

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Уковская средняя общеобразовательная школа»

Рассмотрена:
протокол заседания
МОУ коррекционно-
развивающего цикла
от «23» августа 2024г. № 1
руководитель МОУ:
_____/Е.М.Яворская/

Согласовано:
заместитель директора
Е.Н. Ладанова /_____/
«23» августа 2024г.

УТВЕРЖДЕНА:
приказ № 113-од
от «23» августа 2024 г.
/_____/Чирская Е.В.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по предмету «Двигательное развитие»
по адаптированной основной общеобразовательной программе
для детей с ОВЗ (с легкой умственной отсталостью,
интеллектуальными нарушениями) (1 вариант)

Уровень общего образования:
основное общее образование/ 5-9 класс

Срок реализации программы 5 лет

Учитель: Лихопавлова Олеся Николаевна

Р.п.Ук, 2024

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа коррекционного курса «Двигательное развитие» для обучающихся 5 - 9 классов является приложением к Адаптированной основной общеобразовательной программе образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Цель: создание условий для работы по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способностей к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

Задачи:

Образовательные:

- мотивация двигательной активности;
- улучшение качества имеющихся движений;
- предупреждение нарушений имеющихся движений;
- развитие и закрепление функционально важных навыков, необходимых для использования в повседневной жизни;
- создание благоприятных предпосылок для обучения учащегося самостоятельным движениям и действиям с предметами;
- формирование и развитие жизненно необходимых двигательных умений и навыков;
- формирование осознанного отношения к своим силам, твердой уверенности в них;
- поддержка и развитие имеющихся движений;
- расширение диапазона движений;
- освоение новых способов передвижения
- профилактика возможных нарушений.
- расширение спектра зрительных, слуховых, тактильных ощущений;
- обеспечение накопления двигательного опыта;

Коррекционно-развивающие задачи:

- увеличение силы и выносливости мышц;
- развитие основных видов движений;
- коррекция согласованности движений;
- формирование точности и целенаправленности движений и действий;
- развитие простых движений с предметами и материалами;
- развитие общей и мелкой моторики;
- развитие моторной ловкости;
- совершенствование зрительно- двигательной координации;
- развитие недостатков восприятия, внимания, зрительно-моторной координации;
- развитие ориентировки в пространстве;
- развитие навыков адекватного поведения;

Воспитательные задачи:

- воспитание устойчивого интереса, мотивации к занятиям при выполнении движений;
- воспитание правильного поведения на занятиях;
- создание благоприятного эмоционального фона, стимулирование положительных эмоций;
- воспитание желания действовать совместно с учителем;
- воспитание умение радоваться результату деятельности.

Воспитательная цель: организация воспитательного процесса в интересах личности, общества и государства с учётом психофизических возможностей и особенностей детей с ОВЗ, через выполнения работы по обеспечению охраны прав и интересов обучающихся,

охраны и укрепления здоровья воспитанников и поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

Содержание программы коррекционного курса «Двигательное развитие» для обучающихся 5-9 классов разработано на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Место предмета в учебном процессе

Рабочая программа в соответствии с учебным планом и календарным учебным графиком на 2022-2023 учебный год рассчитана на 2 часа в неделю (исходя из 34 недель в году).

Используемые технологии обучения

- технологии развивающего обучения;
- коррекционно-развивающие;
- игровые;
- технологии личностно – ориентированного обучения;
- информационно-коммуникационные;
- здоровье сберегающие технологии.

Формы организации учебного процесса

Ведущей формой организации учебного процесса коррекционных курсов «Двигательное развитие» и основной формой обучения является занятие. Занятия по двигательному развитию являются подготовительными, предшествующими более глубокому и детальному изучению ряда предметов учебного плана адаптированной основной общеобразовательной программы.

1. Формы обучения: подгрупповое занятие, индивидуальное занятие

- занятие изучения нового материала;
- занятие закрепления знаний, умений и навыков;
- занятие комбинированный урок;
- занятие повторения и обобщения;

2. Методы и приемы обучения:

игровые

- дидактические игры;
- пальчиковые игры;
- игры с предметами;
- игры с игрушками;

словесные методы

- объяснение;
- рассказ;
- сопряженное выполнение действий с проговариванием.

