


Согласовано на заседании МС
Протокол №1 от 23 августа 2023 г.
Председатель МС  / Алексеева А.К./

Принято на педсовете
Протокол № 1 от 24 августа 2023 г.

Утверждено: приказ № 112
от 28 августа 2023 г.
Директор МКОУ Муважинская СОШ
Годовкин С.В./



Рабочая программа
коррекционного курса «Двигательное развитие»
для 6 класса
на 2023-2024 учебный год

Составитель:
учитель надомного обучения
МКОУ Муважинская СОШ
Загуляева А.Д.

Составлена в соответствии
с типовой программой
специальных(коррекционных)
общеобразовательных
учреждений VIII вида
5-9 классов

д. Муважи, 2023 год

Пояснительная записка.

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

Целью занятий является работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

Основные задачи: 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. Целенаправленное развитие движений на специально организованных занятиях, которые проводятся инструкторами лечебной физкультуры и/или учителями адаптивной физкультуры.

Развитие двигательных умений у обучающихся с детским церебральным параличом тесно связано с профилактикой возникновения у них патологических состояний. В ходе работы тело ребенка фиксируется в таких позах (горизонтальных, сидячих, вертикальных), которые снижают активность патологических рефлексов, обеспечивая максимально комфортное положение ребенка в пространстве и возможность реализации 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.

Техническое оснащение курса включает: гимнастические мячи различного диаметра, коврики, специальный велосипед, тренажеры («Пони», «Мотомед» и др.), подъемники и др.

Содержание коррекционных занятий

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. 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, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе)..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).

Занятия входят во внеурочную деятельность и носят коррекционно-развивающий характер. **В соответствии с учебным планом** в 6 классе отводится 34 часа (из расчёта 1 час в неделю).

Результаты освоения учебного курса, предмета и система их оценки. Оценка результативности учебной деятельности.

Предметом итоговой оценки освоения обучающимися адаптированной основной образовательной программы общего образования должно быть достижение предметных и метапредметных результатов освоения адаптированной основной образовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2). Материал предмета представлен следующими *содержательными линиями*:

№ п/п	Содержательная линия	Коррекционно - развивающие задачи	Педагогические средства,
			технологии решения коррекционных задач
1	Коррекция и формирование правильной осанки.	Профилактика нарушения осанки и плоскостопия; профилактика выполнения имитационных упражнений. Профилактика выполнения упражнений в вытяжении.	планируется в соответствии с основными дидактическими требованиями: постепенное

2	Формирование и укрепление мышечного корсета.	Профилактика выполнения общеукрепляющих упражнений. Овладение пространственными ориентировками. Развитие подвижности в суставах.	повышение нагрузки и переход в конце урока к успокоительным упражнениям; чередование
3	Коррекция и развитие сенсорной системы.	Овладение упражнениями для развития тактильно-двигательного восприятия; Развитие зрительного анализатора; Овладения играми на совершенствование сенсорного развития.	различных видов упражнений, подбор упражнений, соответствующих возможностям учащихся.
4	Развитие точности движений пространственной ориентировки.	Профилактика нарушения осанки и плоскостопия; Овладения пространственными ориентировками.	

Планируемые результаты освоения обучающимися АООП:

личностные

- освоение доступной социальной роли обучающейся, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выход из спорных ситуаций;
- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определённому полу, осознание себя как «Я»;
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
 - овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.

предметные

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).

Требования к уровню подготовки учащихся

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. В связи с этим, требования к результатам освоения образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

Предполагаемые знания и умения учащихся:

Учащиеся должны **уметь:**

подобрать форму одежды для занятий по ЛФК;
строится в колонну, равняться в затылок, размыкаться на вытянутые руки вперед; выполнять повороты по ориентирам

Учащиеся должны **знать:**

правила поведения и передвижения по спортивному залу;
правила по технике безопасности и правила пользования спортивными снарядами и тренажёрами; правила личной гигиены

Календарно-тематическое планирование курса «Двигательное развитие» в 6 классе (1 час в неделю, итого 34 ч.)

№	Тема	часы	дата
1	Формирование знаний о положении тела при правильной осанке. Разучивание основных положений рук, ног, туловища, головы.	1	6.09
2	Знакомство с движениями, имитирующими ходьбу и бег животных	1	13.09
3	Упражнение для правильного дыхания с использованием звуковой гимнастики.	1	20.09
4	Разучивание игр на совершенствование сенсорного развития.	1	27.09
5	Обучения комплекса упражнения с малым мячом для профилактики миопии.	1	4.10
6	Ходьба по различным предметам, передвижение боком.	1	11.10

7	Упражнение «Змея», «Ящерица», «Кошка»	1	18.10
8	Упражнения с различными малыми мячами	1	25.10
9	Упражнения с гимнастической палкой	1	8.11
10	Упражнения с ленточками	1	15.11
11	Упражнения с мячом	1	22.11
12	Ходьба по залу.	1	29.11
13	Ходьбой по залу и линиям. Бросание мяча двумя руками	1	6.12
14	Ходьба по кругу с чередованием на пятках и носках.	1	13.12
15	Ходьбой по залу по «следам» с обходом кеглей и т.д.	1	20.12
16	Ходьба приставным шагом.	1	27.12
17	Ходьба с подниманием бедра.	1	10.01
18	Вставание на четвереньки. Ползание на животе	1	17.01
19	Право. Лево. Налево . Направо	1	24.01
20	Впереди. Сзади. Рядом	1	31.01
21	Подвижные игры на сохранение правильной осанки: «Море волнуется», «Совушкасова».	1	7.02
22	Упражнения с предметами на голове (мешочек с песком, кубик и т. д) стоя у стены, в движении, под музыку.	1	14.02
23	Игра: «Дунем раз...»	1	21.02
24	Ходьба на коленях	1	28.02
25	Комплекс упражнений дыхательной гимнастики;	1	6.03
26	Упражнения для развития координации;	1	13.03
27	Упражнения для развития мелкой моторики рук;	1	20.03
28	Упражнения на ковриках.	1	3.04
29	Сгибание, разгибание пальцев рук в кулак	1	10.04

30	Катание мяча руками от себя.	1	17.04
31	Игра «Балалайка».	1	24.04
32	Ловля мяча после хлопка над головой		8.05
33	Упражнения с большим мячом.	1	15.05
34	Итоговое занятие	1	22.05

Итого: 34 часа

Оборудование:

1. Спортивный зал;
2. Коврики (для упражнений сидя и лежа);
3. Гимнастические стенки;
4. Мячи: для тенниса, большие резиновые;
5. Обручи;
6. Скакалки;
7. Секундомер.