

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Викуловская средняя общеобразовательная школа №1»**

**Рассмотрено
на заседании ШМО
учителей –
предметников
протокол № 1
от 27.08. 2021года**

**Согласовано
на заседании
методического
совета школы
/протокол № 1
от 30.08.2021года**

**Утверждено
приказом
№ 185/1-ОД
от 31.08. 2021года**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**по коррекционному курсу «Двигательному развитию»
для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
для 5 класса (2 вариант)**

Семиной Елизаветы Анатольевны

на 2021 – 2022 учебный год

**с. Викулово
2021 год**

Пояснительная записка

Рабочая программа по коррекционному курсу двигательному развитию разработана в соответствии с ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью, на основе программно-методического материала «Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта» под редакцией И.М. Бгажноковой.

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).

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

Задачи рабочей программы:

- мотивация двигательной активности,
- поддержка и развитие имеющихся движений,
- расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений;
- освоение новых способов передвижения (включая передвижение с помощью технических средств реабилитации).

Общая характеристика коррекционного курса с учетом особенностей его освоения обучающимися

Практическая полезность обусловлена тем, что предполагает формирование умений пользоваться полученными знаниями для решения соответствующих возрасту житейских задач. У детей с тяжелой интеллектуальной недостаточностью не развита познавательная деятельность, все мыслительные операции (анализ, синтез, сравнения, обобщения), имеются значительные пробелы в элементарных знаниях. Они затрудняются самостоятельно использовать имеющиеся у них знания. Перенос полученных знаний и умений, их применение в несколько изменившихся условиях, самостоятельный анализ ситуации, выбор решения даже простых жизненных задач - все это составляет трудность для детей данной категории. Поэтому важно не только дать этим детям определенную сумму знаний, но и выработать у них умение действовать в конкретных жизненных ситуациях, придать знаниям бытовую, ситуационную приспособленность.

Программа ориентирована на обязательный учёт индивидуально-психологических особенностей учащихся, так как воспитанники коррекционной школы представляют собой весьма разнородную группу детей по сложности дефекта. Поэтому важен не только дифференцированный подход в обучении, но и неоднократное повторение, закрепление. Процесс обучения носит развивающий характер и одновременно имеет коррекционную направленность.

Рабочая программа состоит из 5 разделов:

- 1.Раздел «Развитие координации и ловкости» - расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений; освоение новых способов передвижения, включая передвижение с помощью технических средств реабилитации.
2. Раздел «коррекция и развитие пространственно-временной дифференцировки»- освоение новых способов передвижения (включая передвижение с помощью технических средств реабилитации)
3. Раздел «Коррекция и развитие внимания» - подготовка к овладению более сложными двигательными действиями.
4. Раздел «Коррекция и развитие мелкой моторики» - упражнения, помогающие развивать и совершенствовать жизненно необходимые, естественные двигательные навыки ходьбы,

бега, прыжков, метаний, лазаний, преодоления препятствия, переноски грузов, сохранения равновесия.

5. Раздел «Коррекция и развитие правильного дыхания»- обучение навыкам ориентировки в пространстве.

Место предмета в учебном плане

Согласно индивидуальному учебному плану обучающегося по АООП для детей с умственной отсталостью (вариант 2) на изучение двигательного развития в 5а классе отводится 1 час в неделю, 33 часов в год. При проведении уроков деление обучающихся на подгруппы не предполагается.

Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса

Планируемые результаты освоения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) представлены личностными и предметными результатами.

Личностные результаты:

1. Включаться в работу на занятиях к выполнению заданий.
2. Не мешать, при выполнении различных движений, одноклассникам.
3. Проявлять любознательность и интерес к новым видам деятельности.
4. Проявлять любознательность и интерес к новому.

Предметные результаты

1. уметь слушать музыку и звучащие инструменты;
2. выполнять несложные движения руками и ногами;
3. активно прихлопывать и притопывать вместе с учителем;
4. слушать и правильно выполнять инструкцию учителя.
5. уметь слушать музыку до конца, узнавать знакомую мелодию;
6. уметь начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки по сигналу.

Содержание коррекционного курса

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». Стояние с опорой (вертикализатор, костыли, трость и др.), без опоры. 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).

Коррекционный курс содержит разделы:

1. Раздел программы «Развитие координации и ловкости движений» содержит специально подобранные физические упражнения, направленные на формирование точности и согласованности движений, на развитие координации и ловкости движений.

