

**Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение города Бузулука
«Специальная (коррекционная) школа»**

РАССМОТРЕНО:
Педсовет № 1
от «30» августа 2023 года.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МОБУ «Специальная
(коррекционная) школа»
Павлова И.В.
Приказ № 102 от «01» сентября 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

коррекционного курса
«ДВИГАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ»
для обучающихся 5-8 классов
(перешедших на ФГОС УО)
Срок реализации – 4 года

Учитель: Горохова Н.В.
Квалификационная категория: 1

РАССМОТРЕНА И ПРИНЯТА:
Протокол заседания ШМО «Учителей начальных классов» № 1 «28» августа 2023 г.
Руководитель ШМО Кувалдина И.П.

БУЗУЛУК, 2023

- Рабочая программа коррекционного курса «Двигательное развитие» составлена на основе:
- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
 - Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»);
 - Приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 24.11.2022г. № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными) нарушениями);
 - Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Вариант 2).

АООП УО (вариант 2) адресована обучающимся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учётом реализации их особых общеобразовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства детей с ТМНР имеются тяжелые 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.

Коррекционный курс относится к коррекционно-развивающей области «коррекционные занятия и ритмика» и является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа по коррекционному курсу «Двигательное развитие» предусматривает:

- 5 класс – 1 час в неделю, 34 часа в год,
- 6 класс – 1 час в неделю, 34 часа в год,
- 7 класс – 1 час в неделю, 34 часа в год,
- 8 класс – 1 час в неделю, 34 часа в год,

Общее количество часов по предмету за весь период обучения составляет 136 часов.

Цель коррекционного курса «Двигательное развитие» – обогащение сенсомоторного опыта, поддержание и развитие способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

Основные задачи:

- 1) мотивация двигательной активности;
- 2) поддержка и развитие имеющихся движений;
- 3) расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений;
- 4) освоение новых способов передвижения, включая передвижение с помощью технических средств реабилитации;
- 5) развитие и закрепление функционально важных навыков, необходимых для использования в повседневной жизни;

Коррекция недостатков психического и физического развития с учетом возрастных особенностей обучающихся, предусматривает:

- обогащение чувственного опыта;
- коррекцию и развитие сенсомоторной сферы;
- формирование навыков общения, предметно-практической и познавательной деятельности;

- 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.

Целенаправленное развитие движений на специально организованных занятиях, которые проводятся инструкторами лечебной физкультуры и/или учителями адаптивной физкультуры. Развитие двигательных умений у обучающихся с детским церебральным параличом тесно связано с профилактикой возникновения у них патологических состояний. В ходе работы тело ребенка фиксируется в таких позах (горизонтальных, сидячих, вертикальных), которые снижают активность патологических рефлексов, обеспечивая максимально комфортное положение ребенка в пространстве и возможность реализации движений.

Придание правильной позы и фиксация обеспечивается при помощи специального оборудования и вспомогательных приспособлений с соблюдением индивидуального режима. Такая работа организуется в физкультурном зале, в классе и дома в соответствии с рекомендациями врача-ортопеда и специалиста по лечебной физкультуре. Обеспечение условий для придания и поддержания правильного положения тела создает благоприятные предпосылки для обучения ребенка самостоятельным движениям, действиям с предметами, элементарным операциям самообслуживания, способствует развитию познавательных процессов.

Техническое оснащение курса включает: технические средства реабилитации (кресла-коляски, ходунки, вертикализаторы); средства для фиксации ног, груди, таза; мягкие формы и приспособления для придания положения лежа, сидя, стоя; ограничители; автомобильные кресла; гимнастические мячи различного диаметра, гамак, тележки, коврики, специальный велосипед, тренажеры.

Предполагаемые результаты освоения коррекционного курса.

