

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 5-6 г класса

Составитель:
учитель
Кабак И.А.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по коррекционному предмету «Двигательное развитие» для 5-6 класса общеобразовательных организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант - 2), разработана на основе:

- ✓ Учебный план МКОУ «СОШИ №23»;
- ✓ Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- ✓ Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) имеются 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. В связи с выраженными нарушениями и (или) искажениями процессов познавательной деятельности, прежде всего: восприятия, мышления, внимания, памяти и др. у обучающихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) возникают непреодолимые препятствия в усвоении «академического» компонента школьного образования. Специфика эмоциональной сферы определяется не только ее недоразвитием, но и специфическими проявлениями гипо- и гиперсензитивности. В связи с незрелостью волевых процессов, дети не способны произвольно регулировать свое эмоциональное состояние в ходе любой организованной деятельности, что не редко проявляется в негативных поведенческих реакциях. Интерес к какой-либо деятельности не имеет мотивационно-потребностных оснований и, как правило, носит кратковременный, неустойчивый характер.

Предмет «Двигательное развитие» для учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью имеет практическую направленность и максимально индивидуализирован. Знание общих закономерностей и особенностей формирования двигательной сферы детей с различными отклонениями представляет особую важность для поиска эффективных педагогических средств и методов коррекции двигательных нарушений. У детей с умственной отсталостью имеется локализация органических поражений в ЦНС, которая приводит к недоразвитию моторики. Чем выше уровень поражения, тем грубее двигательные расстройства. Нижележащие уровни более сохранены, но они регулируют лишь элементарные двигательные акты. Поэтому в наибольшей степени оказываются нарушенными не элементарные движения, а сложнокоординационные двигательные действия, требующие осмысления, словесного опосредования и регуляции со стороны коркового уровня.

Целью программы является обогащение сенсомоторного опыта обучающихся, поддержание и развитие у них 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).□

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

- 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.□

Место предмета в учебном плане

В соответствии с недельным учебным планом общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на коррекционный курс «двигательное развитие» 5 и 6 классах отводится по 1 часу в неделю (34 ч/в год).

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Учебный предмет «Двигательное развитие» в 5-6 классах осваивают обучающиеся (с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью, с тяжелыми и множественными нарушениями в развитии). Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе, от общих занятий не освобождаются, а занимаются на уроке со всеми. К ним применяется индивидуальный подход.

Планируемые результаты освоения программы коррекционного курса «Двигательное развитие» обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) связаны с поддержкой и совершенствованием двигательной активности в специально-созданной ситуации, доступной физическим возможностям и опыту ребенка, с помощью взрослого.

Личностные:

- освоение доступной социальной роли обучающегося;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- 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;
- положительное отношение к физическим упражнениям и оздоровительным мероприятиям;
- проявление интереса и потребности к передвижению в пространстве. **Предметные:**
- выполнение движений и действий по речевой инструкции, или по показу взрослого самостоятельно или с помощью взрослого;
- выполнение действий с мячом: броски мячей разного размера; прокатывание мяча одной, двумя руками;
- ходьба по ровной дорожке (или по скамейке), друг за другом, в паре, с руками на поясе;
- умение стоять друг за другом, стоять взявшись за руки, строиться в круг;
- прыгать на двух, на одной ноге на месте, с продвижением вперед, из обруча в обруч;
- ползание, подползание, переползание через препятствие;
- выполнение разминочных упражнений с предметами и без;
- умение пользоваться спортивными снарядами или орудиями (мячами, кеглями, обручами и пр.).
- строится в колонну, равняться в затылок, размыкаться на вытянутые руки вперед;
- выполнять повороты по ориентирам, по показу, по словесной инструкции учителя;
- уметь выполнять действия по образцу и по подражанию;
- технически правильно осуществлять двигательные действия;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков по показу учителя;
- управлять дыханием.

