставления результатов - описание достижений обучающихся за период обучения (набор компетенций, позволяющих соразмерно психическим и физическим возможностям максимально самостоятельно решать задачи, направленные на нормализацию жизни) в дневниках наблюдения и в форме характеристики за учебный год. Результаты, наблюдаемые педагогом, согласуются со специалистами и другими учителями, работающими с обучающимися, на ППк.

Календарно-тематическое планирование
«Двигательное развитие»

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения	Основные виды деятельности обучающихся	Примечание
<p>Движения головы:– 1 час БУД: Личностные: осознание себя как ученика, заинтересованного посещением урока, как одноклассника; Коммуникативные: вступать в контакт и работать в коллективе (учитель- ученик, ученик-ученик, ученик-класс, учитель-класс); Регулятивные: адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т.д.); Познавательные: использовать усвоенные логические операции в соответствии с индивидуальными возможностями</p>					
1.	Движения головой: наклоны, повороты вправо-влево, вперед-назад	1	05.09.24	Выполнение движений головой: наклоны, повороты в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя с помощью учителя, самостоятельно	
<p>Движения рук- 6 часов БУД: Личностные: гордиться достижениями собственными и других; Коммуникативные: использовать доступные средства информации для решения познавательных задач; Регулятивные: принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану; Познавательные: делать простейшие обобщения, сравнивать на наглядном материале</p>					
2.	Движения руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые» движения	1	12.09.24	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые» движения самостоятельно (с помощью) по словесной инструкции, по показу	
3.	Отжимание от лавочки до касания грудью	1	19.09.24	Тренировка опоры на кисти рук, отжимание от лавочки	
4.	Бросание мяча двумя руками (от груди, из-за головы)	1	26.09.24	Бросание мяча двумя руками (от груди, из-за головы)	
5.	Бросание мяча правой, левой рукой (от груди, из-за головы)	1	03.10.24	Бросание мяча одной рукой попеременно (от груди, из-за головы)	
6.	Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой)	1	10.10.24	Тренировка в отбивании мяча от пола двумя руками, затем одной рукой	
7.	Ловля мяча разными способами	1	17.10.24	Выполнение упражнений с мячом. Ловля	

				мяча на уровне груди, на уровне колен, над головой	
Движения туловища- 6 часов БУД: Личностные: уважительно относиться к другим людям; Коммуникативные: вступать в диалог и поддерживать его; Регулятивные: обладать готовностью к осуществлению самоконтроля; Познавательные: работать с несложной по содержанию и структуре информацией					
8.	Изменение позы в положении лежа, сидя, стоя: повороты и наклоны	1	24.10.24	Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину. Выполнение поворотов и наклонов в положении сидя, стоя	
9.	Вставание на четвереньки. Ходьба на четвереньках по кругу	1	07.11.24	Тренировка вставания на четвереньки, передвижение на четвереньках. Имитация движений животных (черепаха)	
10.	Сидение на стуле, наклоны вправо-влево	1	14.11.24	Тренировка правильной осанки в положении сидя на полу, опираясь на стену и на стуле, наклоны в стороны	
11.	Подъем туловища из положения "лежа"	1	21.11.24	Выполнение движений с помощью педагога и самостоятельно	
12.	Наклоны туловищем в разных плоскостях. Передача предметов	1	28.11.24	Выполнение наклонов назад, вперед с передачей предмета	
13.	Пролезание через обруч	1	05.12.24	Передвижение на животе. Имитация движений животных (змея)	
Движения ног- 11 часов БУД: Личностные: адекватно эмоционально откликаться на действия окружающих; Коммуникативные: вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия; Регулятивные: адекватно реагировать на внешний контроль, корректировать свою деятельность; Познавательные: делать простейшие обобщения, сравнивать на наглядном материале					
14.	Вставание из положения лежа на спине	1	12.12.24	Самостоятельное вставание из положения лежа на спине с опорой и без опоры	
15.	Вставание из положения «стоя на коленях». Ходьба на коленях	1	19.12.24	Тренировка удержания равновесия, стоя на коленях. Вставание из положения «стоя на	