наглядные методы

- показ;
- демонстрация действий;
- сопряженное выполнение

практические методы

- повторение упражнений без изменения
- повторение упражнений с изменениями
- захват и удержание предметов кистью

- формирование алгоритма зрительного восприятия выполняемого движения;
- совместные упражнения «рука в руку»;
- упражнения с пиктограммами (символами),
- упражнения по прослушанному тексту

3. Виды деятельности обучающихся на занятии

- совместные действия с педагогом;
- деятельность по подражанию;
- деятельность по образцу;
- деятельность по последовательной инструкции;
- деятельность с привлечением внимания ученика к предмету деятельности.

Формы текущего контроля успеваемости

В конце четверти проводятся обобщающие занятия и промежуточная аттестация, а в конце года – итоговая аттестация. Аттестация обучающихся включает в себя полугодовое оценивание результатов освоения СИПР, разработанной на основе АООП образовательной организации. При обучении детей с умеренной умственной отсталостью рекомендуется безоценочная система обучения. Результаты аттестации заносятся в классный журнал (усвоил, частично усвоил, не усвоил).

В начале и в конце учебного года проводится диагностика уровня усвоения программного материала обучающихся. Данные диагностики заносятся в специально разработанную таблицу и служат учителю показателями определения динамики обучения, позволяет оценить зону актуального развития обучающегося, выстроить индивидуальный маршрут коррекции. В конце учебного года составляется психолого-педагогическая характеристика на каждого обучающегося, оформляется портфолио с образцами продуктивной деятельности и фотоматериалами.

Планируемые результаты освоения коррекционного курса

«Двигательное развитие»:

Личностные результаты

- Развитие самостоятельности и личной ответственности;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- формирование положительной мотивации, интереса к двигательному развитию;
- воспитание дисциплины, умение управлять своими эмоциями, подчиняясь общим правилам и нормам социального поведения;
- проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
- восприятие собственного тела, сознание своих физических возможностей и ограничений:
- освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться;
- освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей;
- совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости
- умение определять своё самочувствие в связи с физической нагрузкой.

Предметные результаты

- Удержание головы в положении лежа, сидя;
- Выполнение дыхательных упражнений;
- Выполнение упражнения на осанку
- выполнение поворотов головы в разные стороны с положения лежа на животе;
- выполнение движения руками: вперёд, назад, вверх, в стороны, круговые;
- выполнение движений пальцами рук сгибание /разгибание фаланг пальцев,
- сгибание пальцев в кулак /разгибание;
- изменение позы в положении лёжа, сидя, стоя;

- переворачиваться туловищем вправо – влево с позиции лежа на спине;
- становиться на четвереньки;
- ползать на четвереньках по прямой линии;
- дотягиваться до предмета, находящегося под рукой;
- стояние и ходьба на коленях;
- выполнение движений ногами;
- ходьба по ровной горизонтальной поверхности;
- ходьба по наклонной поверхности;
- прокатывание мяча двумя руками друг другу;
- бросание и ловля мяча;
- отбивание мяча от пола.

II. СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

Тематическое планирование

№ раздела п\п	Разделы	Содержание раздела
<i>Общеразвивающие и корригирующие упражнения</i>		
1.	Дыхательные упражнения	<p>Установление зрительного контакта в ответ на обращенную речь педагога. Учим слушать и понимать инструкцию к учебному заданию. <u>Учим выполнять:</u> Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки и счёт. Грудное (брюшное и полное) дыхание, в исходном положении лёжа на спине (сидя, стоя). Дыхание через нос (рот). Изменение длительности вдоха и выдоха. Дыхание в ходьбе с имитацией. Дыхание с движением руками (предплечьями, кистями рук) в различных направлениях. Наклоны (приседания) с дыханием. Учим доступным способам контроля над функциями собственного тела.</p>
	Упражнения на осанку	<p>Установление зрительного контакта в ответ на обращенную речь педагога. Учим слушать и понимать инструкцию к учебному заданию. <u>Учим выполнять:</u> Держим спину ровно в позиции стоя. Держим спину ровно в позиции сидя. Держим спину ровно при ходьбе (беге) Учим доступным способам контроля над функциями собственного тела.</p>
	Удержание головы в различном	<p>Установление зрительного контакта в ответ на обращенную речь педагога. Учим слушать и понимать инструкцию к учебному заданию.</p>

