

Казенное общеобразовательное учреждение Ханты-Мансийского автономного
округа - Югры «Нижневартовская 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 «НВШООВЗ №2»

А.А. Кирбенёва
Приказ от «02» 09 2024 г. № 286/1

Приложение к АООП Вариант 2



Рабочая программа
по учебному предмету «Двигательное развитие»
6 «Г» класс
2024 - 2025 уч.год

Учитель Уграк Л.Р

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе следующих нормативных документов:

1. Приказа Министерства образования и науки от 19 декабря 2014г. №1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».
2. Адаптированной основной общеобразовательной программы для обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью, с тяжелыми множественными нарушениями развития (далее 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 02.09.2024г. Приказ №286/1)
3. Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 21.09.2022г. №858 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключённых учебников».

Общая характеристика учебного предмета

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
Общеразвивающие и корригирующие упражнения		Формирование правильного дыхания
		Движение и тело
Прикладные упражнения		Ходьба и движения
		Движения с предметами
	34	

**Календарно-тематическое планирование
I четверть**

№	Кол-во часов	Дата		Тема урока	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		По плану	По факту		
1 четверть					
1	1	05.09		Водный. Построение, шеренга, колонна, круг	https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-adaptivnaya-fizicheskaya-kultura-i-ee-rol-v-zhizni-klass-3279958.html
2	1	12.09		Водный. Построение, шеренга, колонна, круг	https://ppt-online.org/236843
3	1	19.09		Сочетание разновидностей ходьбы. Коррекция слухового восприятия и внимания через упражнения по сигналу учителя.	https://multiurok.ru/files/kompleksy-obshchierazvivaiushchikh-uprazhnenii-s-priedmetami.html
4	1	26.09		ОРУ с обручем. Коррекция памяти через разучивание и выполнение упражнений. Коррекция внимания через выполнение игровых упражнений.	https://www.youtube.com/watch?v=62kmxLtwLac
5	1	03.10		ОРУ с мячом. Метание мяча. Коррекция пространственной ориентации, моторики руки через метание мяча.	https://www.youtube.com/watch?v=GnJVxcBjy3w
6	1	10.10		Дыхание во время ходьбы. Коррекция зрительного и слухового восприятия через команды учителя; пространственной ориентации через ходьбу	https://www.youtube.com/results
7	1	17.10		Эстафетный бег по кругу. Коррекция точности движения, координации, быстроты реакции через эстафету	https://www.youtube.com/watch?v=WkBBqrvz4Jo
8	1	24.10		ОРУ с гимнастическими палками. Коррекция памяти через разучивание и выполнение упражнений. Коррекция внимания.	https://www.youtube.com/watch?v=93zVWtZqbho
Итого за 1 четверть: 8 часов					
2 четверть					
9	1	07.11		Упражнения с обручем. Коррекция точности движения, координации.	https://www.youtube.com/results
10	1	14.11		Упражнения для Укрепления мышц туловища Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении.	https://www.youtube.com/watch?v=hkFH_WWfdMw
11	1	21.11		Корригирующие Коррекция внимания на основе упражнений на узнавание. упражнения. Игра.	https://www.youtube.com/watch?v=4W2mT46z5So

12	1	28.11		Профилактика плоскостопия. Коррекция эмоциональной сферы воспитанников. Коррекция точности движения, координации.	https://www.youtube.com/watch?v=M2QqwBV9T4I
13	1	05.12		Упражнения для формирования осанки. Коррекция памяти на основе упражнений в запоминании.	https://www.youtube.com/watch?v=ScORS1CGuUI
14	1	12.12		Спортивная игра. «Кто дальше ». Коррекция внимания через разучивание и выполнение игровых упражнений	https://www.youtube.com/watch?v=cZPAD8HYU40
15	1	19.12		Спортивная игра. «Кто дальше ». Коррекция внимания через разучивание и выполнение игровых упражнений	https://www.youtube.com/watch?v=bPGtRsIndGI
16	1	26.12		Повторение пройденного материала	https://www.youtube.com/watch?v=M2QqwBV9T4I