				коленях». Ходьба на коленях	
16.	Движения ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад	1	26.12.24	Выполнение движений ногами, держась за опору и без опоры	
17.	Ходьба на носках, на пятках	1	16.01.25	Ходьба на носках, на пятках	
18.	Ходьба высоко поднимая бедро. Ходьба с захлестом голени	1	23.01.25	Тренировка ходьбы с высоким подниманием бедра. Ходьба с захлестом голени	
19.	Ходьба приставным шагом. Ходьба в приседе	1	30.01.25	Выполнение движений, ориентируясь на образец, заданный педагогом	
20.	Бег с высоким подниманием бедра. Бег с захлестом голени назад	1	06.02.25	Бег по ровной поверхности с высоким подниманием бедра и с захлестом голени назад, чередование с ходьбой	
21.	Бег приставным шагом правым, левым боком	1	13.02.25	Бег приставным шагом, передвигаясь левым или правым боком вперед	
22.	Прыжки на двух ногах с продвижением по кругу	1	20.02.25	Выполнение прыжков на двух ногах, с продвижением вперед, назад, вправо, влево, по кругу	
23.	Прыжки на одной ноге со скакалкой	1	27.02.25	Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед, назад, с использованием скакалки	
24.	Удары по мячу ногой с места, с нескольких шагов, с разбега	1	06.03.25	Выполнение ударов по мячу ногой с небольшого замаха, пройдя несколько шагов, с разбега	

Повышение энергетического потенциала – 5 часов

БУД:

Личностные: активно включаться в деятельность;

Коммуникативные: доброжелательно относиться, конструктивно взаимодействовать с взрослыми и одноклассниками;

Регулятивные: соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности;

Познавательные: выявлять закономерности и проводить аналогии

25.	Грудное, брюшное и полное дыхание в различных исходных положениях	1	13.03.25	Выполнение дыхательных упражнений через нос и рот с пропевкой звуков по показу и инструкции	
26.	Дыхательные упражнения с	1	20.03.25	Выполнение дыхательных упражнений с	

	воздушным шариком			использованием воздушного шарика	
27.	Согласование дыхания с движением	1	03.04.25	Выполнение упражнения «Дровосек» на согласование дыхания с движением	
28.	Самомассаж рук, головы, ног, живота	1	10.04.25	Выполнение самомассажа отдельных частей тела. Расслабление и напряжение мышц разных частей тела по показу. Выполнение упражнений на снятие мышечных зажимов	
29.	Катание ступнями массажных мячей	1	17.04.25	Массаж ступней с применением массажного шарика	
<p>Общеразвивающие упражнения двигательные упражнения – 5 часов</p> <p>БУД:</p> <p><u>Личностные:</u> гордиться достижениями собственными и других;</p> <p><u>Коммуникативные:</u> использовать доступные средства информации для решения познавательных задач;</p> <p><u>Регулятивные:</u> принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану;</p> <p><u>Познавательные:</u> делать простейшие обобщения, находить причинно-следственные связи</p>					
30.	Упражнения на равновесие. Ходьба по гимнастической скамье	1	24.04.25	Выполнение комплекса упражнений на равновесие	
31.	Упражнения на развитие гибкости, выполнение «мостика»	1	01.05.25	Выполнение упражнений «Кошечка», «Колечки, «»Мостик»	
32.	Общеразвивающие упражнения для всех групп мышц без предметов	1	08.05.25	Выполнение общеразвивающих упражнений на все группы мышц	
33.	Общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками	1	15.05.25	Выполнение упражнений для позвоночника с использованием гимнастической палки	
34.	Движения под музыку различного характера	1	22.05.25	Соблюдение последовательности простейших движений, изменение темпа	

Описание учебно-методического и материально- технического обеспечения

Для проведения занятий по двигательному развитию требуется специально организованная коррекционно-развивающая среда, к которой относятся:

- мягкие формы и приспособления для придания положения лежа, сидя, стоя;
- ограничители;
- гимнастические мячи различного диаметра,
- гимнастические палки;
- гимнастические коврики.

Учебно-методическая литература

1. Бабенкова Е.А. Методическое пособие «Как помочь детям стать здоровыми» 2003 г.
2. Дмитриев А. А. Физическая культура в специальном образовании: Учебное пособие для студ. высш. пед. учеб.заведений. - М.: Академия, 2002
3. Комплексная методика психомоторной коррекции. А.В. Семенович, Е.А. Воробьёва. – М.
4. Шапкова Л.В. Средства адаптивной физической культуры: Методические рекомендации по физкультурно-оздоровительным и развивающим занятиям детей с отклонениями в интеллектуальном развитии / Л. В. Шапкова ; ред. С. П. Евсеев. - М. : Сов.спорт, 2001. - 152 с.

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.