	<p>положении</p> <p>Выполнение движений головой:</p> <p>Выполнение движений руками</p> <p>Выполнение движений пальцами рук</p> <p>Выполнение движений плечами</p>	<p>заданию. Учим принимать, фиксировать и удерживать голову в положении лёжа на спине (на боку, на животе, в положении сидя и стоя). Учим доступным способам контроля над функциями собственного тела.</p> <p>Установление зрительного контакта в ответ на обращенную речь педагога. Учим слушать и понимать инструкцию к учебному заданию. Учим выполнять наклоны головой вправо (влево, вперед) в положении лёжа на спине (животе, стоя и сидя). Учим выполнять повороты головой вправо (влево), в положении лёжа на спине (животе, стоя и сидя). Учим выполнять «круговые» движения головой по часовой стрелке (против часовой стрелки). Учим при выполнении движения, контролировать и оценивать свои действия.</p> <p>Установление зрительного контакта в ответ на обращенную речь педагога. Учим слушать и понимать инструкцию к учебному заданию. Учим выполнять движение руками вперед (назад, вверх, в стороны). Учим делать «круговые» движения руками. Учим доступным способам контроля над функциями собственного тела.</p> <p>Установление зрительного контакта в ответ на обращенную речь педагога. Учим слушать и понимать инструкцию к учебному заданию. Учим выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев (сгибание (разгибание) фаланг пальцев рук и сгибание (разгибание), учим выполнять сгибание пальцев в кулак). Учим при выполнении движения, контролировать и оценивать свои действия.</p> <p>Установление зрительного контакта в ответ на обращенную речь педагога. Учим слушать и понимать инструкцию к учебному заданию. Учим выполнять движения плечами (вверх, вниз, круговые движения, вперед, назад). Учим правильно выполнять опору на предплечья. Учим слушать и понимать инструкцию к учебному заданию.</p>
--	--	--

	<p>Изменение позы в положении лёжа, сидя, стоя</p> <p>Сидение (с опорой, без опоры)</p> <p>Вставание на четвереньки. Ползание на четвереньках по прямой линии</p> <p>Вставание на четвереньки. Ползание на четвереньках по наклонной линии</p> <p>Стояние и ходьба на коленях.</p> <p>Выполнение</p>	<p>Установление зрительного контакта в ответ на обращенную речь педагога. Учим слушать и понимать инструкцию к учебному заданию. Учим выполнять поворот вправо (влево). Учим выполнять наклон вперед (назад, вправо, влево). Учим принимать заданную позу (вставание на четвереньки). Учим доступным способом контроля над функциями собственного тела.</p> <p>Установление зрительного контакта в ответ на обращенную речь педагога. Учим слушать и понимать инструкцию к учебному заданию. Учим сидеть с опорой (без опоры). Учим выполнять движения по образцу. Учим при выполнении движения, контролировать и оценивать свои действия.</p> <p>Установление зрительного контакта в ответ на обращенную речь педагога. Учим слушать и понимать инструкцию к учебному заданию. Учим вставать на четвереньки и ползать на четвереньках по прямой линии. Учим выполнять упражнения по словесной инструкции. Учим принимать помощь учителя. Учим доступным способом контроля над функциями собственного тела.</p> <p>Установление зрительного контакта в ответ на обращенную речь педагога. Учим слушать и понимать инструкцию к учебному заданию. Учим вставать на четвереньки и ползать на четвереньках по наклонной линии. Учим выполнять упражнения по словесной инструкции. Учим принимать помощь учителя. Учим доступным способом контроля над функциями собственного тела.</p> <p>Установление зрительного контакта в ответ на обращенную речь педагога. Учим слушать и понимать инструкцию к учебному заданию. Учим принимать заданную позу (стояние на коленях) и выполнять заданное упражнение по подражанию (ходьба на коленях)., с опорой и без опоры. Учим при выполнении движения, контролировать и оценивать свои действия.</p>
--	--	--

	<p>движений ногами</p> <p>Ходьба по ровной горизонтальной поверхности</p> <p>Ходьба по наклонной поверхности</p> <p>Развитие вестибулярного аппарата</p> <p>Бег</p>	<p>Установление зрительного контакта в ответ на обращенную речь педагога. Учим слушать и понимать инструкцию к учебному заданию. Учим поднимать ноги вверх из положения лёжа. Учим отведению ноги в сторону (вперёд, назад) из положения стоя (сидя). Учим во время выполнения движений следить за дыханием. Учим доступным способам контроля над функциями собственного тела.</p> <p>Установление зрительного контакта в ответ на обращенную речь педагога. Учим слушать и понимать инструкцию к учебному заданию. Учим ходьбе по ровной горизонтальной поверхности с опорой (без опоры). Учим во время выполнения движений следить за дыханием. Учим при выполнении движения, контролировать и оценивать свои действия.</p> <p>Установление зрительного контакта в ответ на обращенную речь педагога. Учим слушать и понимать инструкцию к учебному заданию. Учим ходьбе по наклонной поверхности с опорой (без опоры). Учим во время выполнения движений следить за дыханием. Учим доступным способам контроля над функциями собственного тела.</p> <p>Установление зрительного контакта в ответ на обращенную речь педагога. Учим слушать и понимать инструкцию к учебному заданию. <u>Учим выполнять действия:</u> Ходьба с изменением направления по ориентирам и сигналу. Ходьба по лестнице. Ходьба на носках (пятках). Ходьба высоко поднимая бедро (захлёстывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе). Учим при выполнении движения, контролировать и оценивать свои действия.</p> <p>Установление зрительного контакта в ответ на обращенную речь педагога.</p>
--	--	---

