

СОГБОУ «Духовщинская школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

Рассмотрено и принято
на педагогическом совете
протокол № 1 от
«29» августа 2023 г

СОГЛАСОВАНО:
«28» августа 2023 г.
Зам. директора по УР
_____ Н. Н. Аксёнова

УТВЕРЖДАЮ:
«30» августа 2023 г.
Директор
_____ Е.А. Агапова

Рабочая программа
по предмету «Двигательное развитие»
для 5 – 8 классов
(вариант 2)

Составитель: учитель Ефременкова Ж.М.

Духовщина
2023

СОДЕРЖАНИЕ

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	
II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ.....	
III. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.....	

I. Пояснительная записка

Обучающийся с умственной отсталостью в умеренной, тяжелой или глубокой степени, с тяжелыми и множественными нарушениями развития (далее - ТМНР), интеллектуальное развитие которого не позволяет освоить ФАООП УО (вариант 1), либо он испытывает существенные трудности в ее освоении, получает образование по ФАООП УО (вариант 2).

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства обучающихся 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 «Двигательное развитие» входит в предметную область «Коррекционно-развивающие занятия» и относится к обязательной части учебного плана образования обучающегося с умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). В соответствии с учебным планом рабочая программа по коррекционному курсу «Двигательное развитие» в 5 – 8 классах рассчитана на 34 учебные недели и составляет 1 час в неделю, 34 часа в год.

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа определяет цель и задачи коррекционного курса «Двигательное развитие».

Цель обучения: повышение двигательной активности детей и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни.

Задачи коррекционного курса «Двигательное развитие»:

1. Мотивация двигательной активности, поддержка и развитие имеющихся движений.
2. Расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений.
3. Освоение новых способов передвижения, включая передвижение с помощью технических средств реабилитации.
4. Целенаправленное развитие движений на специально организованных занятиях, которые проводятся инструкторами лечебной физкультуры и (или) учитель адаптивной физкультуры.

Планируемые результаты освоения содержания рабочей программы коррекционного курса «Двигательное развитие»

В соответствии с требованиями ФГОС к ФАООП УО (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 образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

Личностные результаты

- 1) основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как "Я";
- 2) социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- 3) формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
- 4) формирование уважительного отношения к окружающим;
- 5) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 6) освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- 7) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- 8) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 9) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально - нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 10) развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 11) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Предметные результаты освоения коррекционного курса «Двигательное развитие»:

- Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений.
- Освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться.
- Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.
- Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.

Минимальный уровень

- знание основных правил поведения на спортивной площадке, в спортивном зале; выполнение простых упражнений по словесной инструкции;
- знание основных строевых команд; ходьба в различном темпе; медленный бег с сохранением осанки; выполнение поворотов по ориентирам;

Достаточный уровень

- самостоятельное выполнение упражнений (2-3 упр.) совместное участие со сверстниками в играх, эстафетах; метание малого мяча с места;
- прыжки в длину, в высоту с места.

Система оценки достижения обучающимися с умственной отсталостью планируемых результатов освоения рабочей программы по учебному предмету «Изобразительная деятельность»

Система оценки личностных результатов.

Всесторонняя и комплексная оценка овладения обучающимися социальными (жизненными) компетенциями осуществляется на основании применения метода экспертной оценки в конце учебного года и заносится в карту наблюдений.

Оценка результатов осуществляется в баллах:

- 0 - нет фиксируемой динамики;
- 1 - минимальная динамика;
- 2 - удовлетворительная динамика;
- 3 - значительная динамика.

При оценке результативности обучения должны учитываться особенности психического, неврологического и соматического состояния каждого обучающегося. Выявление результативности обучения должно происходить вариативно с учетом психофизического развития обучающегося в процессе выполнения перцептивных, речевых, предметных действий, графических работ. При предъявлении и выполнении всех видов заданий обучающимся должна оказываться помощь: разъяснение, показ, дополнительные словесные, графические и жестовые инструкции; задания по подражанию, совместно распределенным действиям. При оценке результативности достижений необходимо учитывать степень самостоятельности обучающегося.

Оценка выявленных результатов обучения осуществляется в оценочных показателях, основанных на качественных критериях по итогам выполняемых практических действий: «выполняет действие самостоятельно», «выполняет действие по инструкции» (вербальной или невербальной), «выполняет действие по образцу», «выполняет действие с частичной физической помощью», «выполняет действие со значительной физической помощью», «действие не выполняет»; «узнает объект», «не всегда узнает объект», «не узнает объект».

В случае затруднений в оценке сформированности действий, представлений в связи с отсутствием видимых изменений, обусловленных тяжестью имеющихся у

обучающегося нарушений, следует оценивать его эмоциональное состояние, другие возможные личностные результаты.

Воспитательный потенциал коррекционного курса «Двигательное развитие заключается в:

повышении физической выносливости и здоровья детей;
приучении к ведению здорового образа жизни;
социальной адаптации.

II. Содержание обучения

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).

