

**Государственное бюджетное стационарное учреждение социального обслуживания
Московской области “Семейный центр им. А. И. Мещерякова”**

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБСУСО МО

«Семейный центр им. А.И. Мещерякова»

_____ Г.К.Елифанова

«____» _____ 2024 г.

Пр.№ _____ от _____ 2024 г.

Рабочая программа по внеурочной деятельности обучающихся с нарушениями зрения и (или) слуха с интеллектуальными нарушениями и тяжёлыми множественными нарушениями развития.

«Спортивно – оздоровительный кружок «Я смогу»

Составитель: Полосухина Марина Николаевна

г. Сергиев Посад, 2024 г.

Пояснительная записка.

Рабочая программа «Спортивно – оздоровительного кружка» для детей с выраженными нарушениями зрения, слуха, с умственной отсталостью и тяжелыми множественными нарушениями развития разработана с учетом особенностей их психофизического развития и индивидуальных возможностей, обеспечивающая коррекцию нарушения развития и социальную адаптацию.

Общая характеристика внеурочной деятельности

Адаптивное физическое воспитание и оздоровительные мероприятия занимают важное место не только среди учебных предметов, но, и в жизни ребенка с тяжелыми комплексными нарушениями развития, поскольку обеспечивает овладение основными видами деятельности: игровой, учебной, социально-трудовой. В данной рабочей программе представлен материал, который может быть скорректирован с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся.

Психолого-педагогическая характеристика обучающихся с выраженными нарушениями зрения, слуха и с тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития.

Для детей с выраженными нарушениями зрения, слуха и с ТМНР характерно интеллектуальное и психофизическое недоразвитие в умеренной, тяжелой или глубокой степени. У некоторых детей выявляются текущие психические и соматические заболевания, которые значительно осложняют их индивидуальное развитие. Наряду с нарушением базовых психических функций, памяти и мышления отмечается своеобразное нарушение всех структурных компонентов речи.

Внимание обучающихся с нарушениями зрения, слуха и с ТМНР крайне неустойчивое, отличается низким уровнем продуктивности из-за быстрой истощаемости, отвлекаемости. Психофизическое недоразвитие характеризуется также нарушениями координации, точности, темпа движений, что осложняет формирование физических действий: бег, прыжки и др., а также навыков несложных трудовых действий, отмечается замедленный темп, вялость, пассивность, заторможенность движений. У большинства детей с нарушениями зрения, слуха и с ТМНР наблюдаются трудности, связанные со статикой и динамикой тела. Значительная часть детей с выраженными нарушениями зрения и слуха имеют и другие нарушения, что дает основание говорить о тяжелых и множественных нарушениях развития (ТМНР), которые представляют собой не сумму различных ограничений, а сложное качественно новое явление с иной структурой, отличной от структуры каждой из составляющих.

Особенности и своеобразие психофизического развития детей с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР определяют специфику их образовательных потребностей. Сочетанные нарушения обучающихся данной категории, как правило, в той или иной форме осложнены нарушениями опорно-двигательных функций, сенсорными, соматическими нарушениями, расстройствами аутистического спектра и эмоционально-волевой сферы или другими нарушениями, различное сочетание которых определяет особые образовательные потребности детей.

Аутистические проявления данной категории обучающихся затрудняют установление контакта с окружающими. У детей названной группы нет интереса к деятельности окружающих, они не проявляют ответных реакций на попытки учителя (родителя) организовать их взаимодействие со сверстниками. Особенности физического и эмоционально-волевого развития детей с выраженными нарушениями зрения с аутистическими проявлениями затрудняют их обучение в условиях группы, поэтому на начальном этапе обучения они нуждаются в индивидуальной программе и индивидуальном сопровождении специалистов

Программа разработана на основе нормативных документов:

- Федеральным законом Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ);
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.3286-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья" (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10 июля 2015 г. № 26);
- Приказ Минобрнауки России от 4 октября 2010 г. № 986 "Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений";
- Приказ Минобрнауки России от 19 декабря 2014 г. № 1599 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)";
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования для слепых обучающихся с умственной отсталостью; (вариант 3.4)
- Федеральная адаптированная основная образовательная программа начального общего образования, для слепых обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) - вариант 3.4
- Адаптированная основная образовательная программа начального общего образования, для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и тяжёлыми множественными нарушениями развития – вариант 2

Целью рабочей программы по внеурочной деятельности с воспитанниками со сложными (комплексными) нарушениями развития является обеспечение комплексного подхода к решению образовательных проблем, достижение максимально возможного развития двигательной сферы и двигательной независимости; освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности.

