

РАССМОТРЕНО  
Руководитель ШМО

Бельская А.И.  
от «30» августа 2024г.

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора

Астина Н.А.  
от «30» августа 2024г.

УТВЕРЖДЕНО  
приказом  
47-од  
от «30» августа 2024г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

### Коррекционные курсы «Двигательное развитие»

8 класса  
(вариант 2)

для обучающихся с интеллектуальными нарушениями

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа по коррекционному курсу «Двигательное развитие» разработана на основе требований к планируемым результатам освоения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2) АООП МКОУ «СОШ №12 г. Нижнеудинск»

### **Общая характеристика учебного предмета**

Коррекционный курс «Двигательное развитие» обеспечивает удовлетворение особых образовательных потребностей, обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), необходимую коррекцию недостатков в психическом и физическом развитии и направлен на формирование полноценного восприятия окружающей действительности.

Коррекционный курс включает один раздел «Двигательное развитие» и содержит упражнения следующей направленности:

- Коррекцию и формирование правильной осанки и плоскостопия.
- Формирование и укрепление мышечного корсета.
- Коррекцию и развитие сенсорной системы.
- Развитие точности движений пространственной ориентировки.

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

Основное содержание коррекционного курса построено с учетом закономерностей формирования двигательных умений у детей.

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 отработкой отдельных частей по ходу выполнения упражнения, игровой.

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

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 коррекционному курсу «Двигательное развитие» 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.

Используются коррекционные игры имеющие направленность на

- 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.

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

**Задачи** программы:

1. Образовательные: Освоение двигательных навыков и умений необходимых для нормальной жизнедеятельности, формирование системы элементарных знаний о здоровом образе жизни.
2. Развивающие: развитие двигательных качеств, игровой деятельности.
3. Коррекционные: исправление недостатков физического и психического развития посредством коррекционных и специальных упражнений.
4. Воспитательные: воспитание дружеских отношений между детьми, уверенности в своих силах.

**Описание места учебного предмета**

Учебный курс изучается в объёме 1 часа в неделю, 34 часов в год.

**Описание ценностных ориентиров содержания предмета содержания учебного предмета**

- учить детей осознанно относиться к выполнению движений;
- учить осваивать модели невербального и вербального общения, необходимого в подвижных и спортивных играх и других ситуациях;
- учить навыкам правильного дыхания;
- учить ходить и бегать в строю;
- учить правильному захвату различных по величине предметов;
- учить броскам и ловле мяча;
- учить сохранению равновесия при движении по гимнастической скамейке;- Оучить целенаправленным действиям под руководством учителя в подвижных играх.

**Личностные, предметные результаты освоения конкретного учебного предмета**

Личностные результаты:

- осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями;
- осознание себя как одноклассника, друга;
- осознание себя как члена семьи;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем;
- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;
- самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений;
- готовность к безопасному и бережному поведению в обществе.

**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 учебного предмета**

Упражнения в «вытяжении».

Упражнения на растягивание мышц спины. Ходьба с предметом на голове по ориентирам.

Упражнения для развития мышц плечевого пояса и верхних конечностей. Упражнения с мячами: метание мяча в цель.

Упражнения для укрепления мышц живота.

Прыжки на месте на одной ноге, на двух ногах с поворотом на 45 градусов.

Прыжок в глубину с двух ног на две. Прыжки из положения ноги врозь на двух ногах с продвижением вперед и опорой на руки.

Ловля и бросание мяча на уровне груди, колен, над головой. Подлезание под 2 препятствия разной высоты.

Упражнения в виси спиной к стене. Упражнения для мышц туловища.

Лазание на четвереньках по наклонной гимнастической скамейке под углом 20 градусов.

Подъем туловища без помощи.

Лазание и перелезание.

Ходьба по гимнастической скамейке различным способом.

Принятие заданных положений и поз.

Ходьба и бег по кругу, враспынную по всему залу, с остановкой по сигналу, с мячом и без.

Выполнение упражнений с закрытыми глазами.

Эстафета с подлезанием под шнур, забрасыванием мяча в корзину, перелезанием через горку матов.

Остановка движения с прекращением звучания музыки. Обобщающий урок.

**Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся**

№	Раздел	Кол-во часов	Виды учебной деятельности
1	Общеразвивающие и корректирующие упражнения	6	Выполнение построения, общеразвивающие упражнения в движении с выполнением ходьбы и бега. Упражнения на месте без предметов на развитие гибкости. Правильное дыхание при выполнении упражнений. Выполнение упражнений у гимнастической стенки на вытяжение, упражнения на дыхание и расслабление.
2	Прикладные упражнения	16	
3	Игры	12	
	Всего	34	

**Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса**

1. Программа обучения учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью /Л.Б. Баряева, Д.И. Бойков, В.И. Липакова и др.; Под ред. Л.Б. Баряева, Н.Н. Яковлевой. – СПб.; ЦПК проф. Л.Б.Баряева, 2011.
2. Программа обучения глубоко умственно отсталых детей(составитель–НИИ дефектологии АПН) под редакцией А. Маллера, допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации
3. Адаптивная физкультура. Учебное пособие/Под общей ред. проф. С,П, Евсева – М.:Советскийспорт,2002

### Календарно – тематическое планирование

№	Тема	Кол-во часов	Дата	
			План.	Факт.
1	Диагностика	1	Сентябрь 02	
2	Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет Дыхание в ходьбе, медленном беге. Движение руками в исходных положениях	1	09	
3	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменение темпа	1	16	
4	Упражнения для укрепления мышц рук. Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменение темпа	1	23	
5	Наклоны головой. Наклоны туловищем. Подвижная игра «Вот так позы»	1	30	
6	Сгибание стопы. Перекаты с носков на пятки.	1	Октябрь 07	
7	Подвижная игра «Запомни порядок» Упражнения с предметами и без них.	1	14	
8	Упражнения для развития координации движений Подвижная игра «Вот так позы»	1	21	
9	Ходьба по комнате с изменение направления, с обходом кеглей	1	Ноябрь 11	
10	Ходьба ровным шагом, ходьба на носках. Ходьба по кругу, взявшись за руки	1	18	
11	Подвижная игра «Запомни порядок» Упражнения с предметами и без них.	1	25	
12	Игра «Волшебный мешочек».	1	Декабрь 02	
13	Захват предметов. Передача предметов.	1	09	
14	Броски мячей. Перекатывание мячей	1	16	
15	Упражнения для различных мышечных групп Подвижная игра «Аист ходит по болоту»	1	23	
16	Упражнения с предметами на голове (мешочек с песком, кубик и т. д) стоя у стены, в движении, под музыку	1	Январь 13	
17	Повторение основных положений рук, ног, туловища, головы Подвижная игра «Вот так позы»	1	20	
18	Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет Дыхание в ходьбе, медленном беге	1	27	
19	Движение руками в исходных положениях. Сгибание пальцев в кулак и	1	Февраль 03	

	разгибание с изменением темпа			
20	Упражнения для укрепления мышц рук. Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа	1	10	
21	Наклоны головой. Наклоны туловищем. Подвижная игра «Вот так позы»	1	17	
22	Сгибание стопы. Перекаты с носков на пятки.	1	24	
23	Подвижная игра «Запомни порядок» Упражнения с предметами и без них.	1	Март 03	
24	Упражнения для развития координации движений Подвижная игра «Вот так позы»	1	10	
25	Ходьба по комнате с изменением направления, с обходом кеглей	1	17	
26	Ходьба ровным шагом, ходьба на носках. Ходьба по кругу, взявшись за руки	1	24	
27	Строевые упражнения (право, лево, направо, налево, впереди, сзади, рядом)	1	31	
28	Игра «Волшебный мешочек».	1	Апрель 07	
29	Захват предметов. Передача предметов.	1	14	
30	Броски мячей. Перекатывание мячей	1	21	
31	Упражнения для различных мышечных групп Подвижная игра «Аист ходит по болоту»	1	28	
32	Упражнения с предметами на голове (мешочек с песком, кубик и т. д) стоя у стены, в движении, под музыку	1	Май 05	
33	Повторение основных положений рук, ног, туловища, головы Подвижная игра «Вот так позы»	1	12	
34	Диагностика.		19	