

**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 «Двигательное развитие»
для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
для 6 класса (2 вариант)**

Семиной Елизаветы Анатольевны

на 2021 – 2022 учебный год

**с. Викулово
2021 год**

Пояснительная записка

Рабочая программа по коррекционному курсу «Двигательное развитие» для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) для 6а класса (2 вариант) составлена на основе примерной адаптированной основной образовательной программы общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), которая является учебно-методической документацией, определяющей рекомендуемые федеральным государственным образовательным стандартом объем и содержание образования, планируемые результаты освоения образовательной программы, примерные условия образовательной деятельности.

Цель программы: Обогащение сенсомоторного опыта, поддержанию и развитие 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

У всех детей недостаточно развита перцептивная (сенсорная) сфера, вследствие этого они испытывают значительные трудности в усвоении учебного материала. У детей также отмечается скованность, неполный объём движений, нарушение их произвольности, недоразвитие мелкой моторики и зрительно-двигательной координации. На уроках дети быстро устают, отличаются пониженной работоспособностью. Все психические процессы развиты слабо. Внимание непроизвольное, крайне рассеянное, неустойчивое. Нарушена как логическая, так и механическая память. Мышление как самостоятельный процесс отсутствует, оно опирается на восприятие и включение в него. Экспрессивная речь: могут издавать лишь отдельные звуки. 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).

Содержание коррекционного курса «Двигательное развитие» представлено следующими разделами:

1 раздел «Коррекция и формирование правильной осанки» - формирование и укрепление мышечного корсета, коррекция и развитие сенсорной системы, развитие точности движений пространственной ориентировки.

2 раздел « Формирование и укрепление мышечного корсета» - профилактика выполнения общеукрепляющих упражнений

3 раздел «Коррекция и развитие сенсорной системы» - обогащение сенсомоторного опыта, поддержание и развитие способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

4 раздел «Развитие точности движений пространственной ориентировки».- профилактика нарушения осанки и плоскостопия; Овладения ... Коррекция и развитие сенсорной системы.

МЕСТО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Согласно индивидуальному учебному плану обучающегося по АООП для детей с умственной отсталостью (вариант 2) на изучение двигательного развития в 6а классе

отводится 1 часа в неделю, 33 часов в год, 33 учебные недели. 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) программы «Сенсорное развитие» представлены личностными и предметными результатами.

Личностными результатами является формирование следующих умений и навыков (при направляющей помощи):

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, местам в строю (оформлять занятия), занимать исходное положение, находить свое место в строю (оформлять занятия).
4. Проявлять любознательность и интерес к новому.

Предметные результаты

Минимальный уровень:

Предназначен для детей, умеющих ходить, ползать, передвигаться по лестнице с некоторой помощью, но при этом испытывающих проблемы с координацией, переключением, точной имитацией движений. Содержание занятий обеспечивает развитие не только восприятия, двигательных компонентов познавательной деятельности, но и сенсомоторных интеллектуальных реакций, связанных с выделением существенного, с разделением действия на мелкие сенсомоторные навыки и отработкой их, с корректировкой поведения и действий на основе имеющегося сенсомоторного опыта

Достаточный уровень:

Учащиеся имеют достаточный уровень развития, чтобы понимать и выполнять:

- санитарно-гигиенические требования к поведению на занятии в спортивном зале;
- элементарные требования техники безопасности на уроке;
- название спортивного инвентаря, оборудования, название движений в инструкции педагога;
- практический материал, проведенный на уроках двигательного развития;
- комплексы упражнений для индивидуальных самостоятельных занятий, в том числе по зрительной поддержке.

Учащиеся должны уметь:

- строиться, выполнять команды по показу и словесной инструкции учителя;
- ходить, бегать в колонне по одному;
- выполнять задания по показу и словесной инструкции учителя, правильно принимать исходные положения для выполнения заданий;
- самостоятельно проводить элементарную разминку;
- сохранять систематически навык правильной осанки;
- сохранять систематически навык правильной ходьбы;
- сохранять систематически навык правильного дыхания.

Содержание коррекционного курса

В основу обучения положена система простейших физических упражнений, направленных на коррекцию дефектов физического развития и моторики, укрепление здоровья, выработку жизненно необходимых двигательных умений и навыков у учащихся 5 с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. Необходимо отметить, что учащиеся этой категории имеют значительные отклонения в физическом и двигательном развитии. Это сказывается на содержании и методике уроков адаптивной физической культуры.

Замедленность психических процессов, конкретность мышления, нарушения памяти и внимания обуславливают чрезвычайную медлительность образования у них двигательных навыков.

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

2. Раздел «Формирование и укрепление мышечного корсета». 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 сенсорной системы». В данном разделе рекомендуются подвижные игры, игры с элементами спортивных игр и различные эстафеты на коррекцию, и развитие внимания.

