

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Иркутской области
АМР МО «Нижнеудинский район»
МКОУ «СОШ №12 г. Нижнеудинск»

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМС


Бельская А.И.

от «30» августа 2023г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора


Астина Н.А.

от «30» августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНО

приказом

45-од

от «30» августа 2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**коррекционного курса «Двигательное развитие»
5 класс
для обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)
вариант 2**

Пояснительная записка

Двигательное развитие 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).

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

Задачи:

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

Наряду с вышеуказанными задачами в коррекционном курсе «Двигательное развитие» решаются и специальные задачи, направленные на коррекцию умственной деятельности школьников:

- развитие тактильных ощущений кистей рук и расширение тактильного опыта;
- развитие зрительного восприятия;
- развитие зрительного и слухового внимания;
- развитие вербальных и невербальных коммуникативных навыков;
- формирование и развитие реципрокной координации;
- развитие пространственных представлений;
- развитие мелкой моторики, зрительно-моторной координации.

Общемоторное развитие, у детей с умеренной умственной отсталостью, как правило, нарушено. Имеются отклонения в координации, точности и темпе движений. Движения замедленны, неуклюжи. У обучающихся возникают большие сложности при переключении движений, быстрой смене поз и действий. Часть детей с умеренной, умственной отсталостью имеет замедленный темп, вялость, неловкость движений. У других наблюдается повышенная подвижность, сочетающаяся с не целенаправленностью, беспорядочностью, нескоординированностью движений.

Характер развития детей зависит от ряда факторов: этиологии, патогенеза нарушений, времени возникновения и сроков выявления отклонений, характера и степени выраженности каждого из первичных расстройств, специфики их сочетания, а также от сроков начала, объема и качества коррекционной помощи.

В связи с выраженными нарушениями и (или) искажениями процессов познавательной деятельности, прежде всего: восприятия, мышления, внимания, памяти непродуктивным оказываются подходы, требующие абстрактного мышления, задействование процессов анализа и синтеза. Вследствие чего возникают серьезные трудности в усвоении «академического» компонента различных программ дошкольного, а тем более школьного образования. Специфика эмоциональной сферы определяется ее неустойчивостью, часто гиперсензитивностью. В связи с неразвитостью волевых процессов дети оказываются не способны произвольно регулировать свое эмоциональное состояние в процессе деятельности, что не редко вызывает проблемы поведения. Кроме всего перечисленного, трудности в обучении вызываются недоразвитием мотивационно-потребностной сферы обучающихся с умственной отсталостью и ТМНР. Интерес к какой-либо деятельности, если возникает, то, как правило, носит кратковременный, неустойчивый характер.

Общая характеристика коррекционного курса

Рабочая программа коррекционного курса «Двигательное развитие» обеспечивает удовлетворение особых образовательных потребностей обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), необходимую коррекцию недостатков в психическом 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 с ТМНР 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.

Коррекционный курс содержит упражнения следующей направленности:

1. Коррекция и формирование правильной осанки.
2. Формирование и укрепление мышечного корсета.
3. Коррекция и развитие сенсорной системы.
4. Развитие точности движений пространственной ориентировки.

Основное содержание данных разделов построено с учетом закономерностей формирования двигательных умений у детей с тяжелыми множественными нарушениями развития:

- первый этап – ознакомление с двигательным действием на этом этапе используются словесные методы (рассказ, описание, объяснение, разбор) и наглядные методы (непосредственный, опосредованный, замедленный показ).
- второй этап – начальное разучивание используется метод упражнения, контактный метод обучения в сочетании со словесным, метод физического сопровождения и т.д.
- третий этап – углубленное разучивание применяются словесные, наглядные методы и их сочетание, вспомогательные методы (направляющая помощь педагога по ходу выполнения движения, фиксация положения тела, принудительное ограничение движения) и т.п.

- четвертый этап – повторение используются словесный метод (задание, указание и др.), целостный метод с обработкой отдельных частей по ходу выполнения упражнения, игровой.

- пятый этап – закрепление используются игровой метод, целостный и т.д.

Количество этапов освоения движения может быть увеличено до семи (Л.Н. Ростомашвили, 2015). Продолжительность каждого из этапов может индивидуально корректироваться. Но, как правило, на первом уроке при освоении каждого из разделов происходит ознакомление с новым движением и его начальное разучивание. На втором уроке углубленное разучивание и повторение. Поэтому, содержание каждого урока повторяется дважды. Два последних урока раздела (как правило, это два последних урока четверти) отведены на закрепление основного содержания раздела в игровой форме. Кроме того, занятия по этому разделу могут проводиться не только в спортивном зале, но, и на открытой спортивной площадке, это обеспечивает решение задач по расширению образовательного пространства за пределами образовательного учреждения.

