

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Партизанская средняя общеобразовательная школа имени П.П. Петрова».

Рассмотрено на ШМО 10.09.23 Г. Г. Ведун Протокол № 1 от «22» 09 2023 г.	Согласовано: заместитель директора по УВР: [подпись] Г.А. Иванова «23» 09 2023 г.	Утверждена приказом и.о. директора школы: [подпись] Н.В. Морковкина № _____ от «25» 09 2023 г.
--	--	--

**Рабочая программа по коррекционному курсу «Двигательное развитие»  
по адаптированной основной общеобразовательной программе образования  
обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), (вариант 2)  
для 9 класса.**

Учитель: Кузнецова Алла Валерьевна

2022-2023 учебный год

### **І. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по коррекционному курсу «Двигательное развитие» составлена для 9 класса, на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2) МБОУ «Партизанская средняя общеобразовательная школа им. П.П. Петрова», в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с нарушениями интеллекта.

Цель коррекционного курса:

Обогащение сенсомоторного опыта, поддержание и развитие способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

Задачи реализации содержания коррекционного курса «Двигательное развитие» :

- мотивация двигательной активности;

- поддержка и развитие имеющихся движений;
- расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений;
- обучение переходу из одной позы в другую;
- освоение новых способов передвижения (включая передвижение с помощью технических средств реабилитации);
- формирование функциональных двигательных навыков;
- развитие функции руки, в том числе мелкой моторики;
- формирование ориентировки в пространстве;
- обогащение сенсомоторного опыта.

Программа определяет цель, задачи, возможные результаты, содержание и организацию образовательного процесса для обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития, для которых характерно интеллектуальное и психофизическое недоразвитие в сочетании с локальными и системными нарушениями речи, эмоционально-волевой сферы, выраженными в различной степени тяжести.

Психолого-педагогическая характеристика обучающихся данной категории и их особые образовательные потребности подробно представлены в содержании АООП МБОУ «Партизанская средняя общеобразовательная школа им. П.П. Петрова» с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), (вариант 2).

## **II. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Рабочая программа коррекционного курса «Двигательное развитие» обеспечивает удовлетворение особых образовательных потребностей обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), необходимую коррекцию недостатков в психическом и/или физическом развитии. Программа реализуется в части, формируемой участниками образовательных отношений, годового учебного плана АООП (вариант 2) для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и направлена на формирование полноценного восприятия окружающей действительности.

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства детей имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся. Поэтому работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков является целью занятий.

Целенаправленное развитие движений на специально организованных занятиях 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.

В рабочей программе представлен учебный материал, который может быть скорректирован с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся.

Исходя из этого, общей целью реализации содержания рабочей программы по коррекционному курсу «Двигательное развитие» (2 вариант) для 6 класса является оптимизация физического состояния и развития ребенка.

Задачи:

1. Образовательные: развитие двигательных функций, развитие фонда жизненно важных движений, игровой деятельности.
2. Воспитательные: общее развитие и предупреждение вторичных эмоциональных и поведенческих расстройств, преодоление страхов, воспитание настойчивости, смелости, позитивного отношения к себе и окружающим.
3. Коррекционно-компенсаторные: преодоление двигательных нарушений, нормализация мышечного тонуса.
4. Лечебно-оздоровительные и профилактические: сохранение здоровья, повышение физиологической активности органов и систем профилактика осложняющих расстройств (стойких вегетативно-сосудистых и соматических нарушений).
5. Развивающие: повышение толерантности к нагрузке, развитие физических способностей, расширение объема мышечно-двигательных представлений и двигательной памяти.

Рабочая программа коррекционного курса «Двигательное развитие» организуется в форме занятий. Занятие проводится для состава всего класса, а также индивидуально.

Предусмотрены следующие виды деятельности на занятии: словесные: объяснения, словесные инструкции, распоряжения, команды и т.д.; физические упражнения: с помощью, с частичной помощью, по образцу, по словесной инструкции.

### **III. ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Коррекционный курс «Двигательное развитие» входит в часть учебного плана, формируемую участниками образовательного процесса, (вариант 2) АООП МБОУ «Партизанская средняя общеобразовательная школа им. П.П. Петрова»  
На его изучение отведено 68 часов, 2 часа в неделю.

### **IV. ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Личностные результаты освоения программы:

- Основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «Я»;
- Социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- Формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
- Формирование уважительного отношения к окружающим;
- Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- Освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя и т.д.), 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;
- Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

**Возможные результаты освоения коррекционного курса «Двигательное развитие»:**

1) восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений:

- освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в том числе с использованием технических средств);

- освоение двигательных навыков, координации, последовательности движений;
  - совершенствование физических качеств: ловкости, силы.
- 2) соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью:
- умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения и другое;
  - повышение уровня самостоятельности в освоении и совершенствовании двигательных умений.
- 3) Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: спортивные игры, туризм.
- интерес к физической подготовке;
  - умение кататься на санках, играть в подвижные игры и др.

#### **Возможные результаты освоения учебного предмета:**

Проявляет интерес к видам физкультурно-спортивной деятельности: подвижным играм, выполнению основных видов движений.

