Принято
на педагогическом совете
ГБОУ РК «Школа-интернат № 24»
протокол от 31 августа 2023 г. № 1

Утверждено
приказом директора
ГБОУ РК «Школа-интернат № 24»
от 31 августа 2023 г. № 164-од

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат:
2D38CD2FEDC832F4437D832F5BD942AC
Владелец: Кузьмина Марина Николаевна
Действителен: с 22.09.2022 до 16.12.2023

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
коррекционного курса
«Двигательное развитие»
(АООП вариант 2)
для 1 дополнительного – 4 классов
срок реализации 5 лет

1. Пояснительная записка

Программа разработана на основе нормативных документов:

Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью интеллектуальными нарушениями) (утвержден приказом Минобрнауки России от 19 декабря 2014 г. № 1599;

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее – ФАООП УО (ИН), утверждена приказом Минпросвещения России от 24 ноября 2022 г. № 1026.

У большинства детей с **тяжёлыми и множественными нарушениями развития (ТМНР)** имеются грубые 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.

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.

2. Планируемые результаты освоения предмета

Планируемые результаты включают в себя:

- Базовые учебные действия;
- Предметные результаты;
- Оценка достижений обучающихся.

2.1 Базовые учебные действия

Программа формирования базовых учебных действий у обучающихся направлена на развитие способности у детей овладевать содержанием адаптированной основной образовательной программой общего образования для обучающихся с умственной отсталостью (вариант II).

1.Наглядно - практические.

2. Формирование учебного поведения:

- умение выполнять инструкции педагога;
- использование по назначению учебных материалов с помощью взрослого;
- умение выполнять действия по образцу и по подражанию.

3. Формирование умения выполнять задание:

- в течение определенного периода времени,
- от начала до конца,
- с заданными качественными параметрами.

4. Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.

-Умение следовать инструкции педагога.

2.2 Предметные результаты

Результаты освоения коррекционного курса двигательное развитие могут включать следующие умения:

- Развитие элементарных пространственных понятий.
- Знание частей тела человека.
- Знание элементарных видов движений.
- Умение выполнять исходные положения.
- Умение бросать, перекладывать, перекатывать.
- Умение управлять дыханием.

2.3 Оценка достижений обучающихся

В соответствии с требованиями ФГОС, ФАООП 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 образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся в специальных индивидуальных программах развития(СИПР).

Текущая аттестация обучающихся включает в себя полугодовое оценивание (мониторинг) результатов освоения программы.

Промежуточная (годовая) аттестация представляет собой оценку результатов освоения программы и развития жизненных компетенций ребёнка по итогам учебного года (мониторинг).

Для организации аттестации обучающихся рекомендуется применять метод экспертной группы (на междисциплинарной основе). Она объединяет разных специалистов, осуществляющих процесс образования и развития ребенка. К процессу аттестации обучающегося желательно привлекать членов его семьи. Задачей экспертной группы является выработка согласованной оценки достижений ребёнка в сфере жизненных компетенций. Основой служит анализ результатов обучения ребёнка, динамика развития его личности. Результаты анализа должны быть представлены в удобной и понятной всем членам группы форме оценки, характеризующей наличный уровень жизненной компетенции. По итогам освоения задач и анализа результатов обучения составляется развернутая характеристика учебной деятельности ребёнка, оценивается динамика развития его жизненных компетенций.

3. Содержание

Количество часов, отведенных на реализацию курса «Двигательное развитие» определено ФГОС образования для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (вариант 2) и приведено в следующей таблице:

Класс / Кол-во часов	1 доп.	1	2	3	4
В неделю	1	1	1	1	1
За год	33	33	34	34	34
всего	168				

В основу обучения положена система простейших физических упражнений, направленных на коррекцию дефектов физического развития и моторики, укрепление здоровья, выработку жизненно необходимых двигательных умений и навыков у учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью.

Содержание программного материала занятий состоит из базовых и большого количества подготовительных, подводящих и коррекционных упражнений:

- упражнения для развития мелкой моторики рук;
- упражнения для формирования правильной осанки;
- комплекс упражнений для профилактики плоскостопия;
- комплекс упражнений дыхательной гимнастики;
- упражнения для развития координации;
- упражнения для развития функции координации и вестибулярного аппарата.

Объем программного материала по коррекционным занятиям предполагает наращивание знаний и умений в сравнении с ранее полученными знаниями.

В разделы включены специально подобранные физические упражнения, которые позволяют воздействовать на различные звенья опорно-двигательного аппарата, мышечные группы и системы, корригировать недостатки развития.

Тематическое планирование разработано на каждый класс индивидуально и представлено в рабочей программе конкретного класса на каждый год обучения.