Итого за 2 четверть: 8 часов

Итого за 2 полугодие: 16 часов

3 четверть

17	1			Дыхательные упражнения. Коррекция памяти через разучивание и выполнение упражнений.	https://www.youtube.com/watch?v=SO85DriMsE
18	1			ОРУ со скакалкой. Игра. Коррекция точности движения, координации.	https://www.youtube.com/watch?v=Mz4xdmiPFKA
19	1			Упражнения с мячом в парах. Коррекция зрительного восприятия, мелкой моторики при выполнении упражнений с мячом.	https://www.youtube.com/watch?v=qNoLZkgwtbA
20	1			Выполнение команд учителя. Игра. Коррекция слухового восприятия и внимания через упражнения по сигналу учителя.	https://www.youtube.com/watch?v=Mz4xdmiPFKA
21	1			Упражнения с массажными мячами. Игра. Коррекция пространственной ориентации, мелкой моторики при выполнении упражнений с мячом.	https://www.youtube.com/watch?v=Mz4xdmiPFKA
22	1			Лазания по гимнастической стенке. Коррекция пространственной ориентации, координации движения через лазание и равновесие	https://www.youtube.com/watch?v=qNoLZkgwtbA
23	1			Повороты с указанием направления учителем. Коррекция слухового восприятия и внимания через упражнения по сигналу учителя.	https://www.youtube.com/watch?v=GnJVxcBjy3w
24	1			Упражнения для укрепления мышц туловища. Коррекция памяти на основе упражнений в	https://www.youtube.com/watch?v=Mz4xdmiPFKA

				воспроизведений	
25	1			Упражнения с обручем. Коррекция точности движения, координации.	https://www.youtube.com/watch?v=qNoLZkgwtbA
Итого за 3 четверть:					
4 четверть					
26	1			Корректирующие упражнения. Коррекция точности движения, координации.	https://www.youtube.com/watch?v=vi039I5kUSw
27	1			Упражнения для формирования осанки. Коррекция памяти на запоминании на. основе упражнений	https://www.youtube.com/watch?v=vi039I5kUSw
28	1			Дыхание во время ходьбы. Коррекция внимания на двигательной активности на основе упражнений	https://www.youtube.com/watch?v=vi039I5kUSw
29	1			Упражнения для укрепления мышц туловища. Коррекция внимания на двигательной активности на основе упражнений	https://www.youtube.com/watch?v=wLMLNFLAUQM
30	1			ОРУ с гимнастическими палками. Коррекция памяти через разучивание и выполнение упражнений. Коррекция внимания.	https://www.youtube.com/watch?v=D0peokzs64c
31	1			Занятие на тренажерах. Игра. Коррекция памяти через разучивание и выполнение упражнений.	https://www.youtube.com/watch?v=Mz4xdmiPFKA
32	1			Профилактика плоскостопия. Коррекция эмоциональной сферы воспитанников. Коррекция точности движения, координации.	https://www.youtube.com/watch?v=f3_uKWVa18M
33	1			Ходьба, начиная с левой ноги. Ходьба с носка. Коррекция зрительного и слухового восприятия через команды учителя. Коррекция моторики рук, пространственной ориентации, зрительного восприятия через упражнения с мячами.	https://www.youtube.com/watch?v=XIHxNXvm1A0
34	1			Корректирующие упражнения. Коррекция точности движения, координации.	https://www.youtube.com/watch?v=XIHxNXvm1A0
Итого за 4 четверть:					
Итого за 2 полугодие:					
Итого за год: 34 часа					

Описание материально-технического обеспечения.

— **функционально ориентированные игрушки** и пособия для развития сенсомоторных функций: строительные конструкторы с комплектом цветных деталей, раскладные пирамидки, «почтовые (проблемные) ящики», плоские и объемные геометрические фигуры разной величины, полоски цветного картона разной длины и ширины, геометрическое лото, материалы для сенсорного развития, разработанные М. Монтессори и др.;

— **игрушки и пособия для развития общей и мелкой моторики**, спортивный инвентарь для развития крупной моторики: шнуровки, мозаики, мячи, кольцебросы, обручи, кегли, флажки, гимнастические ленты, «сенсорная тропа» для ног, массажный коврик и др.

— **иллюстративный и образно-символический материал**: схемы-планы пространственного расположения предметов, условные схематические изображения предметов, специально разработанные так называемые наглядные пособия, репрезентирующие мир вещей и событий, расширяющие круг представлений ребенка, способствующие установлению сходства и различия, классификационных признаков, определению временных последовательностей, пространственных отношений (наборы карточек с разнообразными изображениями, серии картинок и т. п.);

— **наглядно-графические модели**: поэлементная схема, технологические (инструкционные) карты, нерасчлененные контурные образцы, чертежи, чертежи-карты и др., подводящие ребенка к скрытым от реального действия, более абстрактным и обобщенным связям между предметами и явлениями окружающего мира, их составляющими;

— **нормативно-знаковый материал** (наборы цифр и букв, алфавитные таблицы)

— **материалы и принадлежности для изобразительной деятельности**: изобразительные материалы для рисования, аппликации, лепки, выполнения графических заданий;

- **дидактические игры** разного вида.