2.2. Обучающиеся с тяжелой умственной отсталостью и некоторые дети с множественными нарушениями в развитии (2 группа) *Личностные:*

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определённому полу, осознание себя как «Я»;
 - проявление интереса к адаптивным ситуациям для реализации своих образовательных потребностей;
 - положительное отношение к физическим упражнениям и оздоровительным мероприятиям;
 - положительное взаимодействие со сверстниками в разных адаптивных ситуациях.
- Предметные:*

- выполнение движений и действий по показу взрослого самостоятельно или с помощью взрослого;
- выполнение действий с мячом: броски партнеру и умение ловить мячи среднего размера;
- ходьба по ровной дорожке (или по скамейке) друг за другом;

- умение стоять друг за другом, стоять, взявшись за руки; строиться в круг, взявшись за руки;
- прыгать на двух, на одной ноге на месте, взявшись за руки с учителем;
- ползать, подползать, переползать через препятствие;
- выполнение доступных разминочных упражнений;
- умение пользоваться спортивными снарядами или орудиями (мячами, кеглями, кольцами и пр.).

2.3. Обучающимися с глубокой умственной отсталостью и большинство детей с множественными нарушениями в развитии (3 группа) Личностные:

- проявлять интерес к адаптивным ситуациям для реализации своих двигательных потребностей;
- положительно взаимодействовать с близкими взрослыми в разных адаптивных ситуациях.

Предметные:

- выполнять действия с мячом: бросать (удерживать или отдавать) в руки взрослому, прокатывать мячи разного размера;
- ходить или стоять с помощью взрослого, удерживая предмет в руке; отдавать его в руки взрослому; или поворачиваться в сторону взрослого, эмоционально или двигательно реагируя на тактильное воздействие игрушкой;
- стоять, или сидеть, или лежать на боку, пользуясь поддержкой взрослого, или вспомогательным средством (поручнем, подлокотником);
- принимать положение «сидя» из положения «лежа»;
- подниматься и спускаться по ступеням с помощью, за руку с учителем;
- эмоционально и двигательно реагировать на совместные доступные разминочные упражнения

Курс может проводиться в разных оздоровительных средах: в спортзале, в классе, на прогулке, на дому. Материально-техническое оснащение и дидактический материал может использоваться аналогично предмету «Адаптивная физкультура», а также состоять из дополнительных наборов спортивного инвентаря, безопасного для жизни обучающихся (мячи, маты и т.д.).

Содержание коррекционного курса реализуется как в групповой, так и в индивидуальной форме обучения.

Общий объём учебного времени в 6 классе коррекционного курса «Двигательное развитие» составляет 68 часов – 2 часа в неделю.

Учебно-тематический план

5 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов
1	Коррекция осанки и формирование правильной осанки	10
2	Формирование и укрепление мышечного корсета.	12
3	Коррекция и развитие сенсорной системы.	8

4	р Развитие точности движений пространственной ориентировки ж	4
	Итого:а	34

н

Учебно-тематический план 6 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов
1	КоррекцияС и формирование правильной осанки о	5
2	Формированиед и укрепление мышечного корсета.	6
3	Коррекция ^е и развитие сенсорной системы.	8
4	р Формированиеж и укрепление мышечного корсета.	4
5	Коррекцияа и развитие сенсорной системы.	4
6	Развитиен точности движений пространственной ориентировки	7
	Итого:	34

СОДЕРЖАНИЕ

Сначала проводится работа, направленная на расширение диапазона воспринимаемых ощущений ребенка, стимуляцию активности. Под активностью подразумеваются психические, физические, речевые реакции ребенка, например: эмоционально-двигательная отзывчивость, концентрация внимания, вокализация. В дальнейшем в ходе обучения формируются сенсорно-перцептивные действия. Ребенок учится не только распознавать свои ощущения, но и перерабатывать получаемую информацию, что в будущем поможет ему лучше ориентироваться в окружающем мире.

Основное содержание этих 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 отработкой 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.