Тематическое планирование

№	Наименование раздела	Кол-во часов
1 дополнительный класс		
1	Дыхательные упражнения. Дыхательные упражнения по подражанию. Дыхательные упражнения под счет. Оздоровительные упражнения на тренажерах. Изменение длительности дыхания. Игра «Солнышко и дождик». Дыхание при ходьбе. Упражнения. Перекатывание мячей Движение руками в исходных положениях. Упражнения. Движение предплечий и кистей рук. Упражнения. Игра «Хитрая лиса». Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменение темпа.	
2	Хлопки в ладоши с изменением темпа. Наклоны головой. Упражнения. Наклоны туловищем. Бросание мячей. Игра «Ручеёк». Сгибание стопы. Перекаты с носков на пятки. Игра «Кот и мыши». Приседания. Игра «Воробушки и кот». Отстукивание и отхлопывание разного темпа. Ходьба ровным шагом.	
3	Оздоровительные упражнения на тренажерах. Ходьба ровным шагом Ходьба по кругу, взявшись за руки. Ходьба на носках. Ходьба в медленном и быстром темпе. Ходьба по линии. Ходьба на носках. Захват предметов. Передача предметов. Игра «У медведя во бору». Бросание мячей. Перекатывание мячей.	
4	Оздоровительные упражнения на тренажерах. Игра «Солнышко и дождик». Движение предплечий и кистей рук. Упражнения. Игра «Воробушки и кот». Перекаты с носков на пятки. Игра «Кот и мыши». Приседания. Игра «У медведя во бору». Передача предметов. Наклоны туловищем. Игра «Ручеёк». Оздоровительные упражнения на тренажерах. Игра «Найди пару». Оздоровительные упражнения на тренажерах.	
1 класс		
1	Оздоровительные упражнения на тренажерах. Ходьба ровным шагом Ходьба по кругу, взявшись за руки. Ходьба на носках. Ходьба в медленном и быстром темпе. Ходьба по линии. Ходьба на носках. Захват предметов. Передача предметов. Игра «У медведя во бору». Бросание мячей. Перекатывание мячей.	
2	Оздоровительные упражнения на тренажерах. Игра «Солнышко и дождик». Движение предплечий и кистей рук. Упражнения. Игра «Воробушки и кот». Перекаты с носков на пятки. Игра «Кот и мыши». Приседания. Передача предметов. Наклоны туловищем. Игра «Ручеёк». Оздоровительные упражнения на тренажерах. Игра «Найди пару». Оздоровительные упражнения на тренажерах.	
3	Дыхательные упражнения. Дыхательные упражнения по подражанию. Дыхательные упражнения под счет. Оздоровительные упражнения на тренажерах. Изменение длительности дыхания. Игра «Солнышко и дождик». Дыхание при ходьбе. Упражнения. Перекатывание мячей Движение руками в исходных положениях. Упражнения. Движение предплечий и кистей рук. Упражнения. Игра «Хитрая лиса». Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменение темпа.	
4	Наклоны туловищем. Бросание мячей. Хлопки в ладоши с изменением темпа. Наклоны головой. Упражнения. Игра «Ручеёк». Сгибание стопы. Перекаты с носков на пятки. Игра «Кот и мыши». Приседания. Игра «Воробушки и кот». Отстукивание и отхлопывание разного темпа. Ходьба ровным шагом. Игра «У медведя во бору».	

2 класс		
1	Ходьба по кругу, взявшись за руки/ОРУ без предмета. Ходьба, бег, ОРУ без предмета. Движение руками в различных исходных положениях/ свободное дыхание. Профилактика и коррекция навыка правильной ходьбы. ОРУ с массажными мячами. Эстафеты с ходьбой. Захват предметов. ОРУ с ленточками. Упражнения для мышц брюшного пресса. Формирование навыка правильной осанки у гимнастической стенки. Метание мешочков в горизонтальную цель. Профилактика и развитие внимания. Броски и ловля большого мяча.Упражнения в равновесии (гимнастическая стенка).	
2	Перекатывание мячей. Дыхательные упражнения по подражанию с теннисными шариками. ОРУ для укрепления мышц спины. Прыжки на двух ногах. Упражнение пальчиковой гимнастики «Руки в стороны». Подражательные упражнения (движения животных). ОРУ с малыми мячами. Профилактика и коррекция плоскостопия. Коррекция мелкой моторики рук. Переноска предметов. Пролезание и подлезание под препятствием.	
3	Коррекция правильного дыхания. Укрепление мышечного корсета. ОРУ со скакалкой. ОРУ с флажками. Упражнения с обручем. Профилактика и коррекция плоскостопия. ОРУ с фитболами. Формирование навыка правильной осанки. Прыжки в длину с места. Передача предметов. Броски и ловля мяча на разную высоту. Самомассаж рук, головы, ног, живота. Упражнения для мышц ног.	
4	Упражнения у гимнастической стенки. Броски и ловля мяча в парах. Подражательные упражнения (движения животных). Упражнения в равновесии. Метание малого мяча в вертикальную цель. Упражнения с кеглями. Лазания по г/стенке. ОРУ с теннисными мячами. Профилактика и коррекция плоскостопия. Коррекция мелкой моторики рук. Тестирование.	
3 класс		
1	Построение/ходьба/ ОРУ без предмета. Тестирование. ОРУ без предмета/ Сгибание-разгибание пальцев в кулак. Формирование основных двигательных навыков/ Сгибание – разгибание ног в голеностопных суставах. Захват предметов (мячи разных размеров, кегли, кубики). Броски и ловля большого мяча. Упражнения с массажными мячами. Имитационные упражнения/ Игра «Собери шишки». ОРУ с кубиками. Упражнения на гимнастической скамейке. Коррекция и развитие мелкой моторики. Равновесие/дыхательные упражнения. Перекатывание мяча. Формирование навыка правильной осанки. Эстафеты с ходьбой. Передача мяча в парах.	
2	Метание в горизонтальную цель. Лазанье и перелезание (гимнастическая скамейка). Упражнения с гимнастической палкой/ Игровой самомассаж «Ладошки». Дыхательные упражнения с теннисными шариками. Упражнения с кеглями. Прыжки на месте на двух ногах, поочередно на одной ноге. ОРУ с теннисными мячами. Переноска предметов. Преодоление простейших препятствий. Метание мяча в вертикальную цель.	
3	ОРУ с фитболами. Пролезание сквозь предметы. ОРУ со скакалкой/свободное дыхание. Передача и перекаты мяча. ОРУ с ленточками. Ходьба по гимнастической скамейке с различными положениями рук. Броски и ловля мяча. Упражнения на развитие	

