


Казенное общеобразовательное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа - Югры «Нижевартовская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья №2»

«Согласовано»

Заместитель директора по УР
 О.В. Александрова

«Рассмотрено» на заседании ПС
Протокол от « 30 » 08 2024 № 1

«Утверждаю»

Директор КОУ «НВЦООВЗ №2»
 А.А. Кирбенёва
Приказ от « 02 » 09 2024 г. № 286/1

Приложение к АООИ Вариант 2

Рабочая программа
по коррекционно-развивающему курсу
«Двигательное развитие»
9 Г класс
2024-2025 уч.г.

Учитель высшей категории
Мишарина Эльвира Евгеньевна

Пояснительная записка

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

1. Приказа №1599 от 19.12.2014 г. Министерства образования и науки РФ «Об утверждении федерального государственного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
2. Адаптированной основной общеобразовательной программы для обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью, с тяжёлыми множественными нарушениями развития (ТМНР) 1-12 классов, утверждённая приказом от 27.03.2023г. №61/1 «Об утверждении адаптированных основных общеобразовательных программ, реализуемых в КОУ «НВШООВЗ№2» (с изменениями от 02.09.2024 г. Приказ №286\1).

Целью программы является работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков. создание условий для всестороннего развития личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекции недостатков психофизического развития, расширения индивидуальных двигательных возможностей, социальную адаптацию.

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).

- компенсация утраченных или нарушенных двигательных функций;
- согласованности движений отдельных звеньев тела (рук, ног, туловища, головы);
- согласованности выполнения симметричных и асимметричных движений;
- согласованности движений и дыхания;
- коррекция основных движений в ходьбе, беге, метании, прыжках, лазании, упражнениях с предметами и др.;
- формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков;
- формирование туристических навыков, умения кататься на велосипеде, ходить на лыжах, плавать, играть в спортивные игры;
- укрепление и сохранение здоровья обучающихся, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний;
- целенаправленное «подтягивание» отстающих в развитии физических способностей;
- развитие мышечной силы, элементарных форм скоростных способностей, ловкости, выносливости, подвижности в суставах.
- формирование и коррекция осанки;
- профилактика и коррекция плоскостопия;
- коррекция массы тела;
- укрепление сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- развитие зрительно-предметного, зрительно-пространственного и слухового восприятия.

Содержание программы

Коррекционный курс содержит разделы:

Раздел: Общеразвивающие и корригирующие упражнения - дыхательные - общеразвивающие Дыхательные упражнения в образном оформлении. Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет. Грудное, брюшное и полное дыхание в исходном положении «лежа на спине», «сидя», «стоя». Дыхание через нос, через рот. Изменение длительности вдоха и выдоха. Дыхание в ходьбе с имитацией. Движение руками в исходном положении. Движение предплечий и кистей рук в различных направлениях. Наклоны. Приседания

Раздел: Прикладные упражнения - ходьба -равновесие - броски, ловля, передача предметов. Ходьба - ровным шагом, в колонне, по кругу, взявшись за руки, на носках, в медленном и быстром темпе Равновесие – ходьба по линии, на носках. Броски, ловля, передача предметов - правильный захват различных по величине и форме предметов одной и двумя руками, передача и перекаты мяча. Раздел: Игры «Кошка и мышки», «Волшебный мешочек», «Вот так позы», «Аист ходит по болоту», «Запомни порядок»

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).

Описание места коррекционного курса в учебном плане

Для изучения коррекционного курса «Двигательное развитие» в учебном плане школы отводится 1 час в неделю, 34 часа в год.

Планируемые результаты освоения программы

Планируемые результаты освоения коррекционного курса

Возможные результаты освоения:

Личностные

- Формирование интереса к обучению;
- Формирование опыта конструктивного взаимодействия с взрослыми и сверстниками;
- Развитие умения взаимодействовать в группе в процессе учебной, игровой и других видах доступной деятельности;

Предметные:

- формирование знаний о положительном влиянии физических упражнений на организм,
- формирование представлений о правильной осанке, о правильном дыхании,
- формирование представлений о последовательности действий при осуществлении личной гигиены и закрепление этих представлений на практике.
- коррекция и компенсация недостатков физического развития (нарушение осанки, плоскостопие, отставание в массе, росте тела и т.д.);
- коррекция нарушений в движениях (нарушение координации, ориентировке в пространстве, равновесия и т.д.);
- устранение недостатков в развитии двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и др.).
- выполнение комплексов по двигательному развитию на основе демонстрации (самостоятельно, с помощью, со значительной помощью).

