

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Видимская средняя общеобразовательная школа»

Рассмотрено

Методическим
объединением _____
Протокол № 1
от « » августа 2024г
Руководитель МО
_____ Я.Г.Вотякова

Согласовано

Заместитель директора по УВР
_____ Ю.С.Солонина
Приказ №
от « » августа 2024г

Утверждено

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

коррекционно-развивающего курса

«Двигательное развитие»

для учащихся 6-7 классов с умственной отсталостью

(интеллектуальными нарушениями)

Разработала: Петрякова Н.Б.

социальный педагог:

п. Видим 2024г.

Цели занятий коррекционного курса «Двигательное развитие»:

обогащение сенсомоторного опыта, поддержание и развитие способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков обучающихся (воспитанников), коррекция недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей, улучшение состояния здоровья, повышение функциональных возможностей организма, совершенствование движений и сенсомоторного развития.

Задачи:

- 1) развитие двигательной активности;
- 2) поддержка и развитие имеющихся движений;
- 3) расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений;
- 4) освоение новых способов передвижения;
- 5) развитие представления воспитанников о пространстве и умения ориентироваться в нем;
- 6) развитие ловкости, быстроты реакции, точности движений;
- 7) воспитание дисциплинированности;
- 8) формирование навыков организованных действий.

Сведения о категории обучающихся (воспитанников)

Физическое развитие обучающегося (воспитанника) соответствует возрасту. Тяжёлых двигательных нарушений нет, однако имеет место выраженная общая моторная неловкость, проявляющаяся в недостаточно сформированной технике основных видов движений, нарушении общей координации движений. Нарушено зрительное, слуховое, кинестетическое восприятие. Грубо нарушены все характеристики внимания (привлекательность, устойчивость, концентрация, объём, переключение). Внимание привлекается с большим трудом, требуются специальные усилия, чтобы привлечь внимание ребёнка и фиксируется на очень короткое время. Часто внимание не привлекается вообще и на игровом задании практически не концентрируется. Характерна повышенная рассеянность и отвлекаемость. Организующая и стимулирующая помощь неэффективна.

Память не продуктивна. Все мнемические процессы (запоминание, сохранение, узнавание, воспроизведение) нарушены в значительной степени. Характерна быстрая потеря полученной информации. Мышление конкретное, формирование основных мыслительных операций на элементарном уровне труднодоступно.

Речевое развитие ребёнка характеризуется глубоким отставанием. Не сформированы такие предпосылки речевого развития, как предметно-практическая деятельность, фонематическое восприятие, артикуляционная моторика. Грубо нарушена смысловая сторона речи: плохо понимает обращённую речь даже в рамках обиходно-бытовой тематики. Знает названия некоторых предметов, но с их картинным изображением не соотносит. Активного словаря нет, пассивный накапливается очень медленно. Самостоятельно иногда произносит отдельные звуки или звукокомплексы, трудноразличимые на слух. Произносительные возможности крайне низкие. По подражанию не повторяет даже отдельные гласные звуки.

Своеобразные особенности в интеллектуальном и психическом развитии отчётливо проявляются в учебной деятельности. Учебную ситуацию не понимает. Учебные правила, просьбы и требования (действия по подражанию) не выполняет. Смысл заданий и инструкций не понимает. Затруднено понимание даже простейших односложных инструкций. Требуются дополнительные индивидуальные разъяснения, направляющие жесты и наглядно-действенная помощь. На занятиях неусидчив, психо-моторно расторможен.

Коррекционная направленность в изучении учебного предмета

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и

функций человека (дыхание, работа сердечно-сосудистой системы и других внутренних органов). У большинства детей с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся (воспитанников).

В коррекционном курсе «Двигательное развитие» решаются задачи по развитию тактильных ощущений кистей рук и расширению тактильного опыта, развитию зрительного восприятия, зрительного и слухового внимания, вербальных и невербальных коммуникативных навыков, пространственных представлений, мелкой моторики, зрительно-моторной координации.

Коррекция недостатков психического и физического развития обучающихся (воспитанников) заключается в следующем:

коррекция наиболее распространенных дефектов (нарушение осанки, походки, слабость мышц брюшного пресса, туловища, конечностей);

развитие координационных способностей обучающихся (воспитанников);

коррекцию нарушений в движениях (нарушение координации, ориентировки в пространстве, точность в движении, равновесия и т. д.);

устранение недостатков в развитии двигательных и иных качеств (силы, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости, прыгучести и т. д.).

Аннотация.