	равновесия. Формирование и укрепление мышечного корсета (на гимнастических матах). Прыжки, перепрыгивая через гимн/палки. Профилактика и коррекция плоскостопия. Упражнения на гимнастической стенке. Упражнения с обручами/пальчиковая гимнастика. Имитационно-подражательные движения(ползания). Спрыгивание с высоты до 50 см. Перепрыгивание через начерченную линию, шнур. Бег с различной скоростью.	
4	Броски и ловля мяча в парах. Передвижение по гимнастической стенке в сторону приставными шагами. Формирование навыка правильной осанки в различных положениях тела. Метание малого мяча в вертикальную цель. Подбрасывание мяча вверх и ловля его. Броски малого мяча в стену. Передача мяча в колонне. Подлезание под препятствие высотой 40-50 см, лежа на животе. Коррекция ходьбы/ Дыхательное упражнение «Одуванчик». Эстафеты с ходьбой. Тестирование.	
4 класс		
1	Тестирование. Формирование навыка правильной осанки. Эстафеты с ходьбой. Броски и ловля мяча в парах. Передвижение по гимнастической стенке в сторону приставными шагами. Формирование навыка правильной осанки в различных положениях тела. Метание малого мяча в вертикальную цель. Подбрасывание мяча вверх и ловля его. Броски малого мяча в стену. Передача мяча в колонне. Подлезание под препятствие высотой 40-50 см, лежа на животе. Коррекция ходьбы/ Дыхательное упражнение «Одуванчик». Эстафеты с ходьбой.	
2	ОРУ с фитболами. Пролезание сквозь предметы. ОРУ со скакалкой/свободное дыхание. Передача и перекаты мяча. ОРУ с ленточками. Ходьба по гимнастической скамейке с различными положениями рук. Броски и ловля мяча. Упражнения на развитие равновесия. Формирование и укрепление мышечного корсета (на гимнастических матах). Прыжки, перепрыгивая через гимн/палки. Профилактика и коррекция плоскостопия. Упражнения на гимнастической стенке. Упражнения с обручами/пальчиковая гимнастика.	
3	Имитационно-подражательные движения(ползания). Спрыгивание с высоты до 60 см. Перепрыгивание через начерченную линию, шнур. Бег с различной скоростью. Метание в горизонтальную цель. Лазанье и перелезание (гимнастическая скамейка). Упражнения с гимнастической палкой/ Игровой самомассаж «Ладошки». Дыхательные упражнения с теннисными шариками. Упражнения с кеглями. Прыжки на месте на двух ногах, поочередно на одной ноге. ОРУ с теннисными мячами. Переноска предметов. Преодоление простейших препятствий. Метание мяча в вертикальную цель.	
4	Построение/ходьба/ ОРУ без предмета. Тестирование. ОРУ без предмета/ Сгибание-разгибание пальцев в кулак. Формирование основных двигательных навыков/ Сгибание – разгибание ног в голеностопных суставах. Захват предметов (мячи разных размеров, кегли, кубики). Броски и ловля большого мяча. Упражнения с массажными мячами. Имитационные упражнения/ Игра «Собери шишки». ОРУ с кубиками. Упражнения на гимнастической скамейке. Коррекция и развитие мелкой моторики. Равновесие/дыхательные упражнения. Перекатывание мяча. Формирование навыка правильной осанки. Эстафеты с ходьбой. Передача мяча в парах.	