В программу включены упражнения на «Коррекцию и формирование правильной осанки и плоскостопия» проводится профилактика нарушения осанки и плоскостопия; профилактика выполнения имитационных упражнений. Профилактика выполнения упражнений в вытяжении. Планируется в соответствии с основными дидактическими требованиями: постепенное повышение нагрузки и переход в конце урока к успокоительным упражнениям; чередование различных видов упражнений, подбор упражнений, соответствующих возможностям учащихся.

Упражнения на «Формирование и укрепление мышечного корсета». Профилактика выполнения общеукрепляющих упражнений. Овладение пространственными ориентировками. Развитие подвижности в суставах. Учащиеся выполняют дыхательные упражнения в образном оформлении. Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет. Грудное, брюшное и полное дыхание в исходном положении «лежа на спине», «сидя», «стоя». Дыхание через нос, через рот. Изменение длительности вдоха и выдоха. Дыхание в ходьбе с имитацией. Движение руками в исходном положении. Движение предплечий и кистей рук в различных направлениях. Наклоны. Приседания.

Упражнения на «Коррекцию и развитие сенсорной системы» овладение упражнениями для развития тактильно-двигательного восприятия; развитие зрительного анализатора; овладения играми на совершенствование сенсорного развития.

Упражнения на «Развитие точности движений пространственной ориентировки» профилактика нарушения осанки и плоскостопия; овладением пространственными ориентировками. Ходьбу - ровным шагом, в колонне, по кругу, взявшись за руки, на носках, в медленном и быстром темпе Равновесие – ходьба по линии, на носках. Броски, ловля, передача предметов – правильный захват различных по величине и форме предметов одной и двумя руками, передача и перекаты мяча.

Используются следующие виды коррекционных игр:

- формирование способности вести совместные действия с партнером;
- развитие тактильной чувствительности;
- активизация психических процессов: восприятия, внимания, памяти;
- развитие речевой деятельности, способности к звукоподражанию.

Освоение одного комплекса общеразвивающих и корригирующих упражнений происходит в течение двух уроков при этом могут быть использованы разные предметы в зависимости от индивидуальных возможностей и особенностей обучающихся. Освоение правил одной коррекционной подвижной игры также происходит в течение двух уроков.

Описание места коррекционного курса

В соответствии с ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 2, коррекционный курс представлен в части,

формируемой участниками образовательного процесса рассчитана на 34 часа в год, т.е. 1 час в неделю (34 учебных недели).

Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (вариант 2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения образовательной программы представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

Ожидаемые личностные результаты освоения АООП также заносятся в СИПР и с учетом индивидуальных возможностей и специфических образовательных потребностей обучающихся.

Ожидаемые личностные результаты:

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «Я»;
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- освоение доступных социальных ролей, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- слушание и понимание инструкции педагога;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

Личностные результаты оцениваются в общей системе экспертной оценки, используемой в образовательной организации.

Предметные результаты связаны с овладением обучающимися содержанием образовательной области и характеризуют достижения обучающихся в усвоении знаний и умений, способность их применять в практической деятельности.

Контроль предметных ***результатов*** предусматривает выявление индивидуальной динамики качества усвоения предмета обучающимся и не подразумевает его сравнение с другими детьми.

Содержание коррекционного курса «Двигательное развитие»

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).

Тематическое планирование с определением основных видов деятельности

№	Наименование разделов	Количество часов
1	Коррекция и формирование правильной осанки	9
2	Формирование и укрепление мышечного корсета	7
3	Коррекция и развитие сенсорной системы	10
4	Развитие точности движений пространственной ориентировки	8

Описание материально-технического обеспечения

- Аксенова О. Э. Адаптивная физическая культура в школе. Начальная школа/ О. Э. Аксенова, С. П. Евсеев// Под общей редакцией С. П. Евсеева, СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта. СПб., 2003.
- Адаптивная физическая культура в школе : начальная школа /Автор-составитель О. Э. Аксенова ; под общей ред. С. П. Евсеева. – СПб.: изд-во СПбГАФК имени П.Ф. Лесгафта, 2003. - 240 с.
- Адаптивный спорт для лиц с нарушениями интеллекта : методическое пособие. Изд. 2-е доп. – М. : Советский спорт, 2004. – 96 с
- Баряева Л.Б. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. Спб ЦДК. 2011.
- Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры / Л. П. Матвеев, Б. Шляпин. – М.: ФиС, 1991. – 542 с.
- Нарзулаев, С. Б. Технология обучения лыжному спорту детей с ограниченными возможностями здоровья : учебно-методическое пособие / составители: С. Б. Нарзулаев Ю. Т. Ревякин, С. В. Семенова. - Томск : ТГПУ, 2008. – 55 с.