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства детей с умеренной и глубокой умственной отсталостью имеются нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся (воспитанников). Поэтому работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков является целью занятий. Движения под музыку не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие. Организующее начало музыки, ее ритмическая структура, динамическая окрашенность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений. Суть программы по двигательному развитию заключается в том, чтобы учесть все возможные подходы для компенсации, коррекции отклонений в физическом развитии младшего школьника с ограниченными возможностями здоровья с тем, чтобы приблизить его телесные, духовные, нравственные возможности к полноценной социокультурной жизни.

Методы, формы обучения

Успешность обучения детей с тяжелой умственной отсталостью зависит от методов и приёмов обучения. Их выбор зависит от содержания занятия, уровня возможностей детей. В процессе обучения используются игровые, наглядные, словесные, практические методы и приемы:

- подражание действиям взрослого;
- жестовая инструкция;
- собственные действия ребенка по вербальной инструкции взрослого;

Поощрение: словесное (похвала, признание, благодарность), наглядное, создание ситуации успеха.

Формы обучения:

- обучение ведется в игровой форме, используются элементы подражательности;

- процесс развития и обучения опирается на развитие у обучающегося (воспитанника) базовых эмоций для привлечения их внимания и интереса, для повышения мотивации обучения, побуждения познавательных потребностей;
- детальное расчленение материала на простейшие элементы, обучение ведется по каждому элементу, и лишь затем они объединяются в целое;
- большая повторяемость материала, применение его в новой ситуации;
- обязательная фиксация и эмоциональная оценка малейших достижений ребенка.

Интеграция содержания коррекционного курса с содержанием других предметов

Занятия по коррекционному курсу «Двигательное развитие» помимо информационной нагрузки связаны непосредственно с жизнью ребенка, применением полученных знаний на практике. При изучении коррекционного курса широко используются межпредметные связи с учебными предметами: «Человек», «Адаптивная физкультура», «Речь и альтернативная коммуникация», «Музыка и движение».

Место коррекционного курса в учебном плане

В соответствии с учебным планом в 6-7 классе на предмет «Двигательное развитие» отводится 68 часов в год, из расчета 2 часа в неделю.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные:

освоение доступной социальной роли обучающейся, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;

развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выход из спорных ситуаций;

основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определённому полу, осознание себя как «Я»;

социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;

овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.

Предметные:

- 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).
-

Базовые учебные действия

Формирование учебного поведения:

- направленность взгляда (на говорящего взрослого и на задание);
- умение выполнять простейшие инструкции педагога;
- использование по назначению учебных материалов;
- умение выполнять действия по подражанию.

Содержание коррекционного курса

Упражнения на ориентировку в пространстве

Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево,

в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы. Построение в шеренгу и в колонну с изменением места построения; ходьба между различными ориентирами. Легкий бег по кругу.

Корректирующие упражнения

- Общеразвивающие упражнения. 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. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки. Комплексы упражнений без предметов на месте и с предметами (г/ палка, малый мяч, средний мяч, г/мяч, набивной мяч, средний обруч, большой обруч).
- Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднятие и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков. Преодоление простых препятствий, перебрасывание малого мяча, передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.
- Дыхательные упражнения, Правильное дыхание в различных и.п. сидя, стоя, лежа; глубокое дыхание при выполнении упражнений без предметов; дыхание по подражанию ("понюхать цветок", "подуть на кашу", «согреть руки», «сдуть пушинки»), дыхание во время ходьбы. Упражнения для формирования правильной осанки, ритмические упражнения.

Подвижные игры

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). Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега). Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), упражнения в движении имитирующие ходьбу, бег животных и движения работающего человека («ходьба как лисичка», «как медведь», «похлопывание крыльями как петушок», «покачивание головой как лошадка», «скатай снежный ком», «полоскание белья»); в соответствии с определенным эмоционально-динамическим характером музыки.

Содержание предмета «Двигательное развитие» представлено следующими разделами: развитие точности движений пространственной ориентировки,

корректирующие упражнения, общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, дыхательные упражнения, упражнения для формирования правильной осанки, ритмические упражнения, подвижные игры. Целенаправленное двигательное развитие в рамках курса происходит на специально организованных занятиях. Знания, умения, навыки, приобретаемые обучающимися в ходе освоения материала необходимы им для ориентировки в окружающей действительности.