Обучающиеся будут знать:

- 1 Как должен одеваться ученик на занятия физкультурой;
- 2 Название предметов одежды;
- 3 Что значит «шеренга», «колонна», «круг»;
- 4 Правила поведения в спортивном зале;
- 5 Что такое ходьба, бег, прыжки;
- 6 Правила поведения во время подвижных игр;

Обучающиеся будут уметь:

- 1 Выполнять строевые команды при построении;
- 2 Выполнять повороты на месте по команде;
- 3 Строиться в шеренгу, в колонну;
- 4 Держать мячи, обручи, скакалки;
- 5 Ходить в колонне по одному, строиться в одну шеренгу, ходить по гимнастической скамейке, выполнять ОРУ;
- 6 Чередовать ходьбу с бегом;
- 7 Ходить и бегать в колонне по одному в медленном и быстром темпе.
- 8 Правильно дышать во время выполнения физических упражнений.
- 9 Подпрыгивать на одной и двух ногах;
- 10 Мягко приземляться при прыжках;
- 11 Выполнять по показу и инструкции учителя доступные физические упражнения (с предметами и без предметов); выполнять команды по словесной инструкции;

- 12 Перестраиваться в колонну по два, взявшись за руки;
- 13 Играть в доступные подвижные игры, соблюдая простые правила;
- 14 Надевать спортивную форму, поддерживать в порядке свои вещи.

Критерии оценивания

Система оценивания является безотметочной. Текущая аттестация обучающихся включает в себя полугодичное оценивание результатов освоения СИПР, разработанной на основе АООП образовательной организации.

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

Контрольно – оценочные материалы

5 класс.

1. Умение проверять осанку у стены, соблюдать симметрию положения тела при выполнении упражнений.
2. Уметь ходить с предметом на голове, выполняя различные задания; отжиматься от скамейки, от пола (на коленях).
3. Выполнять упражнения для развития гибкости: подтягивания в положении лежа, перекаты по позвоночнику вперед – назад в группировке, наклоны вперед – назад в различных И.П.;
4. Дышать носом, выполнять упражнения для восстановления дыхания; ходьба на носках, на наружных сводах стопы по ребристой доске.
5. Медленно бегать, расслаблять мышцы в положении лежа, используя образные сравнения: «рука отдыхает», «нога спит», и др.
6. Играть в игры целенаправленного («Делай так, делай эдак», «Не урони мешочек», «Тише едешь – дальше будешь») и общего характера («Совушка», «Попади мячом в булаву», «Пятнашки с мячом», «Бездомный заяц»).

6 класс.

1. Умения: проверять осанку у стены, у зеркала, сохранять положение правильной осанки на уроках и дома с напоминаниями взрослых; выполнять правила ортопедического режима с помощью взрослого.
2. Выполнять упражнения для растяжения мышц и связок позвоночника (висы, «Вытяжения», «Группировка», «Кошка под забором», «Плуг», «Натянутый лук»).
3. Упражнения для развития силы («Укрепление диафрагмы», «Крестики», «Велосипед», «Брасс руками», «Лодочка», «Мост», «Медуза»).
4. Отжимания от скамейки, от пола, подтягивания на перекладине; упражнения с гантелями; выполнять упражнения для развития координации движений (комбинация специальных упражнений различной координационной сложности: «Крестики», «Брасс руками», «Брасс ногами»).
5. Комплекс с гимнастической палкой; подвижные игры).
6. Комплекс для профилактики плоскостопия (ходьба в различных И.П. по канату, по палке, вытяжение носков, подошвенное сгибание стоп и пальцев, захват ногами разных предметов).

7 класс

1. Умения: периодически контролировать правильность осанки (у зеркала, у стены, у гимнастической стенки, сидя на скамейке, с закрытыми глазами и др.) самостоятельно и под контролем взрослого.

2. Ходить с предметами на голове; выполнять комплекс у гимнастической стенки; элементы Хатха – йоги («Вытяжение», «Натянутый лук», «Складной нож», «Поза собаки», и др.).
3. Длительное время удерживать статические позы («Мост», «Складной нож», «Березка», «Поза саранчи» и др.).
4. Выполнять ритмическую гимнастику под музыкальное сопровождение; упражнения с гимнастической палкой.
5. Осуществлять самоконтроль за своим здоровьем, выполнять очистительное дыхание и элементы самомассажа.
6. Играть в подвижные игры – «Тише едешь – дальше будешь», «Мяч в кругу», «Ножной мяч», «Пятнашки елочкой», «Вышибалы на четвереньках»