Программа построена на следующих принципах:

- **Принцип единства диагностики и коррекции развития** который заключается в целостности процесса оказания психолого-педагогической и медико-социальной помощи в развитии ребёнка.
- **Деятельностный принцип коррекции.** основан на признании того, что именно активная деятельность самого ребенка является движущей силой развития.
- **Принцип индивидуально-дифференцированного подхода** изменения содержания, форм, способов коррекционно-развивающей работы в зависимости от индивидуальных особенностей ребенка.
- **Принцип комплексности организации коррекционной работы** заключается в особенностях использования методических средств и подходов, различных теоретических и методологических подходов, конкретных техник.
- **Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к участию в реализации программы** принцип определяется той ролью, которую играет ближайший круг общения в психическом развитии ребёнка; система отношения ребёнка с близкими взрослыми, особенности их межличностных отношений и общения, формы совместной деятельности, способы её осуществления составляют важнейший компонент социальной ситуации развития ребёнка, определяют зону его ближайшего развития.
- **Принцип усложнения** каждое занятие должно проходить ряд этапов: от минимально простого – к сложному.

Проводимые игры, занятия, упражнения, предъявляемый материал должны создавать благоприятный эмоциональный фон, стимулировать положительные эмоции. Коррекционное занятие обязательно завершается на позитивном эмоциональном фоне **Календарно-тематический план по коррекционному курсу:**

«Двигательное развитие»
класс 5 г (34 часа – 1 час в неделю)

№ урока	№ в теме	Раздел, количество часов Тема урока	Базовые учебные действия	Дата
Раздел 1. Коррекция и формирование правильной осанки – 10 часов				
1	1	Дыхательные упражнения в образном оформлении.	П. Выполнение имитационных упражнений. Слушать	
2	2	Движение руками в исходных положениях.		

3	3	Движение предплечий и кистей рук.	инструкции учителя и выполнять упражнения по показу учителя. К. Умение работать в команде, умение довести начатое дело до конца.		
4	4	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа.			
5	5	Движение плечами.			
6	6	Наклоны головой.			
7	7	Наклоны туловищем.			
8	8	Сгибание стопы.			
9	9	Упражнения на равновесие.			
10	10	Упражнения для укрепления мышц туловища.			
Раздел 2. Формирование и укрепление мышечного корсета – 12 часов					
11	1	Упражнения для укрепления мышц туловища.		П. Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей. К. Умение работать в команде, умение довести начатое дело до конца.	
12	2	Корректирующие упражнения. Игра с мячом.			
13	3	Прыжок в длину с места в ориентир.			
14	4	Повороты на месте.			
15	5	Построение в круг по ориентиру.			
16	6	Игра «Птички» с обручем.			
17	7	Упражнения на равновесие.			
18	8	Упражнения для укрепления мышц живота.			
19	9	Вис на гимнастической стенке с подниманием ног. Игра «Выше земли».			
20	10	Планка (упражнения на пресс).			
21	11	Упражнения на ковриках.			
22	12	Упражнения в висе спиной к гимнастической стенке.			
Раздел 3. Коррекция и развитие сенсорной системы – 8 часов					
23	1	Катание ступнями кеглей. Игра «Кто быстрее снимет».	П. Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.		
24	2	Ходьба по дорожке (змейка).			
25	3	Ходьба на носках, на пятках.			
26	4	Игра «Передай мяч».			
27	5	Общие развивающие упражнения для ног.			

28	6	Упражнения с большим мячом.		
29	7	Игра «По кочкам».		
30	8	Упражнения для мышц брюшного пресса.		
Раздел 4. Развитие точности движений пространственной ориентировки - 4 часа				
31	1	Упражнения с гантелями.	П. Выполнение двигательных действий, использование их в игровой деятельности.	
32	2	Самомассаж рук, головы, ног. Игра «Ну-ка отними».		
33	3	Самомассаж рук, головы, ног. Игра «Ну-ка отними».		
34	4	Эстафеты с мячом.		