2. Раздел «Коррекция и развитие пространственно-временной дифференцировки». В данном разделе большое внимание уделяется развитию навыков пространственно-временной дифференцировки (ориентировка), использованию вербальных и невербальных средств общения. В процессе практической деятельности закрепляются понятия «быстро, медленно», «близко-далеко», «успеть за отведенное время» и т.п.

3. Раздел «Коррекция и развитие внимания». В данном разделе рекомендуются подвижные игры, игры с элементами спортивных игр и различные эстафеты на коррекцию и развитие внимания.

4. Раздел «Развитие навыка расслабления мышц». В данный раздел программы включены специально подобранные физические упражнения, с целью развития и приобретения навыка в расслаблении мышц.

5. Раздел «Коррекция и развитие мелкой моторики». В данный раздел программы вошли специально подобранные физические упражнения, направленные на формирование и развитие точности и согласованности движений пальцев и рук, развитие согласованности действий «глаз-рука» и т.п..

6 раздел «Коррекция и развитие правильного дыхания». В данный раздел программы подобраны специальные физические упражнения, которые помогут учащимся научиться правильно дышать и умению согласовывать дыхание с выполнением физических упражнений (физической нагрузки).

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

№ п/п	Раздел/тема	Основные виды деятельности обучающихся
1	Вводное занятия.	Инструктаж учителя.
2	Игра «Пузырь». Правила игры.	ОРУ, игра
3	Построение в колонну, шеренгу по одному.	Построение, перестроение.
4	Игра «Стоп, хоп, раз». Правила игры.	ОРУ, игра
5	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба, бег, ОРУ
6	Игра «Болото». Правила игры.	ОРУ, игра
7	Игра «Полоса препятствий». Правила игры	Бег в различном темпе

8	Исходные положения и движения.	ОРУ, игра
9	Игра «Пятнашки». Правила игры.	ОРУ, игра
10	Самостоятельное выполнение разминки.	Ходьба, бег, ОРУ.
11	Упражнения на формирование правильной осанки.	Упражнения около стены
12	Дыхание при ходьбе. Упражнения.	Ходьба в различном темпе.
13	Игра «Бросай - ка». Правила игры.	ОРУ, игра
14	Движение руками в исходных положениях. Упражнения	Ходьба, бег, ОРУ
15	Ползание на животе, на четвереньках.	Ползание, переползание
16	Игра «Болото». Правила игры	ОРУ, игра
17	Прыжки на двух ногах, на одной ноге на месте и с продвижением вперед	Ходьба, бег, ОРУ прыжки.
18	Спрыгивание вниз с небольшой высоты, сохраняя равновесие	Ходьба, бег, ОРУ, прыжки
19	Бросание мяча вверх, в цель.	Упражнения с мячами.
20	Исходные положения и движения.	ОРУ, игра
21	Игра «Собери пирамидку». Правила игры	ОРУ, игра
22	Перекаты с носков на пятки. Упражнения.	Ходьба, бег, ОРУ
23	Игра «Бросай - ка». Правила игры.	ОРУ, игра.
24	Приседания. Упражнения	ОРУ, приседания .
25	Игра «Строим дом». Правила игры.	ОРУ, игра.
26	Отстукивание и отхлопывание разного темпа. Упражнения	Упражнения на внимание.
27	Отстукивание и отхлопывание разного темпа. Упражнения	Упражнения на внимание.
28	Выполнение по памяти комбинаций движения. Упражнения	Упражнения на внимание.
29	Ходьба ровным шагом. Упражнения	Ходьба в различном темпе.
30	Ходьба по кругу, взявшись за руки. Упражнения	Ходьба с различным положением рук
31	Ходьба на носках. Упражнения	Ходьба с сопутствующими упражнениями
32	Ходьба в медленном и быстром темпе	Ходьба в различном темпе
33	Повторение	ОРУ, игра

Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности

Технические и электронные средства обучения:

- автоматизированное рабочее место учителя с программным обеспечением,
- телевизор
- аудиозаписи,
- компьютер

Демонстрационный и раздаточный дидактический материал:

- игрушки и предметы со световыми, звуковыми эффектами,

- образцы материалов, различных по фактуре, вязкости, температуре, плотности,
- сенсорные панели,
- мячи, обручи,
- массажеры для рук
- звучащие музыкальные инструменты