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

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

№ п/п	Раздел/тема	Основные виды деятельности обучающихся
1	Вводное занятие	Инструктаж учителя.
2	Формирование знаний о положении тела при правильной осанке.	Знание частей тела, соприкасающихся со стеной при правильной осанке. Принятие п.и. положения для правильной осанки у гимнастической стенки. Правильное выполнение имитационных упражнений. Выполнение простейшие упражнения для развития пальцев и кистей рук. Выполнение простейших упражнений в вытяжении. Знание названий и правил изучаемых игр, умение играть, соблюдая правила.
3	Разучивание основных положений рук, ног, туловища, головы	Знание частей тела, соприкасающихся со стеной при правильной осанке. Принятие п.и. положения для правильной осанки у гимнастической стенки. Правильное выполнение имитационных упражнений. Выполнение простейшие упражнения для развития пальцев и кистей рук. Выполнение простейших упражнений в вытяжении. Знание названий и правил изучаемых игр, умение играть, соблюдая правила.
4	Формирование правильной осанки у гимнастической стенки под контролем учителя.	Знание частей тела, соприкасающихся со стеной при правильной осанке. Принятие п.и. положения для правильной осанки у гимнастической стенки (пятки, икроножные мышцы, ягодицы, лопатки, затылок). Правильное выполнение 5 имитационных упражнений. Выполнение простейшие упражнения для развития пальцев и кистей рук. Выполнение простейших упражнений в

		вытяжении. Знание названий и правил изучаемых игр, умение играть, соблюдая правила.
5	Формирование правильной осанки у гимнастической стенки под контролем учителя.	Знание частей тела, соприкасающихся со стеной при правильной осанке. Принятие п.и. положения для правильной осанки у гимнастической стенки (пятки, икроножные мышцы, ягодицы, лопатки, затылок). Правильное выполнение имитационных упражнений. Выполнение простейшие упражнения для развития пальцев и кистей рук. Выполнение простейших упражнений в вытяжении. Знание названий и правил изучаемых игр, умение играть, соблюдая правила.
6	Упражнения у гимнастической стенки.	Знание частей тела, соприкасающихся со стеной при правильной осанке. Принятие п.и. положения для правильной осанки у гимнастической стенки. Правильное выполнение имитационных упражнений (движения головы, рук, ног, приседания, скольжение спиной по стенке). Выполнение простейшие упражнения для развития пальцев и кистей рук. Выполнение простейших упражнений в вытяжении. Знание названий и правил изучаемых игр, умение играть, соблюдая правила.
7	Смешанные висы.	Знание частей тела, соприкасающихся со стеной при правильной осанке. Принятие п.и. положения для правильной осанки у гимнастической стенки. Правильное выполнение имитационных упражнений. Выполнение простейшие упражнения для развития 6 пальцев и кистей рук. Выполнение простейших упражнений в вытяжении. Знание названий и правил изучаемых игр, умение играть, соблюдая правила.
8	Знакомство с движениями, имитирующими ходьбу и бег животных.	Знание частей тела, соприкасающихся со стеной при правильной осанке. Принятие п.и. положения для правильной осанки у гимнастической стенки. Правильное выполнение имитационных упражнений. Выполнение простейшие упражнения для развития пальцев и кистей рук. Выполнение простейших упражнений в вытяжении. Знание названий и правил изучаемых игр, умение играть, соблюдая правила.
9	Знакомство с движениями, имитирующими ходьбу и бег животных.	Знание частей тела, соприкасающихся со стеной при правильной осанке. Принятие п.и. положения для правильной осанки у гимнастической стенки. Правильное

		выполнение имитационных упражнений. Выполнение простейшие упражнения для развития пальцев и кистей рук. Выполнение простейших упражнений в вытяжении. Знание названий и правил изучаемых игр, умение играть, соблюдая правила.
10	Знакомство с движениями, имитирующими ходьбу и бег животных.	Знание частей тела, соприкасающихся со стеной при правильной осанке. Принятие п.и. положения для правильной осанки у гимнастической стенки. Правильное выполнение имитационных упражнений. Выполнение простейшие упражнения для развития пальцев и кистей рук. Выполнение простейших упражнений в вытяжении. Знание названий и правил изучаемых игр, умение играть, соблюдая правила.
11	Смешанные висы.	Знание частей тела, соприкасающихся со стеной при правильной осанке. Принятие п.и. положения для правильной осанки у гимнастической стенки. Правильное выполнение имитационных упражнений. Выполнение простейшие упражнения для развития 6 пальцев и кистей рук. Выполнение простейших упражнений в вытяжении. Знание названий и правил изучаемых игр, умение играть, соблюдая правила.
12	Упражнения у гимнастической стенки.	Знание частей тела, соприкасающихся со стеной при правильной осанке. Принятие п.и. положения для правильной осанки у гимнастической стенки. Правильное выполнение имитационных упражнений. Выполнение простейшие упражнения для развития 6 пальцев и кистей рук. Выполнение простейших упражнений в вытяжении. Знание названий и правил изучаемых игр, умение играть, соблюдая правила.
13	Упражнения для укрепления мышц живота и спины из различных и.п.	Принятие правильно положение головы, туловища, ног в различных и.п. стоя, сидя, лёжа на спине, на животе. Правильное дыхание: вдох – через нос, выдох – через рот. Умение выполнять упражнения для укрепления мышц живота и спины.
14	Упражнения для укрепления мышц живота и спины из различных и.п.	Принятие правильно положение головы, туловища, ног в различных и.п. стоя, сидя, лёжа на спине, на животе. Правильное дыхание: вдох – через нос, выдох – через рот. Умение выполнять упражнения для укрепления мышц живота и спины.
15	Упражнения для укрепления мышц живота и спины из	Принятие правильно положение головы, туловища, ног в различных и.п. стоя, сидя,