- Новичихина, Е.В. Особенности методики обучения подвижным играм незрячих детей младшего школьного возраста // Адаптивная физическая культура. - 2006. - № 3. - С. 9 - 13.
- Программы для 1-4 классов специальных (коррекционных) учреждений VIII вида под редакцией И.М. Бгажноковой, Издательство М., «Владос», 2011.
- Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / под ред. С. П. Евсеева. – М. : Советский спорт, 2007
- Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями развития/Под общей редакцией проф. Л. В. Шапковой, М.: Советский спорт, 2002.
- Шапкова, Л. В. Средства адаптивной физической культуры: Методические рекомендации по физкультурно-оздоровительным и развивающим занятиям детей с отклонениями в интеллектуальном развитии / Л. В. Шапкова; под ред. проф. С.П. Евсеева.- М. : Советский спорт, 2001. - 152
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования для обучающихся с умственной отсталостью.

Календарно-тематическое планирование

№	Тема урока	Основные виды деятельности	Кол-во часов	дата	
				план.	факт.
1	Дыхательные упражнения в образном оформлении.	Правильное выполнение дыхательных действий.	1	07.09	
2	Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет.	Коррекция зрительного, слухового восприятия, мыслительной деятельности через разучивание упражнений.	1	14.09	
3	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях	Коррекция пространственной ориентировки, координация движений, эмоционально-волевой сферы..	1	21.09	
4	Изменение длительности дыхания.	Правильное выполнение дыхательных действий.	1	28.09	
5	Дыхание при ходьбе с имитацией.	Коррекция общей моторики	1	05.10	
6	Движение руками в исходных положениях	Коррекция мелкой моторики. Коррекция внимания	1	12.10	
7	Движение предплечий и кистей рук.	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций движений	1	19.10	
8	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа.	Коррекция мелкой моторики	1	26.10	
9	Движение плечами.	Коррекция пространственной ориентировки, координация движений, эмоционально-волевой сферы.	1	09.11	

1	Упражнения для укрепления мышц туловища.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении.	1	16.11	
---	--	---	---	-------	--

2	Корректирующие упражнения. Игра с мячом.	Коррекция эмоционально-волевой сферы через формирование умения подчиняться правилам игры.	1	23.11	
3	Прыжок в длину с места в ориентир.	Коррекция и компенсация нарушений на основе выполнения прыжка в длину	1	30.11	
4	Повороты на месте.	Коррекция и компенсация нарушений физического развития и психомоторики путем выполнения команд	1	07.12	
5	Построение в круг по ориентиру.	Коррекция пространственных отношений	1	14.12	
6	Игра «Птички» с обручем.	Коррекция эмоционально-волевой сферы через формирование умения подчиняться правилам игры.	1	21.12	
7	Шаг вперед, назад, в сторону и воспроизведение его закрытыми глазами.	Коррекция пространственной ориентировки, координация движений, через упражнения без контроля зрения	1	28.12	

1	Катание ступнями кеглей. Игра «Кто быстрее снимет»	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений на укрепление и развитие голеностопа	1	11.01	
2	Ходьба по дорожке (змейка)	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций движений при ходьбе	1	18.01	
3	Ходьба на носках, на пятках.	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Ходьба по примеру и самостоятельно	1	25.01	
4	Игра «Передай мяч»	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций	1	01.02	

		движений с мячом			
5	Катание гимнастических палок.	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций движений перекатывая гимнастические палки	1	08.02	
6	Общие развивающие упражнения для ног.	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций движений выполняя упражнения в приседании и прыжках	1	15.02	
7	Упражнения для профилактики плоскостопия у гимнастической стенки.	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция движений при выполнении упр для профилактики плоскостопия	1	22.02	
8	Упражнения на гимнастических ковриках.	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций движений при выполнении упражнений для развитие мышц брюшного пресса и спины	1	29.02	
9	Катание ногами мячей.	Коррекция общей моторики, координация движений выполняя движения ногами	1	07.03	
10	Упражнения с «пара шутом».	Коррекция общей моторики, координация движений при прыжках в глубину	1	14.03	