Тематическое планирование

	Наименование раздела	Количество часов	Виды деятельности учащихся
1	Общеразвивающие и корригирующие упражнения	5	Формирование правильного дыхания
		11	Движение и тело
2	Прикладные упражнения	11	Ходьба и движения
		7	Движения с предметами
		34	

Календарно - тематическое планирование

№	Кол-во часов	Дата		Тема урока	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		По плану	По факту		
1 четверть					
Раздел		Формирование правильного дыхания			
1	1	2.09		Дыхательные упражнения в образном оформлении.	
2	1	9.09		Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки.	https://infourok.ru/kompleks-igr-i-uprazhnenij-napravlennyh-na-razvitie-rechevogo-dyhaniya-dlya-detej-5326748.html
3	1	16.09		Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях.	https://infourok.ru/kompleks-igr-i-uprazhnenij-napravlennyh-na-razvitie-rechevogo-dyhaniya-dlya-detej-5326748.html
4	1	23.09		Изменение длительности дыхания.	https://infourok.ru/kompleks-igr-i-uprazhnenij-napravlennyh-na-razvitie-rechevogo-dyhaniya-dlya-detej-5326748.html
5	1	30.09		Дыхание при ходьбе с имитацией	https://infourok.ru/kompleks-igr-i-uprazhnenij-napravlennyh-na-razvitie-rechevogo-dyhaniya-dlya-detej-5326748.html
Раздел		Движение и тело			
6	1	7.10		Движение руками в исходных положениях	https://helpiks.org/5-29388.html
7	1	14.10		Наклоны головой.	https://helpiks.org/5-29388.html
8	1	21.10		Наклоны туловищем.	http://images.myshared.ru/63/1354542/slide_24.jpg
Итого за 1 четверть: 8 часов					
2 четверть					
9	1	11.11		Перекаты с носков на пятки.	http://images.myshared.ru/63/1354542/slide_24.jpg
10	1	18.11		Отстукивание и отхлопывание разного темпа.	https://vk.com/wall-213240707_1050
11	1	25.11		Отстукивание и отхлопывание разного темпа.	https://vk.com/wall-213240707_1050

12	1	2.12		Выполнение по памяти комбинаций движения.	https://vk.com/wall-213240587_1042
13	1	9.12		Захват предметов. Передача предметов.	https://vk.com/wall-213240587_1151
14	1	16.12		«Волшебный мешочек» Восприятие и повтор движений.	https://myslide.ru/documents_7/5ec1e1ef21c72e6fe6dade7eea30bad3/img23.jpg
15 16	2	23.12 28.12		Подвижные игры. Закрепление навыка соблюдения правил игры.	https://vk.com/wall-213240707_1050
Итого за 2 четверть: 8 часов					
3 четверть					
				Ходьба и движения	
17				«Запомни порядок» Восприятие и повтор движений. Закрепление навыка соблюдения правил игры	https://i.mycdn.me/image?id=855164060154&t=3&plc=WEB&tkn=*_OvrgpdEV6qHfp-uTK7sxAFg1tQ
18				Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые»	https://yoga-in-greece.ru/wp-content/uploads/c/d/1/cd134c0c52fb0a2b4f5c846f35b358ce.jpeg
19				Выполнение движений головой.	https://vk.com/wall-213240015_920
20				Опора на предплечья, на кисти рук	http://ege.pskgu.ru/index.php/component/k2/item/1708-13-1-9-опора-на-предплечья,-на-кисти-рук.html
				Движения с предметами	
21				Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из -за головы), одной рукой (от груди, от уровня колен, из -за головы)	https://s1.showslide.ru/s_slide/8c02f0f47daa22f91dd4417b82dc68ff/4b161517-e0f8-4c81-ac1c-8d99bc26de6f.jpeg
22				Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой).	https://fsd.multiurok.ru/html/2020/04/20/s_5e9ddd7739fc3/img6.jpg
23				Ловля мяча на уровне груди (на уровне колен, над головой) .	https://fhd.multiurok.ru/4/1/4/414211d7cd3178b9aa0ebe1e32ce3692a0ddba0c/img41.jpg
24				Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину.	https://i.pinimg.com/736x/01/88/b7/0188b7dcc0904a0b7c9ee20b5ae8b571.jpg
25				Изменение позы в положении сидя: поворот	https://i.pinimg.com/736x/01/88/b7/0188b7dcc0904a0b