	различных и.п.	лёжа на спине, на животе. Правильное дыхание: вдох – через нос, выдох – через рот. Умение выполнять упражнения для укрепления мышц живота и спины.
16	Упражнения для укрепления тазового пояса, бёдер, ног и рук.	Принятие правильно положение головы, туловища, ног в различных и.п. стоя, сидя, лёжа на спине, на животе. Правильное дыхание: вдох – через нос, выдох – через рот. 7 Умение выполнять упражнения для укрепления мышц тазового пояса, бедер, рук и ног.
17	Упражнения для укрепления тазового пояса, бёдер, ног и рук.	Принятие правильно положение головы, туловища, ног в различных и.п. стоя, сидя, лёжа на спине, на животе. Правильное дыхание: вдох – через нос, выдох – через рот. 7 Умение выполнять упражнения для укрепления мышц тазового пояса, бедер, рук и ног.
18	Упражнения для укрепления тазового пояса, бёдер, ног и рук.	Принятие правильно положение головы, туловища, ног в различных и.п. стоя, сидя, лёжа на спине, на животе. Правильное дыхание: вдох – через нос, выдох – через рот. 7 Умение выполнять упражнения для укрепления мышц тазового пояса, бедер, рук и ног.
19	Упражнения с предметами и без них.	Принятие правильно положение головы, туловища, ног в различных и.п. стоя, сидя, лёжа на спине, на животе. Правильное дыхание: вдох – через нос, выдох – через рот. Умение выполнять упражнения для укрепления мышц глаза.
20	Упражнения с предметами и без них.	Принятие правильно положение головы, туловища, ног в различных и.п. стоя, сидя, лёжа на спине, на животе. Правильное дыхание: вдох – через нос, выдох – через рот. Умение выполнять упражнения для укрепления мышц глаза.
21	Упражнения с предметами и без них.	Принятие правильно положение головы, туловища, ног в различных и.п. стоя, сидя, лёжа на спине, на животе. Правильное дыхание: вдох – через нос, выдох – через рот. Умение выполнять упражнения для укрепления мышц глаза.
22	Игра «Полоса препятствий». Правила игры	Бег в различном темпе
23	Исходные положения и движения.	ОРУ, игра.
24	Самостоятельное выполнение разминки.	Ходьба, бег, ОРУ.
25	Упражнения на формирование правильной осанки.	Упражнения около стены
26	Движение руками в исходных	Ходьба, бег, ОРУ

	положениях. Упражнения	
27	Игра: «Дунем раз...»	Выполнение простейших упражнений для развития кистей рук и пальцев. Выполнение простейших дыхательных упражнений без сочетания с физическими упражнениями. Выполнение мелких точных координационных движений кистью, пальцами.
28	Игра: «Дунем раз...»	Выполнение простейших упражнений для развития кистей рук и пальцев. Выполнение простейших дыхательных упражнений без сочетания с физическими упражнениями. Выполнение мелких точных координационных движений кистью, пальцами.
29	Упражнение для правильного дыхания с использованием звуковой гимнастики	Выполнение простейших упражнений для развития кистей рук и пальцев. Выполнение простейших дыхательных упражнений без сочетания с физическими упражнениями. Выполнение мелких точных координационных движений кистью, пальцами
30	Упражнение для правильного дыхания с использованием звуковой гимнастики	Выполнение простейших упражнений для развития кистей рук и пальцев. Выполнение простейших дыхательных упражнений без сочетания с физическими упражнениями. Выполнение мелких точных координационных движений кистью, пальцами
31	Упражнение для правильного дыхания с использованием звуковой гимнастики	Выполнение простейших упражнений для развития кистей рук и пальцев. Выполнение простейших дыхательных упражнений без сочетания с физическими упражнениями. Выполнение мелких точных координационных движений кистью, пальцами.
32	Упражнение для правильного дыхания с использованием звуковой гимнастики	Выполнение простейших упражнений для развития кистей рук и пальцев. Выполнение простейших дыхательных упражнений без сочетания с физическими упражнениями. Выполнение мелких точных координационных движений кистью, пальцами.
33	Повторение	Выполнение простейших упражнений для развития кистей рук и пальцев. Выполнение простейших дыхательных упражнений без сочетания с физическими упражнениями. Выполнение мелких точных координационных движений 8 кистью, пальцами

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