8 класс

1. Умения: корректировать осанку самостоятельно всеми изученными способами; элементы классического массажа в парах; упражнения для растяжения мышц и связок позвоночника.
2. В положении лежа осуществлять перекаты с живота на спину без помощи рук, ходить на прямых руках и ногах в упоре стоя согнувшись.
3. Передвигаться, лежа на животе по скамье, подтягивая себя руками; ползать по скамье на четвереньках с опорой руками на пол. Выполнять упражнения Хатха – йоги, мысленно пропуская ток энергии через тело («Йога мудра», «Поза кобры», «Плуг», «Березка», «Натянутый лук», «Поза лотоса», «Поза полного расслабления»).
4. Упражнения для развития силы в парах, оказывая помощь и сопротивление, длительное время (до 1 минуты и больше) удерживать статические позы.
5. Выполнять упражнения для расслабления мышц и укрепления нервной системы: «Спонтанный танец», «Танец силы», «Танец дервишей» и другие упражнения из курса.
6. Для психологической установки на выздоровление выполнять аутогенную тренировку;

Оценка достижений предметных результатов по знаниевой составляющей производится путём фиксации фактической способности к воспроизведению (в т.ч. и невербальному) знания, обозначенного в качестве возможного предметного результата по следующей шкале:

- 0 – не воспроизводит при максимальном объёме помощи.
- 1 – воспроизводит по наглядным опорам со значительными ошибками и пробелами.
- 2 – воспроизводит по наглядным опорам с незначительными ошибками.
- 3 – воспроизводит по подсказке с незначительными ошибками.
- 4 – воспроизводит по наглядным опорам или подсказкам без ошибок.
- 5 – воспроизводит самостоятельно без ошибок по вопросу.

Содержание коррекционного курса

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/животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине/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 /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /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 наживоте (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 (вертикализатор, костыли, трость и др.), 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).

Тематическое планирование

№ п/п	Темы занятий	Кол-во час.
5 класс		34 ч
1	Техника безопасности на занятиях по двигательному развитию.	1
2	Коррекционные упражнения.	1
3	Упражнения для формирования правильной осанки.	1
4	Упражнения для формирования и закрепления навыка правильной осанки.	1
5	Упражнения на координацию движений.	1
6	Упражнения на координацию движений.	1
7	Упражнения на укрепление мышц спины.	1
8	Упражнения для развития гибкости, растяжения мышц и связок позвоночника.	1
9	Упражнения для укрепления позвоночника.	1
10	Упражнения для укрепления мышц тазового пояса.	1
11	Упражнения для укрепления бёдер.	1
12	Упражнения для развития стоп.	1
13	Обучение правильному дыханию.	1
14	Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса.	1
15	Развитие выносливости к умеренным нагрузкам.	1
16	Упражнения на равновесие.	1
17	Упражнения на координацию движений.	1
18	Корректирующие упражнения.	1
19	Развитие силы.	1
20	Упражнения для профилактики плоскостопия.	1
21	Упражнения для расслабления мышц.	1
22	Упражнения для укрепления мышц туловища.	1
23	Упражнения для укрепления мышц туловища.	1
24	Отработка упражнений для укрепления мышц туловища.	1
25	Упражнения на шведской стенке.	1
26	Отработка упражнений на шведской стенке.	1
27	Элементы танцевальных упражнений.	1
28	Танцевальные упражнения.	1
29	Ритмико-гимнастические упражнения.	1