Календарно-тематическое планирование

№	Тема занятия	Количество часов	Элементы содержания	Количество часов по факту
	I четверть	16		16
1	Подвижные игры в построении в шеренгу	1	Первичная диагностика Знакомство с правилами нахождения в зале	1
2	Подвижные игры в построении в круг	1	Хороводная игра «Пузырь» Расслабление под релаксационную музыку	1
3	Подвижные игры в построении в колонну	1	Инструкции исходных положений (показ, объяснение). Расслабление под релаксационную музыку	1
4	Подвижные игры в перестроении	1	Игра «Встань на свое место». Инструкции исходных положений (показ, объяснение).	1
5	Подвижные игры в ползании по полу, скамейке	1	Игра «Гусеница», «Коровки на лугу», «Машины»,	1
6	Подвижные игры в лазании и залезании на гимнастическую стенку	1	Игра «Спасите Кошку», «Не боюсь », «Пожарные»,	1
7	Подвижные игры в перелезании через препятствия	1	Игра «Преодолей препятствия», «Найди собаку, зайку, кошку»	1
8	Подвижные игры в равновесии	1	Исходные положения стоя, сидя, лежа, строевые команды.	1

9	Подвижные игры в построении в шеренгу	1	Первичная диагностика Знакомство с правилами нахождения в зале	1
10	Подвижные игры в построении в круг	1	Хороводная игра «Пузырь» Расслабление под релаксационную музыку	1
11	Подвижные игры в построении в колонну	1	Инструкции исходных положений (показ, объяснение). Расслабление под релаксационную музыку	1
12	Подвижные игры в перестроении	1	Игра «Встань на свое место». Инструкции исходных положений (показ, объяснение).	1
13	Подвижные игры в ползании по полу, скамейке	1	Игра «Гусеница», «Коровки на лугу», «Машины»,	1
14	Подвижные игры в лазании и залезании на гимнастическую стенку	1	Игра «Спасите Кошку», «Не боюсь », «Пожарные»,	1
15	Подвижные игры в перелезании через препятствия	1	Игра «Преодолей препятствия», «Найди собаку, зайку, кошку»	1
16	Подвижные игры в равновесии	1	Исходные положения стоя, сидя, лежа, строевые команды.	1
	II четверть	16		16
1	Подвижные игры в ходьбе	1	Игра «Покажи как умеешь», «Сделай как я»	1
2	Подвижные игры в ходьбе в колонне	1	Повторение понятий: друг за другом, присед, полуприсед, на четвереньках и т.д.	1
3	Подвижные игры с музыкальным	1	Подвижные игры в беге, прыжках, ходьбе с музыкальным	1

	сопровождением		сопровождением	
4	Коррекционные подвижные игры	1	Подвижные игры для коррекции плоскостопия, нарушения осанки, бронхиальной астмы	1
5	Подвижные игры в прыжках на месте	1	Игра «Кто выше», «Достань комара»	1
6	Подвижные игры с мячами-фитболами	1	Игры в катании, бросках, прыжках с мячами фитболами	1
7	Подвижные игры в прыжках в движении	1	Игра «Перейди через болото», «Кто дальше»	1
8	Подвижные игры с перепрыгиванием предметов	1	Эстафеты, игры с перепрыгиванием, перешагиванием через предметы	1
9	Подвижные игры в ходьбе	1	Игра «Покажи как умеешь», «Сделай как я»	1
10	Подвижные игры в ходьбе в колонне	1	Повторение понятий: друг за другом, присед, полуприсед, на четвереньках и т.д.	1
11	Подвижные игры с музыкальным сопровождением	1	Подвижные игры в беге, прыжках, ходьбе с музыкальным сопровождением	1
12	Коррекционные подвижные игры	1	Подвижные игры для коррекции плоскостопия, нарушения осанки, бронхиальной астмы	1
13	Подвижные игры в прыжках на месте	1	Игра «Кто выше», «Достань комара»	1
14	Подвижные игры с мячами-фитболами	1	Игры в катании, бросках, прыжках с мячами фитболами	1
15	Подвижные игры в прыжках в	1	Игра «Перейди через	1

	движении		болото», «Кто дальше»	
16	Подвижные игры с перепрыгиванием предметов	1	Эстафеты, игры с перепрыгиванием, перешагиванием через предметы	1
	III четверть	20		20
1	Подвижные игры с бросанием малых мячей	1	Игра «Собери мячи», «Брось мяч об пол, вверх»Игра «Попади в цель», «Меткий стрелок», «Снежки»	1
2	Подвижные игры с бросанием средних мячей		Повторение понятий: бросать, ловить, вверх, об пол, две руки. Игра «Брось мне мяч», «Поиграем с другом»	1
3	Подвижные игры с ловлей малых мячей	1	Повторение понятий: бросать, ловить, вверх, об пол, две руки. Игра «Брось мне мяч одной рукой», «Левая, правая»	1
4	Подвижные игры с ловлей средних мячей	1	Игры «Играем в мяч по кругу», «Кого назвали-лови». Повторение исходных положений для бросков и ловли мяча	1
5	Подвижные игры с бросанием и ловлей предметов	1	Подвижные игры с малыми и средними мячами на месте в движении, игры с обручами	1
6	Подвижные игры с метанием малых мячей	1	Игра «Попади в цель», «Снежки», «Самые меткие»	1
7	Подвижные игры с метанием средних мячей	1	Игра «Попади в цель», «Кто дальше бросит», «Добрось до цели»	1
8	Подвижные игры с катанием обручей	1	Игра «Догони обруч», «Не урони», эстафеты с обручем	1
9	Подвижные игры с катанием обручей друг другу	1	Катание обруча в парах, по кругу.	1

