

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа-интернат № 23»

Рассмотрено
на заседании учителей
коррекционных дисциплин
Руководитель МО

Н.С.Трущенко
Протокол № _____
от _____

Согласовано
заместитель директора по
учебно-воспитательной
работе

М.А. Тюменцева

Утверждаю
Директор МКОУ
«СОШИ № 23»

Е.В. Алсуфьева
Приказ № _____
от _____

Адаптированная рабочая программа
для детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями) вариант 2
коррекционного курса двигательное развитие
для 3г класса

Составитель:
учитель
Трущенко Н.С.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа коррекционного предмета «Двигательное развитие» для 3 класса составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 2.

Основные задачи реализации содержания:

- 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.

Места предмета в учебном плане.

В соответствии с учебным планом на предмет «Двигательное развитие» в 3 классе отводится 2 часа в неделю 68 часов в год.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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 или животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине или 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 или разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак и 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 (например, вертикализатор, костыли, трость), 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).

СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	Общеразвивающие и корригирующие упражнения	22
2	Прикладные упражнения	26
3	Подвижные игры	20
	Итого:	68

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы могут включать:

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определённому 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;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Предметные результаты

- правильное выполнение упражнений;
- расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями и использование их в качестве средств укрепления здоровья;
- формирование элементарных знаний анатомии человека, о законах жизнедеятельности организма человека, о физиологическом и психологическом воздействии тех или иных упражнений;

- Знакомство со специальной терминологии физических упражнений. Обучение специальной терминологии физических упражнений; □ Обучение и применение дыхательной гимнастики.

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

Личностные учебные действия

- развитие адекватных представлений о собственных возможностях и ограничениях, о насущно необходимом жизнеобеспечении, созданию специальных условий для пребывания в школе, своих нуждах и правах в организации обучения;
- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни; □ овладение навыками коммуникации;
- дифференциация и осмысление картины мира и ее временно-пространственной организации;
- осмысление своего социального окружения и освоению соответствующих возрасту системы ценностей и социальных ролей.

Коммуникативные учебные действия

- - вступать в контакт и работать в коллективе (учитель - ученик, ученик - ученик, ученик - класс, учитель-класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с учителем;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту; □ обращаться за помощью и принимать помощь.

Регулятивные учебные действия

- ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения);
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
- работать с учебными принадлежностями и организовывать рабочее место под руководством учителя;
- выполнять задания в соответствии с определенными характеристиками:
- выполнение задания полностью (от начала до конца);
- выполнение задания с заданными качественными параметрами;
- переход от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия; □ соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами

Познавательные учебные действия

- выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов с помощью учителя;
- ориентироваться на листе бумаги, у доски под руководством учителя;
- уметь слушать и отвечать на простые вопросы учителя
- называть, характеризовать предметы по их основным свойствам (цвету, форме, размеру, материалу);

- группировать предметы на основе существенных признаков (одного-двух) с помощью учителя;
- уметь соблюдать технологические процессы в хозяйственно-бытовой деятельности; □ использовать знако-символические средства с помощью учителя; □ уметь соблюдать правила техники безопасности.
- Диагностика БУДов проводится в соответствии с «Программой формирования базовых учебных действий», реализуемой в образовательной организации.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема урока	Контроль	Дата	Примечание
1	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые».			
2	Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед), повороты в положении стоя или сидя, «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки).			
3	Выполнение движений плечами.			
4	Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы).			
5	Бросание мяча одной рукой (от груди, от уровня колен, из-за головы).			
6	Дыхательные упражнения под хлопки. Под счет.			
7	Выполнение движений пальцами рук			
8	«Ладушки – ладушки» пальчиковые игры			
9	Ловля мяча на уровне груди (на уровне колен, над головой).			
10	Изменение длительности дыхания			
11	Подражание: Как ходит мишка, петушок, кошка			
12	Дыхание при ходьбе.			
13	Игра «Собери пирамидку». Правила игры.			
14	Движение руками в исходных положениях.			
15	Игра «Бросай - ка». Правила игры.			
16	Движение предплечий и кистей рук.			
17	Прокати мяч по дорожке			
18	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа.			
19	Перешагни- ка			
20	Хлопки в ладоши с изменением темпа.			
21	Передай в руки			
22	Наклоны головой.			
23	Удары по мячу ногой с места			
24	Наклоны туловищем			

25	Прыжки на двух ногах с продвижением (вперед, назад)			
26	Сгибание стопы.			
27	Игра «Собери пирамидку». Правила игры.			
28	Перекаты с носков на пятки			
29	Игра «Бросай - ка». Правила игры.			
30	Приседания			
31	Игра «Строим дом». Правила игры.			
32	Отстукивание и отхлопывание разного темпа.			
33	Прыжки на двух ногах с продвижением (вправо, влево).			
34	Прыжки на одной ноге на месте.			
35	Ходьба ровным шагом.			
36	Прыжки на одной ноге с продвижением (вперед, назад)			
37	Ходьба по кругу, взявшись за руки.			
38	Прыжки на одной ноге с продвижением (вправо, влево).			
39	Ходьба на носках.			
40	Выполнение по памяти комбинаций движения. Упражнения.			
41	Ходьба в медленном и быстром темпе			
42	Ходьба на носках. Упражнения.			
43	Ходьба по линии			
44	Игра «Собери пирамидку». Правила игры.			
45	Ходьба на носках.			
46	Игра «Бросай - ка». Правила игры			
47	Захват предметов.			
48	Игра «Строим дом». Правила игры.			
49	Передача предметов.			
50	Бросание мяча вверх, в цель.			
51	Бросание мячей.			
52	Перекаты с носков на пятки. Упражнения.			
53	Перекатывание мячей.			
54	Приседания. Упражнения.			
55	Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопki.			
56	Отстукивание и отхлопывание разного темпа Упражнения			
57	Ходьба по линии. Упражнения.			
58	Игра «Строим дом»			
59	Дыхание при ходьбе.			
60	Хлопки в ладоши с изменением темпа			
61	Игра в кегли			

62	Игра в кегли			
63	Ходьба по кругу, взявшись за руки			
64	Игра «Собери пирамидку». Правила игры.			
65	Игра «Собери пирамидку». Правила игры.			
66	Ходьба в медленном и быстром темпе.			
67	Игра «Бросай - ка». Правила игры.			
68	Игра «Бросай - ка». Правила игры.			