30	Отработка ритмико-гимнастических упражнений.	1
31	Подвижные игры. «Бездомный заяц».	1
32	Подвижные игры. «Пятнашки с мячом».	1
33	Подвижные игры. «Попади мячом в булавку».	1
34	Итоговая диагностика	1
6 класс		34 ч
1	Вводное занятие.	1
2	Коррекционные упражнения.	1
3	Упражнения для формирования правильной осанки.	1
4	Упражнения для формирования и закрепления навыка правильной осанки.	1
5	Упражнения на координацию движений.	1
6	Упражнения на укрепление мышц спины.	1
7	Упражнения для развития гибкости, растяжения мышц и связок позвоночника.	1
8	Упражнения для укрепления позвоночника.	1
9	Упражнения для укрепления мышц тазового пояса.	1
10	Упражнения для укрепления бёдер.	1
11	Упражнения для развития стоп.	1
12	Упражнения для укрепления диафрагмы.	1
13	Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса.	1
14	Развитие выносливости к умеренным нагрузкам.	1
15	Упражнения на равновесие.	1
16	Упражнения на координацию движений.	1
17	Корректирующие упражнения.	1
18	Развитие силы, выносливости.	1
19	Упражнения для профилактики плоскостопия.	1
20	Упражнения для расслабления мышц.	1
21	Упражнения для укрепления мышц туловища.	1
22	Отработка упражнений для укрепления мышц туловища.	1
23	Упражнения на шведской стенке.	1
24	Отработка упражнений на шведской стенке.	1
25	Элементы танцевальных упражнений.	1
26	Танцевальные упражнения.	1
27	Ритмико-гимнастические упражнения.	1
28	Отработка ритмико-гимнастических упражнений.	1
29	Подвижные игры. «Кто первый».	1
30	Подвижные игры. «Морской бой».	1
31	Подвижные игры. «Пятнашки в кругу».	1
32	Игры с элементами ОРУ. Тестирование (выполнение ОРУ)	1
33	Игры с бегом.	1
34	Итоговая диагностика	1
7 класс		34 ч
1	Вводное занятие.	1
2	Коррекционные упражнения.	1
3	Упражнения для формирования правильной осанки.	1
4	Упражнения для формирования и закрепления навыка правильной осанки.	1
5	Упражнения на координацию движений.	1
6	Упражнения на укрепление мышц спины.	1
7	Упражнения для развития гибкости, растяжения мышц и связок	1

	позвоночника.	
8	Упражнения для укрепления позвоночника.	1
9	Упражнения для укрепления мышц тазового пояса.	1
10	Упражнения для укрепления бёдер.	1
11	Упражнения для развития стоп.	1
12	Очистительное дыхание.	1
13	Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса.	1
14	Развитие выносливости к умеренным нагрузкам.	1
15	Упражнения на равновесие.	1
16	Упражнения на координацию движений.	1
17	Корректирующие упражнения.	1
18	Развитие силы, выносливости.	1
19	Упражнения для профилактики плоскостопия.	1
20	Упражнения для расслабления мышц.	1
21	Упражнения для укрепления мышц туловища.	1
22	Упражнения с элементами Хатха-Йога	1
23	Упражнения на шведской стенке.	1
24	Элементы самомассажа.	1
25	Элементы танцевальных упражнений.	1
26	Танцевальные упражнения.	1
27	Ритмико-гимнастические упражнения.	1
28	Отработка ритмико-гимнастических упражнений.	1
29	Подвижные игры. «Тише едешь – дальше будешь».	1
30	Подвижные игры. «Мяч в кругу».	1
31	Подвижные игры. «Пятнашки елочкой».	1
32	Игры с элементами ОРУ	1
33	Игры с бегом. «Вышибалы на четвереньках». Тестирование (выполнение ОРУ)	1
34	Итоговая диагностика	1
8 класс		34 ч
1	Вводное занятие.	1
2	Коррекционные упражнения.	1
3	Упражнения для формирования правильной осанки.	1
4	Упражнения для формирования и закрепления навыка правильной осанки.	1
5	Упражнения на координацию движений.	1
6	Упражнения на укрепление мышц спины.	1
7	Упражнения для развития гибкости, растяжения мышц и связок позвоночника.	1
8	Упражнения для укрепления позвоночника.	1
9	Упражнения для укрепления мышц тазового пояса.	1
10	Упражнения для укрепления бёдер.	1
11	Упражнения для развития стоп.	1
12	Очистительное дыхание.	1
13	Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса.	1
14	Развитие выносливости к умеренным нагрузкам.	1
15	Упражнения на равновесие.	1
16	Упражнения на координацию движений.	1
17	Корректирующие упражнения.	1
18	Развитие силы, выносливости.	1
19	Упражнения для профилактики плоскостопия.	1

20	Упражнения для расслабления мышц.	1
21	Упражнения для укрепления мышц туловища.	1
22	Оздоровительная Хатха-Йога	1
23	Упражнения на шведской стенке.	1
24	Массаж мышц спины.	1
25	Элементы танцевальных упражнений.	1
26	Танцевальные упражнения.	1
27	Ритмико-гимнастические упражнения.	1
28	Отработка ритмико-гимнастических упражнений.	1
29	Подвижные игры. Пионербол.	1
30	Подвижные игры. Волейбол.	1
31	Игры с элементами баскетбола.	1
32	Подвижные игры. Футбол.	1
33	Игры с прыжками. Тестирование (выполнение ОРУ)	1
34	Итоговая диагностика	1