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в качестве основных задач реализации содержания «Спортивно – оздоровительного кружка» выделяет следующие:

1. Формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков
2. Укрепление и сохранение здоровья детей, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний.
3. Развитие восприятия собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений.
4. Освоение доступных способов передвижения (в том числе с использованием технических средств).
5. Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью.
6. Формирование двигательных навыков, координации движений, физических качеств.

Задачи:

Образовательные:

- Обучать различным способам передвижения: по прямой, по кругу, зигзагом, по ровной, наклонной поверхности, с преодолением препятствий.
- Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков, обучение технике правильного выполнения физических упражнений.
- Формирование навыка пространственной ориентировки в процессе адаптивного физического воспитания.
- Формирование игровой деятельности, двигательных умений как прикладного характера, так и дифференцированных движений.
- развитие двигательных функций (способности к самостоятельному передвижению), формирование фонда жизненно важных движений и игровой деятельности.

Развивающие:

- * Развитие способности к самостоятельному передвижению
- * Развитие речевой активности, обогащение словарного запаса через движение.
- * Расширение объёма мышечно-двигательных представлений и двигательной памяти.
- * Повышение толерантности к нагрузке, развитие физических способностей

Коррекционные:

- * Коррекция нарушения опорно-двигательного аппарата, скованности движений, улучшение подвижности в суставах и др.
- * Коррекция нарушений поведения, эмоционально-волевой сферы, внимания, памяти с использованием средств АФВ.
- * Преодоление двигательных нарушений, нормализация мышечного тонуса.

Оздоровительные:

- * Укрепление и сохранение «остаточного» здоровья.
- * Исключение стрессовых ситуаций в процессе адаптивного физического воспитания.
- * Сохранение здоровья, повышение физиологической активности органов и систем профилактики осложняющих расстройств (стойких вегетативно-сосудистых и соматических нарушений).

Воспитательные:

- * Воспитание устойчивого интереса, мотивации к занятиям физическими упражнениями.
- * Общее развитие и предупреждение вторичных эмоциональных и поведенческих расстройств, преодоление страхов, воспитание настойчивости, смелости, позитивного отношения к себе и окружающим.
- * Воспитании чувства уверенности в себе, своих силах и возможностях.
- * Формирование способов взаимодействия воспитанника и педагога в процессе занятий физическими упражнениями.

Основные принципы программы:

1. Принцип «от простого - к сложному», задания постепенно усложняются (научившись элементарным навыкам работы, ребенок применяет свои знания в выполнении сложных творческих работ).
2. Доступности (простота, соответствие возрастным и индивидуальным особенностям);
3. Наглядности (иллюстративность, наличие дидактических материалов). “Чем более органов наших чувств принимает участие в восприятии какого-нибудь впечатления или группы впечатлений, тем прочнее ложатся эти впечатления в нашу механическую,

нервную память, вернее сохраняются ею и легче, потом вспоминаются” (К.Д. Ушинский);

4. Демократичности и гуманизма (взаимодействие педагога и ученика в социуме, реализация собственных потребностей);
5. Смена разных видов деятельности.
6. Систематичность и последовательность.
7. Принцип сотрудничества – позволяет создать в ходе учебной деятельности, доброжелательное отношение друг к другу и помощь ребёнку со стороны педагога.

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- словесный
- наглядный наблюдение, показ (выполнение) педагогом, работа по образцу)
- практический (выполнение работ по инструкционным картам (предложенным алгоритмам));

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности учащихся на занятиях:

- фронтальный – одновременная работа со всеми детьми;
- индивидуально - фронтальный – чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;
- групповой – организация работы в группах;
- индивидуальный – индивидуальное выполнение заданий, решение проблем.