Содержание коррекционного курса 5-8 класс

Раздел	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс
	Основы знаний о технике Безопасности, личной гигиене	3	3	2
Коррекционные двигательные упражнения	6	6	6	6
Коррекция и профилактика	6	6	6	4
Развитие мелкой моторики	5	5	5	4
Подвижные игры	7	7	7	8
Ориентировка в пространстве, в схематела	3	3	2	2
Самомассаж	4	4	6	8
Итого	34	34	34	34

III. Календарно – тематическое планирование 5 класс (34 часа, 1 час в неделю)

№ урока	Изучаемый раздел, тема учебного материала	Количество часов	Дата	
			По плану	По факту
1.	Дыхательные упражнения под хлопки. Подсчет	1	2.09	
2.	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях	1	9.09	
3.	Изменение длительности дыхания. Дыхание при ходьбе с имитацией	1	16.09	
4.	Ходьба в различных направлениях	1	23.09	
5.	Движение руками в исходных положениях	1	30.09	
6.	Движение предплечий и кистей рук. Захват предметов	1	7.10	
7.	Упражнения на развитие гибкости спины	1	14.10	
8.	Сгибание пальцев в кулаки и разгибание с изменением темпа	1	21.10	
9.	Наклоны головы. Ходьба ровным шагом	1	28.10	
10.	Хлопки в ладоши с изменением темпа	1	11.11	
11.	Наклоны туловищем в разных плоскостях. Передача	1	18.11	

	предметов			
12.	Движения стопой в различных направлениях	1	25.11	
13.	Упражнения на развитие гибкости плечевого и локтевого сустава	1	2.12	
14.	Перекаты носков на пятки.	1	9.12	
15.	Пальчиковая игра «Апельсин»	1	16.12	
16.	Захват предметов различной формы	1	23.12	
17.	Упражнения на равновесие. Броски мячей	1	30.12	
18.	Отстукивание и прохлопывание разного темпа	1	20.01	
19.	Упражнения на развитие гибкости плечевого и локтевого сустава	1	27.01	
20.	Упражнения на развитие гибкости тазобедренного и коленного суставов	1	3.02	
21.	Движения под музыку различного характера	1	10.02	
22.	Ходьба в медленном и быстром темпе. Ходьба по линии	1	17.02	
23.	Самомассаж	1	24.02	
24.	Игра «Корабль»	1	2.03	
25.	Пальчиковая игра «Дом»	1	9.03	
26.	Пальчиковая игра «Гости»	1	16.03	
27.	Игра «Кошка и мышки»	1	23.03	
28.	Игра «Кто громче?»	1	6.04	
29.	Игра «Пузырь»	1	13.04	
30.	Игра «Аист ходит по болоту»	1	20.04	
31.	Пальчиковая игра «Ёжик»	1	27.04	
32.	Игра «Волшебный мешочек»	1	4.05	
33.	Игра «Море волнуется раз»	1	11.05	
34.	Игра «Вот так позы!»	1	18.05	
35.	Игра «Повтори»	1	25.05	

Календарно – тематическое планирование

7 класс

(34 часа, 1 час в неделю)

№ урока	Изучаемый раздел, тема учебного материала	Кол-во часов	Дата	
			По плану	По факту
1.	Грудное,брюшноеиполноедыханиев различных исходныхположениях	1	2.09	
2.	Движениепредплечийикистейрук.Захват предметов	1	9.09	
3.	Движенияподмузыкуразличногохарактера	1	16.09	
4.	Пальчиковыеигры	1	23.09	
5.	Тестированиенаначалоучебногогода	1	30.09	
6.	Наклонытуловищемвразныхплоскостях.Передача предметов	1	7.10	
7.	Коррекционныеигры	1	14.10	
8.	Коррекционные игры	1	21.10	
9.	Упражнения наразвитие гибкости	1	28.10	
10.	Упражнениянаравноесие	1	11.11	
11.	Общеразвивающиеупражнениядлявсехгруппмышц	1	18.11	
12.	Катаниеступнями массажныхмячей	1	25.11	
13.	Ходьбав различныхнаправлениях	1	2.12	
14.	Ходьбанаместесвыполнениемзаданий	1	9.12	
15.	Общеразвивающиеупражнениясгимнастическими палками	1	16.12	
16.	Общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками	1	23.12	
17.	Катаниемяча	1	30.12	
18.	Бросаниемячадвумяруками(отгруди) . Ловлямячанауровнегруди	1	20.01	
19.	Перешагиваниечерезверевку,приподнятуюотпола	1	27.01	
20.	Подбрасываниемячанаразнуювысоту. Бросаниемячавцель	1	3.02	
21.	Упражнениядляпрофилактикиплоскостопия	1	10.02	
22.	Упражнения для профилактики плоскостопия		17.02	
23.	Бросаниемячадвумяруками(отгруди)	1	24.02	
24.	Самомассаж рук, головы,ног,живота	1	2.03	
25.	Упражнениясмассажнымимячами.Игра«передай мяч»	1	9.03	
26.	Упражнениянагимнастическойстенке	1	16.03	
27.	Упражнения на гимнастической стенке		23.03	
28.	Упражнениядляпальчиков.Игра«Сложикартинку»	1	6.04	

29.	Дыхательные упражнения	1	13.04	
30.	Ходьба на месте и в движении с выполнением заданий	1	20.04	
31.	Бросание мяча двумя руками (от груди). Ловля мяча на уровне груди	1	27.04	
32.	Игра «Кольцеброс»	1	4.05	
33.	Общеразвивающие упражнения на внимание	1	11.05	
34.	Общеразвивающие упражнения на внимание	1	18.05	
35.	Общеразвивающие упражнения на внимание	1	25.05	