

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Республики Мордовия

Администрация Zubovo-Polyanskogo municipal district

МБОУ "Явасская СОШ"

РАССМОТРЕНО

ШУМО основ культуры личности

_____ Батышева К.Ю.

Протокол №1
от «27» 08. 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УР

_____ Кочеткова Е.И.

от «28» 08. 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

_____ Л.С. Михайлова

Приказ №190
от «30» 08. 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Двигательное развитие»

для обучающихся 9 классов

Пояснительная записка.

Рабочая программа по коррекционному курсу «Двигательное развитие» составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Приказа Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;

2. АООП образования обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями развития (ТМНР) (вариант 2);

Коррекционный курс «Двигательное развитие» осуществляет коррекцию недостатков двигательной, эмоционально-волевой познавательной сфер. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся.

Цель - обогащение сенсомоторного опыта, поддержание и развитие способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков..

Задачи:

- мотивация двигательной активности;
- поддержка и развитие имеющихся движений;
- расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений.

Общая характеристика коррекционного курса по двигательному развитию.

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. Поэтому работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков является целью данного коррекционного курса. Целенаправленное двигательное развитие в рамках курса происходит на специально организованных занятиях.

Развитие двигательных способностей обучающихся тесно связано с работой по профилактике развития у них паталогических состояний. Обеспечение условий для придания и поддержания правильного положения тела ребенка, создает благоприятные предпосылки для обучения ребенка самостоятельным движениям, действиям с предметами, элементарным операциям самообслуживания, способствует развитию познавательных процессов.

Место предмета в учебном плане

Программа рассчитана на 34 часа. Занятия проводятся индивидуально, 1 раз в неделю в течение учебного года. Продолжительность занятия 35-40 минут.

Планируемые предметные и личностные результаты

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (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 программы представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

1) Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений.

- Освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в т.ч. с использованием технических средств).
- Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.
- Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.
- Умение радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал и др.

2) Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью.

- Умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения, др.

Содержание коррекционного курса

Содержание предмета «Двигательное развитие» представлено базовыми и дополнительными коррекционными упражнениями:

- упражнения для развития мелкой моторики рук;
- упражнения для формирования правильной осанки;
- комплекс упражнений для профилактики плоскостопия;
- комплекс упражнений дыхательной гимнастики;
- упражнения для развития координации.

Материально-техническое обеспечение

- мячи различного диаметра;
- кегли;
- предметы различной величины.

Тематическое планирование.

№ п/п	Содержание материала	Количество часов
1	Упражнения для мелкой моторики рук	7
2	Упражнения для коррекции правильной осанки	5
3	Коррекционные упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движения	9
4	Упражнения на коррекцию и профилактику плоскостопия	5
5	Релаксационные упражнения	2
6	Дыхательные упражнения	6
	Итого	34

Календарно-тематическое планирование коррекционных занятий «Двигательное развитие»

№ п/п	№ темы	Тема занятия	Характеристика видов деятельности	Количество часов	Дата		Примеч.
					План.	Факт.	
Упражнения для мелкой моторики рук – 7ч							
1	1	Развитие мелкой моторики	Сгибание, разгибание пальцев рук в кулак.	1			
2	2	Развитие мелкой моторики	Упражнения с малым мячом	1			
3	3	Пальчиковая гимнастика	Упражнения «Повтори» , «Животные»	1			
4	4	Развитие мелкой моторики, хватания.	Подбрасывание мяча на разную высоту. Игра «Кого назвали тот и ловит».	1			
5	5	Пальчиковая гимнастика	Упражнения «Повтори» , «Тень»	1			
6	6	Развитие мелкой моторики	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа.	1			
7	7	Пальчиковая гимнастика	Упражнение «Тень» , «Животные»	1			
Упражнения для коррекции правильной осанки – 5ч							
8	1	Коррекция правильной осанки	Упражнения у стены	1			
9	2	Коррекция правильной осанки	Ходьба по начерченной линии с предметом на голове. Игра « Гуси- Лебеди».	1			
10	3	Работа с осанкой	Приседы у стены	1			
11	4	Коррекция правильной осанки	Упражнения у стены. Игра «Быстро в домик».	1			
12	5	Укрепление мышц туловища.	Упражнения «Обернись, наклонись», «Повороты», «Достань яблоко»	1			
Коррекционные упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движения – 9ч							
13	1	Развития пространственно-временной дифференцировки	Построение в обозначенном месте (в кругах, в квадратах)	1			
14	2	Развития пространственно-временной дифференцировки	Повороты на месте.	1			
15	3	Развития пространственно-временной дифференцировки	Шаг вперед, назад, в сторону и воспроизведение его закрытыми глазами.	1			
16	4	Развитие точности движений	Ловля мяча после хлопка над головой	1			
17	5	Координация точности мелких движений кистью и пальцев.	Ловля мяча после отскока от пола двумя руками, одной.	1			
18	6	Развитие координации	Ходьбой по «следам» с обходом кеглей и т.д.	1			

		движений					
19	7	Упражнения на равновесие	Упражнение «Змейка», «Подними-опусти», «Березка»	1			
20	8	Развитие ловкости	Катание мяча руками от себя и к себе.	1			
21	9	Развитие точности движений	Подъем предметов различной величины.	1			
Упражнения на коррекцию и профилактику плоскостопия – 5ч							
22	1	Профилактика плоскостопия	Ходьба по дорожке(змейка)	1			
23	2	Профилактика плоскостопия	Ходьба на носках, на пятках.	1			
24	3	Профилактика плоскостопия	Игра «Передай мяч», «Подними, передай»	1			
25	4	Общие развивающие упражнения для ног	Упражнения для ног	1			
26	5	Профилактика плоскостопия	Катание ногами мячей, передача мяча.	1			
Релаксационные упражнения – 2ч							
27	1	Самомассаж рук, головы, ног.	Игра «Ну-ка отними».	1			
28	2	Массаж пальцев, кистей рук.	Игра «Морские фигуры»	1			
Дыхательные упражнения – 6ч							
29	1	Дыхательные упражнения в образном оформлении.	Упражнения «Ладшки», «Маятник», «Ветерок», «Волны»	1			
30	2	Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет.	Упражнения «Кошка», «Тик-так», «Повтори», «Счет»	1			
31	3	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях	Упражнения «Свеча», «Погончики», «Пулемет», «Хомяк»	1			
32	4	Изменение длительности дыхания.	Упражнения «Ушки», «Торт», «Замедление»	1			
33	5	Дыхание при ходьбе с имитацией.	Упражнения «Шаг», «Насос», «Перекаты», Маятник головой»	1			
34	6	Упражнения для развития правильного дыхания. Игра «Громче меня».	Упражнения «Сдуй меня», «Повтори». Игра «Громче меня».	1			
Итого:				34ч			