Личностные и предметные результаты освоения

:

Основным ожидаемым результатом освоения обучающимся рабочей программой по внеурочной деятельности «Спортивно – оздоровительный кружок» является развитие жизненной компетенции, позволяющей достичь максимальной самостоятельности (в соответствии с его психическими и физическими возможностями) в решении повседневных жизненных задач, включение в жизнь общества через индивидуальное поэтапное и планомерное расширение жизненного опыта и повседневных социальных контактов. Федеральный государственный стандарт начального образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) устанавливает требования к результатам освоения рабочей программы на основе ФАООП НОО для слепых обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 3.4 и АООП НОО для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и ТМНР вариант 2, которые рассматриваются как возможные (примерные) и соразмерные с индивидуальными возможностями и специфическими образовательными потребностями обучающихся.

В соответствии с требованиями ФГОС к ФАООП НОО вариант 3.4 и АООП НОО 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.

Устанавливаются требования к результатам:

- личностным, включающим сформированность мотивации к обучению и познанию, социальные компетенции, личностные качества;
- предметным, включающим освоенный обучающимися в ходе изучения учебного предмета опыт специфической для данной предметной области деятельности по получению нового знания и его применению.

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

Личностные результаты освоения:

- 1) основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «Я»;
- 2) социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- 3) формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
- 4) формирование уважительного отношения к окружающим;
- 5) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 6) развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

Предметные результаты освоения :

1. Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений:
 - 1.1 освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в т. ч. с использованием технических средств);
 - 1.2 освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей;
2. Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью:
 - 2.1 умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения, др.

Содержание рабочей программы.

Ключевой направленностью внеурочной деятельности «Спортивно-оздоровительный кружок» является формирование готовности у детей к овладению содержания АООП НОО для обучающихся с умственной отсталостью и ТМНР (вариант 2). Формирование базовых учебных действий, предусмотренных включает следующие задачи:

1. Подготовку ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся.
2. Формирование учебного поведения (направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание; умение выполнять инструкции педагога; использование по назначению учебных материалов; умение выполнять действия по образцу и по подражанию).

На занятии будут присутствовать дети слепые-слышащие, глухие, все имеют ЗПРР и ТМНР. У многих наблюдаются проблемное поведение, аффективные вспышки.

Общая характеристика внеурочной деятельности.

Тема	Содержание деятельности
Развитие моторики рук и ног	• Общеразвивающие упражнения для рук, ног, туловища. • Упражнения на развитие согласованности движений, равновесия. • Упражнения на ознакомление с движениями кисти: сгибание, разгибание, отведение, приведение, круговые движения. • Предметные действия: захватывание, удержание, перекладывание

	(кегли, колец, обруча и т.д.) Упражнения на ознакомление с движениями пальцев (сжимание в кулак, разжимание и т.д.)
Формирование основных движений	- Построение в шеренгу, перестроение в круг. - Ходьба парами, взявшись за руки - Ходьба друг за другом «Паровозик» - Ходьба по дорожке. - Бег между предметами - Лазание, ползание на четвереньках. - Подскоки на месте - Отталкивание мяча из положения сидя ноги врозь.
Развитие навыков пространственной ориентировки	- Повороты направо, налево, передача мяча. - Упражнения, направленные на формирование, умения ориентироваться в окружающем пространстве - Игры: «Доползи до игрушки», «где звенит» и т.д.
Формирование основных видов прыжков	- Подскоки и прыжки на двух ногах на месте (батут) - Спрыгивание с высоты (20-30см) и пр. с помощью учителя. - Перешагивание через предметы (палка, планка, веревка).
Формирование точности движений	- Ходьба по прямой, взявшись за руки, по кругу - Ходьба по веревке - Пролезание в обруч и др. - Захват мяча (других предметов), удержание и выпуск из рук. - Метание различных предметов (мешочков с песком, мячей и т.д.)
Коррекция двигательных нарушений	- Корригирующие упражнения на формирование правильной осанки. - Дыхательная гимнастика. - Ходьба по гимнастической доске (на полу) - Имитирующая ходьба «как лисичка», переступание с ноги на ногу «как медведь» и пр. - Ползание на четвереньках по ковру. - Ознакомление с правильным положением тела в и.п. лежа на спине, на животе.
Игры на развитие точности движений.	Перекатывание мяча в парах, «сбей кеглю», «мяч по кругу».
Игры на развитие пространственной ориентировки	«Сбей кеглю»(перекатывание мяча на звуковой, световой ориентир, «мяч по кругу (передача мяча влево, вправо)», «тоннель», «где звонят?» и др.
Игры на развитие точности движений	Перекатывание мяча в парах, «мяч по кругу», «сбей кеглю».