10	Подвижные игры с бросанием и ловлей мячей друг другу	1	Игры и эстафеты с малыми и средними мячами на месте и в движении	1
11	Подвижные игры с бросанием малых мячей	1	Игра «Собери мячи», «Брось мяч об пол, вверх»Игра «Попади в цель», «Меткий стрелок», «Снежки»	1
12	Подвижные игры с бросанием средних мячей		Повторение понятий: бросать, ловить, вверх, об пол, две руки. Игра «Брось мне мяч», «Поиграем с другом»	1
13	Подвижные игры с ловлей малых мячей	1	Повторение понятий: бросать, ловить, вверх, об пол, две руки. Игра «Брось мне мяч одной рукой», «Левая, правая»	1
14	Подвижные игры с ловлей средних мячей	1	Игры «Играем в мяч по кругу», «Кого назвали-лови». Повторение исходных положений для бросков и ловли мяча	1
15	Подвижные игры с бросанием и ловлей предметов	1	Подвижные игры с малыми и средними мячами на месте в движении, игры с обручами	1
16	Подвижные игры с метанием малых мячей	1	Игра «Попади в цель», «Снежки», «Самые меткие»	1
17	Подвижные игры с метанием средних мячей	1	Игра «Попади в цель», «Кто дальше бросит», «Добрось до цели»	1

18	Подвижные игры с катанием обручей	1	Игра «Догони обруч», «Не урони», эстафеты с обручем	1
19	Подвижные игры с катанием обручей друг другу	1	Катание обруча в парах, по кругу.	1
20	Подвижные игры с бросанием и ловлей мячей друг другу	1	Игры и эстафеты с маленькими и средними мячами на месте и в движении	1
	IV четверть	16		16
1	Сюжетные подвижные игры в ходьбе	1	Игра «Замри», «займи свое место», «Подражаем животным и птицам»	1
2	Сюжетные подвижные игры в беге	1	Игры и эстафеты с подражанием и имитацией действий животных, людей.	1
3	Сюжетные подвижные игры в ползании и лазании	1	Игры и эстафеты с подражанием и имитацией действий животных, людей.	1
4	Сюжетные подвижные игры в равновесии	1	Игры и эстафеты с подражанием и имитацией действий животных, людей.	1
5	Сюжетные подвижные игры с прыжками	1	Игры и эстафеты с подражанием и имитацией действий животных, людей.	1
6	Сюжетные подвижные игры с мячами	1	Игры и эстафеты с подражанием и имитацией действий животных, людей.	1
7	Сюжетные подвижные игры с обручами	1	Игры и эстафеты с подражанием и имитацией действий животных,	1

			людей.	
8	Сюжетные подвижные игры с разными предметами	1	Игры и эстафеты с подражанием и имитацией действий животных, людей.	1
9	Сюжетные подвижные игры в ходьбе	1	Игра «Замри», «займи свое место», «Подражаем животным и птицам»	1
10	Сюжетные подвижные игры в беге	1	Игры и эстафеты с подражанием и имитацией действий животных, людей.	1
11	Сюжетные подвижные игры в ползании и лазании	1	Игры и эстафеты с подражанием и имитацией действий животных, людей.	1
12	Сюжетные подвижные игры в равновесии	1	Игры и эстафеты с подражанием и имитацией действий животных, людей.	1
13	Сюжетные подвижные игры с прыжками	1	Игры и эстафеты с подражанием и имитацией действий животных, людей.	1
14	Сюжетные подвижные игры с мячами	1	Игры и эстафеты с подражанием и имитацией действий животных, людей.	1
15	Сюжетные подвижные игры с обручами	1	Игры и эстафеты с подражанием и имитацией действий животных, людей.	1
16	Сюжетные подвижные игры с разными предметами	1	Игры и эстафеты с подражанием и имитацией действий животных, людей.	1
	Итого за год	68час.		68ч

Учебно – методическое обеспечение:

1. «Игры, развивающие психические качества личности школьника: Методическое пособие». Шмаков С. А. – М.:ЦГЛ,
2. Программа образования учащихся с умеренной и тяжёлой умственной отсталостью» под редакцией Л. Б. Баряевой и Н. Н. Яковлевой, -СПб,
3. Программно-методический материал «Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта» под редакцией профессора
И.М. Бгажноковой, Москва