Календарно-тематический план по коррекционному курсу:

«Двигательное развитие» класс 6

г (34 часа – 1 час в неделю)

№ урока	№ в теме	Раздел, количество часов Тема урока	Базовые учебные действия	Дата
Раздел 1. Коррекция и закрепления навыка правильной осанки – 5 часов				
1	1	Формирование знаний о положении тела при правильной осанке.	П. Уметь демонстрировать: общеразвивающие упражнения в положении стоя, сидя, лежа, стоя на четвереньках, упражнения у гимнастической стенки. К. Умение работать в команде, умение довести начатое дело до конца.	
2	2	Формирование правильной осанки у гимнастической стенки (пятки, икроножные мышцы), под контролем учителя.		
3	3	Формирование правильной осанки у гимнастической стенки (пятки, икроножные мышцы), под контролем учителя.		
4	4	Упражнения с движениями, имитирующими ходьбу и бег животных.		
5	5	Упражнения у гимнастической стенки (движения головы, рук, ног, приседания, скольжение спиной по стенке).		
Раздел 2. Формирование и укрепление мышечного корсета – 6 часов				

6	1	Упражнения с предметами и без них. Спортивная игра «Ловкий и умелый».	П. Соблюдать правила безопасности поведения во время занятий физическими упражнениями в спортивном зале. Слушать и выполнять команду учителя. Умение действовать по сигналу.	
7	2	Упражнения с предметами и без них. Спортивная игра «Ловкий и умелый».		
8	3	Упражнения для укрепления мышц живота и спины.		
9	4	Упражнения для укрепления мышц живота и спины.		
10	5	Упражнения для укрепления тазового пояса, бёдер, ног и рук.		
11	6	Упражнения для укрепления тазового пояса, бёдер, ног и рук.		
Раздел 3. Коррекция и развитие сенсорной системы – 8 часов				
12	1	Упражнение на формирование правильного дыхания.	П. Соблюдать правила безопасности поведения во время занятий физическими упражнениями в спортивном зале. Слушать и выполнять команду учителя. Умение действовать по сигналу. Уметь последовательно выполнять действия. К. Умение работать в команде, умение довести начатое дело до конца.	
13	2	Упражнение на формирование правильного дыхания.		
14	3	Упражнение на формирование правильного дыхания.		
15	4	Игра: «Дунем раз...», упражнение «Болото».		
16	5	Игра: «Дунем раз...», упражнение «Болото».		
17	6	Упражнение для правильного дыхания с использованием артикуляционной и пальчиковой гимнастики.		
18	7	Упражнение для правильного дыхания с использованием артикуляционной и пальчиковой гимнастики.		
19	8	Упражнение для правильного дыхания с использованием артикуляционной и пальчиковой гимнастики.		
Раздел 4. Формирование и укрепление мышечного корсета – 4 часов				
20	1	Упражнения для увеличения гибкости и подвижности позвоночника и суставов при помощи фитболов, больших мячей.	П. Соблюдать правила безопасности поведения во время занятий физическими упражнениями в	

21	2	Упражнения для увеличения гибкости и подвижности позвоночника и суставов при помощи фитболов, больших мячей.	спортивном зале. Слушать и выполнять команду учителя. Умение действовать по сигналу. Уметь последовательно выполнять действия.	
22	3	Обучение комплексам упражнений с малым мячом для профилактики нарушений осанки.		
23	4	Обучение комплексам упражнений с малым мячом для профилактики нарушений осанки.		
Раздел 5. Коррекция и развитие сенсорной системы – 4 часа				
24	1	Игра «Балалайка».	П. Знать правила подвижных игр, изученных на занятиях.	
25	2	Катание массажного мяча руками к себе.		
26	3	Ловля мяча после отскока от пола двумя руками, одной.		
27	4	Упражнения с мячами – ёжиками.		
Раздел 6. Развитие точности движений пространственной ориентировки – 7 часов				
28	1	Ловля мяча с поворотом на месте.	Л. Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.	
29	2	Ловля мяча с поворотом на месте.		
30	3	Игра «Баскетболист».		
31	4	Игра «Баскетболист».		
32	5	Игра «Точно в цель».		
33	6	Игра «Точно в цель».		
34	7	Подбрасывание мяча вверх, три хлопка. Игра «Поймай мяч».		