	Прыжки	<p>Учим слушать и понимать инструкцию к учебному заданию. <u>Учим выполнять действия:</u> Бег с высоким подниманием бедра (захлёстывая голень назад, приставным шагом) Учим доступным способом контроля над функциями собственного тела.</p> <p>Установление зрительного контакта в ответ на обращенную речь педагога. Учим слушать и понимать инструкцию к учебному заданию. <u>Учим выполнять действия:</u> Прыжки на двух ногах на месте (с продвижением вперед, назад, влево, вправо). Прыжки на одной ноге на месте (с продвижением вперед, назад, влево, вправо). Учим при выполнении движения, контролировать и оценивать свои действия.</p>
<i>Действия с мячом.</i>		
2.	Прокатывание мяча двумя руками друг другу	<p>Установление зрительного контакта в ответ на обращенную речь педагога. Учим слушать и понимать инструкцию к учебному заданию. Знакомим учащихся с мячом. Учим выполнять различные действия с мячом Формируем умения прокатывать мяч, из разных исходных позиций двумя руками; Учим доступным способом контроля над функциями собственного тела.</p>
	Бросание мяча	<p>Установление зрительного контакта в ответ на обращенную речь педагога. Учим слушать и понимать инструкцию к учебному заданию. Знакомим учащихся с мячом. Учим выполнять различные действия с мячом: Бросать мяч двумя руками от груди, от уровня колен, из-за головы. Учим при выполнении движения, контролировать и оценивать свои действия.</p>
	Ловля мяча	<p>Установление зрительного контакта в ответ на обращенную речь педагога. Учим слушать и понимать инструкцию к учебному заданию. Знакомим учащихся с мячом. Учим выполнять различные действия с мячом: Учим учащихся ловить мяч от пола двумя руками. Учим учащихся ловить мяч от пола одной рукой. Учим доступным способом контроля над функциями собственного тела.</p>

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса.

Литература:

1. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) школы № 439
2. Физическая культура в специальном образовании. А.А. Дмитриев, Москва. Академия.
3. Физическая культура в специальном образовании. Е.С. Черник, Москва. Просвещение.
4. Программа обучения глубоко умственно отсталых детей. Составитель-НИИ дефектологии АПН СССР, 1983.

Методическое оснащение образовательного процесса:

- контейнер для хранения мячей передвижной;
- кубики, кегли и шары пластмассовые;
- кубы и кирпичи деревянные, из полимерных материалов;
- магнитофон, аудиокассеты и компакт-диски с записями различных мелодий и детских песен; а также музыкально-ритмических комплексов для гимнастики;
- материалы и приспособления для постановки правильного дыхания и развития артикуляционного аппарата;
- мешочки с наполнителем малые (масса 150-200г);

Примерный перечень дидактических игр на занятиях

- Игры, направленные на развитие внимания, подражания и усвоения действий по образцу: «Ладушки», «Куда пошел мишка?», «Бабочка летит», «Возьми, положи, брось», «Найди свою игрушку», «Мишка спрятался», «Прокати мяч», «Спрячь матрешку», «Веселый поезд», «Машины едут по дороге» и т.д.
- Игры, направленные на развитие ручной моторики: «Поймай шар», «Переложи игрушку», «Прокати шарики», «Кулачок», «Пальчиковые игры», «Аплодисменты», «Балалайка» и т.д.
- Игры, направленные на формирование правильной осанки: «Кошечка», «Книжка», «Кошки – мышки», «Сделай. Как я», «Пройди и не упади», «Прямая спина» и т.д.
- Игры на формирование правильного дыхания: «Вдох – выдох», «Подуй на одуванчик», «Задержи дыхание», «Ветерок», «Дыхательная гимнастика» и т.д.