				(вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево).	7c9ee20b5ae8b571.jpg
26				Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево).	https://i.pinimg.com/736x/01/88/b7/0188b7dcc0904a0b7c9ee20b5ae8b571.jpg
27				Ползание на животе (на четвереньках).	https://pandia.ru/text/78/446/images/image010_35.jpg
Итого за 3 четверть: 11 часов					
4 четверть					
				Ходьба на коленях	
28				Вставание из положения «стоя на коленях».	https://vk.com/wall-218167370_9
29				Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	https://vk.com/wall-213240587_2477
30				Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе).	https://vk.com/wall-218167370_85
31				Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом).	https://vk.com/wall-218167370_96
32				Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево).	https://cdn.culture.ru/images/8434e660-e201-54fb-a340-5de237eac82c https://vk.com/wall-213240218_1045
33				Прыжки на одной ноге.	https://vk.com/wall-213240218_1045
34				Ходьба на коленях	https://vk.com/wall-111573837_50270
Итого за 4 четверть: 8 часов					
Итого за год : 34 часа					

Описание материально – технического обеспечения

Материально-техническое обеспечение учебного предмета включает:

I. Спортивный инвентарь:

1. Мячи резиновые (100мм, 150мм, 200мм);

2. Обручи пластмассовые (50см, 65см, 85см);
 3. Фито мячи: (50, 65, 75 см.);
 4. Теннисные мягкие мячи для метания;
 5. Скакалки;
 6. Мешочки с песком;
 7. Кегли, кубики пластмассовые;
 8. Индивидуальные коврики;
 9. Лыжи, ботинки, палки;
 10. Секундомер;
 11. Рулетка измерительная;
 12. Мишень для метания в цель;
 13. Волейбольная сетка;
 14. Гимнастические палки (пластмассовые, деревянные) палки (пластмассовые, деревянные);
 15. Набивные мячи;
 16. Мячи волейбольные;
 17. Мячи баскетбольные;
 18. Мячи футбольные;
 19. Сетка для переноски и хранения мячей.
- II. Учебно–практическое оборудование:*
1. Игровая площадка с качественным покрытием и ограждением;
 2. Гимнастические скамейки;
 4. Гимнастическая стенка;
 5. Тренажёры;
 6. Гимнастические маты;
- V. Технические средства обучения:*
1. Обучающие видео по темам.
 2. Диски с музыкой для релаксации, музыкальные файлы для выполнения комплексов упражнений, проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий, зарядки;
 3. Презентации (для изучения программного материала).

Приложение

Нормы оценивания

Оценка достижения обучающимися с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития планируемых результатов освоения адаптированной основной общеобразовательной программы

Для оценки и отслеживания динамики обучения обучающихся с умеренной, тяжёлой, глубокой умственной отсталостью, ТМНР используются следующие параметры оценивания и условные обозначения (по Елисеевой Е.Н., Рудаковой Е.А., Царёву А.М.).

Уровни самостоятельности выполнения действий обучающимися с умеренной, тяжёлой, глубокой умственной отсталостью, ТМНР (средства оценки и отслеживания динамики обучения обучающихся с умеренной, тяжёлой, глубокой умственной отсталостью, ТМНР)

№ п/п	Условное обозначение	Качественная характеристика степени самостоятельности обучающегося при выполнении действия, вида и объёма предоставляемой помощи
1.	ФЗ	«выполняет действие со значительной физической помощью» (педагог выполняет всё действие вместе с обучающимся, использует прием «рука-в-руке»).
2.	ФЧ	«выполняет действие с частичной физической помощью» (педагог периодически оказывает физическую помощь, при выполнении отдельных операций действия использует прием «рука-в-руке», придерживает за запястья, предплечья, локти и др.).
3.	П	«выполняет действие по подражанию» (педагог показывает образец выполнения действия) .
4.	И	«выполняет действие по инструкции» (педагог предъявляет инструкцию с использованием жеста, визуальную, речевую).
5.	А	«выполняет действие по алгоритму» (обучающийся ориентируется на наглядно представленную - предметную или графическую- последовательность действий).
6.	О	«выполняет действие по образцу» (обучающийся ориентируется на наглядный результат действия).
7.	С	«выполняет действие без опоры на внешние средства».