Умеет:

- выполнять основные виды движений (ходьба, бег, прыжки, лазание, ползание, упражнения в равновесии);
- играть в подвижные игры, эффективно сотрудничать со сверстниками.

Различает состояния: бодрость-усталость, напряжение-расслабление, больно-приятно и т.п.

Управляет произвольными движениями: статическими, динамическими.

Проявляет двигательные способности: общую выносливость, быстроту, гибкость, координационные способности, силовые способности.

## **V. 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).

Программа по двигательному развитию в 9 классе включает 10 разделов:

Ознакомительно-ориентировочные действия в предметно-развивающей среде (1 ч)

Дыхательные упражнения (2 ч.)

Ходьба и упражнения в равновесии(7 ч.)

Бег (4 ч.)

Ползание и лазание (2 ч.)

Прыжки (3 ч.)

Бросание, ловля, метание (5 ч.)

Мелкая моторика (2 ч.)

Подвижные игры и подготовка к спортивным играм (4 ч.)

Игры на улице (4 ч)

## **VI.Контроль и оценка достижений планируемых результатов по предмету « Двигательное развитие »**

0 баллов – не владеет

3 балла – частично владеет

5 баллов – владеет в полной мере.

<b>№ п/п</b>	<b>Предметные результаты</b>	<b>Первое полугодие</b>	<b>Второе полугодие</b>
<b>1.</b>	Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и		

	ограничений: -освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, освоение ----двигательных навыков, координации, последовательности движений; -совершенствование физических качеств: ловкости, силы.		
2	Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью: -мение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, -болевые ощущения и другое; -повышение уровня самостоятельности в освоении и совершенствовании двигательных умений.		
3	Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: -спортивные игры, туризм. -интерес к физической подготовке; -умение кататься на санках, играть в подвижные игры и др.		
4	Умеет выполнять: -основные виды движений (ходьба, бег, прыжки, лазание, ползание, упражнения в равновесии); -играть в подвижные игры, эффективно сотрудничать со сверстниками. Различает состояния: -бодрость-усталость, напряжение-расслабление, больно-приятно. Управляет произвольными движениями: -статическими, динамическими. Проявляет двигательные способности: -общую выносливость, быстроту, гибкость, координационные способности, силовые способности.		

## VII. Календарно-тематическое планирование уроков

двигательное развитие \_\_\_\_\_ 9 \_\_\_\_\_ 34 часов – 1 час в неделю  
(предмет) (класс) (кол-во учебных часов в неделю)

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Дата проведения</b>
--------------	-------------	---------------------	------------------------

	<b>Ознакомительно-ориентировочные действия в предметно-развивающей среде (1 ч)</b>		
1	Игры с мячом	1	
	<b>Дыхательные упражнения (2 ч.)</b>		
2	Упражнения на развитие правильного дыхания, правильной осанки		
3	Согласование дыхания с различными движениями	1	
	<b>Ходьба и упражнения в равновесии(7 ч.)</b>		
4	Ходьба по лестнице вверх и вниз попеременным шагом	1	
5	Ходьба в заданном направлении с различными предметами	1	
6	Ходьба по игровым дорожкам, по заданной траектории	1	
7	Ходьба с перешагиванием через препятствия, по ограниченной поверхности	1	
8	Ходьба с приставным шагом с чередованием ритма	1	
9	Ходьба со сменой направления, с остановками по сигналу	1	
10	Ходьба с соблюдением ритма под счет, музыку	1	
	<b>Бег (4 ч.)</b>		
11	Бег в заданном направлении	1	
12	Чередование ходьбы и бега	1	
13	Чередование ходьбы и бега с прыжками	1	
14	Чередование ходьбы и бега с прыжками и подлезаниями	1	
	<b>Ползание и лазание (2 ч.)</b>		
15	Ползание на животе и на четвереньках до определенной цели	1	
16	Проползание на четвереньках под препятствием	1	
	<b>Прыжки (3 ч.)</b>		
17	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	1	
18	Спрыгивание вниз с небольшой высоты	1	
19	Прыжки на одной ноге		
	<b>Бросание, ловля, метание (5 ч.)</b>		
20	Ловля мяча двумя руками с разного расстояния	1	
21	Бросание мяча в корзину	1	
22	Подбрасывание мяча вверх	1	
23	Игровые упражнения с мячом		
24	Игровые упражнения с набором «Кольцеброс»	1	

	<b>Мелкая моторика (2 ч.)</b>		
25	Манипулирование предметами	1	
26	Бросание в корзину мелких предметов	1	
	<b>Подвижные игры и подготовка к спортивным играм (4 ч.)</b>		
27	Подвижные игры с бегом, с прыжками	1	
28	Игра «Бросай-ка».	1	
29	Прокатывание мяча правой и левой ногой в заданном направлении	1	
30	Закатывание мяча ногой в ворота	1	
	<b>Игры на улице (4 ч)</b>		
31	Игровые упражнения «Топтыжка», «Вправо - влево», «Попрыгай-ка»	1	
32	Игровые упражнения «Передай другому», «Хоровод», «Бежим-идём»	1	
33	Игры «Кошки-мышки», «Иголка, нитка, узелок».	1	
34	Игры «Море волнуется», « Казаки»	1	