1	Упражнения с гантелями.	Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.	1	21.03	
2	Самомассаж рук, головы, ног. Игра «Ну-ка отними».	Совершенствование физических качеств: ловкости, координации, быстроты, выносливости.	1	04.04	
3	Ходьба с мешочками песка на голове.	Коррекция пространственных	1	11.04	

		отношений на основе упражнений в координации движений			
4	Подбрасывание мяча вверх, три хлопка. Игра «Поймай мяч».	Коррекция пространственной ориентировки, координация движений, умения ловить мяч	1	18.04	
5	Подъем предметов различной величины.	Умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения. Правильно поднимать предметы	1	25.04	
6	Катание мяча руками от себя.	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций движений выполняя катание мяча	1	02.05	
7	Массаж пальцев, кистей рук. Игра «Морские фигуры»	Коррекция эмоционально-волевой сферы через формирование умения подчиняться правилам игры.	1	09.05	
8	Катание мяча руками к себе.	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций движений выполняя упр. с мячами	1	16.05	
Итого:			34		

Методы диагностики и критерии результативности

В классах для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, тяжёлыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) ведётся безотметочное обучение.

Система оценки результатов отражает степень выполнения обучающимся СИПР, взаимодействие следующих компонентов:

- что обучающийся знает и умеет на конец учебного периода,
- что из полученных знаний и умений он применяет на практике,
- насколько активно, адекватно и самостоятельно он их применяет.

При оценке результативности обучения должны учитываться особенности психического, неврологического и соматического состояния каждого обучающегося. Выявление результативности обучения должно происходить вариативно с учетом психофизического развития ребенка в процессе выполнения перцептивных, речевых, предметных действий, графических работ и др. При предъявлении и выполнении всех видов заданий обучающимся должна оказываться помощь: разъяснение, показ, дополнительные словесные, графические и жестовые инструкции; задания по подражанию, совместно распределенным действиям и др. При оценке результативности достижений необходимо учитывать степень самостоятельности ребенка.

Диагностика *ожидаемых предметных результатов* по коррекционному курсу «Двигательное развитие» проводится в 3 этапа:

- 1 этап – стартовая диагностика (сентябрь)
- 2 этап – промежуточная диагностика (декабрь)
- 3 этап – итоговая диагностика (май)

Ожидаемые предметные результаты оцениваются по следующим критериям:

- 0 баллов – упражнения не выполняет, не умеет, выполняет действия рука в руку
- 1 балл – упражнения выполняет со значительной помощью учителя;
- 2 балла – упражнения выполняет с частичной помощью учителя;
- 3 балла – упражнения выполняет по показу, по инструкции;
- 4 балла – выполняет действие самостоятельно (верно выполняет).

Полученные данные заносятся в мониторинговую карту фиксации ожидаемых результатов обучения по коррекционному курсу «Двигательное развитие».

Диагностика сформированности базовых учебных действий проводится в 3 этапа:

В процессе обучения осуществляется диагностика всех групп БУД, который отражает индивидуальные достижения обучающихся и позволит делать выводы об эффективности проводимой в этом направлении работы.

Для оценки сформированности каждого действия используется система реально присутствующего опыта деятельности и его уровня:

- деятельность осуществляется на уровне совместных действий с педагогом;
- деятельность осуществляется по подражанию;
- деятельность осуществляется по образцу;
- деятельность осуществляется по последовательной инструкции;
- деятельность осуществляется с привлечением внимания ребенка взрослым к предмету деятельности;
- самостоятельная деятельность;
- умение исправить допущенные ошибки.

Для оценки степени дифференцированности отдельных действий и операций внутри целостной деятельности используются условные обозначения:

- действие (операция) сформировано – «ДА»;
- действие осуществляется при сотрудничестве взрослого – «ПОМОЩЬ»;
- действие выполняется частично, даже с помощью взрослого – «ЧАСТИЧНО»;
- действие (операция) пока недоступно для выполнения – «НЕТ».

Выявление уровня сформированности и доступности тех или иных видов деятельности, позволяет судить об уровне развития психических процессов, их обеспечивающих, т.е. критерии доступности и сформированности тех или иных видов деятельности позволяют оценить зону актуального развития ребенка и выбрать содержание индивидуальной программы обучения.