

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Республики Мордовия

МКУ Краснослободского муниципального района «Управление образованием»

МБОУ «Краснослободский многопрофильный лицей»

УТВЕРЖДАЮ

Директор лицея

_____/Е.Н. Голубева/

Приказ №

от « » августа 2024 г.

Рабочая программа

по учебному предмету

«Двигательное развитие»

Учитель	Кудашкина Н.В.
Класс	5
Всего часов в год	34
Всего часов в неделю	1

Краснослободск, 2024 г

Пояснительная записка.

Рабочая программа коррекционного курсу «Двигательное развитие» предназначена для учащихся 5 класса (вариант 2) составлена на основе адаптированной основной образовательной программы общего образования обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2).

Федеральная рабочая программа разработана на основе следующих нормативных документов:

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273 от 29 декабря 2012 г.);

- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), от 19 декабря 2014 года, приказ № 1599;
- Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) / М-во образования и науки Рос. Федерации. – М.: Просвещение, 2017. – 365 с.;
- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.3286-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденные главным санитарным врачом Российской Федерации от 10 июля 2015 г. № 26, зарегистрированными в Минюсте России 14 августа 2015 г. № 38528;

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.

Основные задачи:

- поддерживать и развивать имеющиеся движения, физические навыки и умения;
- расширять диапазон движений и профилактика возможных нарушений;

- осваивать новые способы передвижения (включая передвижение с помощью технических средств реабилитации);
- коррекция и компенсация нарушений физического развития;
- мотивировать двигательную активность;
- формировать способности осознавать и выражать свои интересы;
- формировать умения определять своё самочувствие (как хорошее, или плохое);
- поддерживать и развивать имеющиеся движения, физические умения и навыки.

Наряду с вышеуказанными задачами в коррекционном курсе «**Двигательное развитие**» решаются и специальные задачи, направленные на коррекцию умственной деятельности школьников: - развивать тактильные ощущения кистей рук и расширять тактильный опыт; - развивать зрительное восприятие; - развивать зрительное и слуховое внимание; - развивать вербальные и невербальные коммуникативные навыки; - формировать и развивать реципрокную координацию; - развивать пространственные представления; - развивать мелкую моторику, зрительно-моторную координацию.

Общая характеристика учебного предмета

Рабочая программа коррекционного курса «**Двигательное развитие**» обеспечивает удовлетворение особых образовательных потребностей обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), необходимую коррекцию недостатков в психическом и/или физическом развитии.

Программа реализует в части, формируемой участниками образовательных отношений, годового учебного плана АООП (вариант 2) для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и направлена на формирование полноценного восприятия окружающей действительности.

Место учебного предмета в учебном плане

Курс «Двигательное развитие» входит в «Коррекционно-развивающую область» и относится к части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений.

В соответствии с ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 2, коррекционный курс представлен в части, формируемой участниками образовательного процесса рассчитан на 34 часа в год, 1 час в неделю (34 учебных недели).

Учебно- тематический план

Класс	Кол-во часов в неделю	Кол-во часов в год
5	1	34

Планируемые результаты освоения программы «Двигательное развитие»

Планируемые личностные результаты:

- положительное отношение к учителю, эмоционально-положительные проявления к сотрудничеству;
- положительное отношение к физическим упражнениям и оздоровительным мероприятиям,
- проявление интереса и потребности к передвижению в пространстве.

Планируемые предметные результаты:

Минимальный уровень:

- уметь слушать музыку;
- выполнять несложные движения руками и ногами по показу учителя;
- активно прихлопывать и притопывать вместе с учителем.
- слушать и правильно выполнять инструкцию учителя.

Достаточный уровень:

- появление практических способов действий в играх и манипуляциях с предметами (умений брать, держать, ловить, бросать, катить и т.д.).

Содержание курса

Курс «Двигательное развитие» в 1 дополнительном классе скорректирован в соответствии с учебным планом МБОУ «Школа-интернат №1» и рассчитан на 33 часа (1 час в неделю, 33 учебные недели) и предусматривает включение в рабочую программу следующих разделов:

№ п/п	Наименование разделов	Кол-во часов
1	Способы передвижения	7
2	Ходьба, бег, прыжки	6
3	Ручные умения	7
4	Комплексы движений	14
	Итого:	34 часа

Основное содержание курса «Двигательное развитие»

Способы передвижения

Ползание. Передвижение на четвереньках по коридору шириной 20—25 см, по гимнастической скамейке.

Лазание, перелазание. Произвольное лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек. Подлезание под препятствие и перелезание через горку матов и гимнастическую скамейку.

Повороты и перевороты. Повороты с фиксацией взгляда на разных ориентирах. Перевороты на гимнастических матах, кувьрки.

Ходьба, бег, прыжки

Гимнастические построения и перестроения.

Шаги вперед, назад, в сторону.

Прыжки в длину с места (с широким использованием подводящих, различных по форме прыжков).

Ходьба по заданным направлениям в медленном темпе. Ходьба за направляющим, с различным положением рук.

Медленный бег с сохранением осанки, бег с мешочками на голове, в колонне за учителем.

Упражнения в ходьбе, беге, различными прыжками.

Ручные умения

Сгибание, разгибание пальцев рук в кулак. Упражнения для пальчиков. Игра «Фигуры из пальцев».

Переключивание мяча из руки в руку, катание мяча. Подбрасывание мяча на разную высоту. Упражнения с массажными мячами. Игра «Прокати мяч».

Метание мяча в цель. Подготовка кистей рук к метанию. Упражнения на правильный захват мяча, своевременное освобождение (выпуск) его. Броски и ловля мячей. Метание малого мяча с места правой и левой рукой.

Фиксация предметов с липкой лентой, собирание мозаики, лепка.

Кегли. Набрасывание колец на кегли. Детский боулинг (игра: «Сбей мячом кегли»).

Развитие мышц рук и пальцев, с применением эспандера, гимнастической палки.

Комплексы движений

ОРУ для всех групп мышц без предметов. Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы, выполняемые на месте и в движении.

Эстафеты с применением мячей, скакалок, гимнастических палок.

Игры с элементами общеразвивающих упражнений.

Календарно-тематическое планирование курса «Двигательное развитие»

№	Наименование разделов и тем	Содержание и виды деятельности на уроке	Кол-во часов	Дата проведения
Способы передвижения (7 часов)				
1.	Основные понятия. Слушание музыки. Ползание.	Способы передвижения. Передвижение на четвереньках по гимнастической скамейке. Способы передвижения. Перевороты на мягком мате со спины на левый, правый бок, на живот, с живота на спину. Гимнастические построения и перестроения. Повторение за учителем способов передвижения: шаги вперед, назад, в сторону.	1	02.09.24
2.	Перевороты на мягком мате.		1	09.09.
3.	Гимнастические построения и перестроения.		1	16.09.
4.	Построения в шеренгу, колонну, круг, пары.		1	23.09.
5.	Шаги вперед, назад, в сторону.		1	30.09.
6.	Ходьба в шеренге (вперед, назад), по кругу.		1	7.10
7.	Основные движения под музыку: виды бега (лёгкий, на носочках, энергичный, стремительный).		1	14.10
Ходьба, бег, прыжки (6 часов)				
8.	ОРУ для всех групп мышц без предметов.	Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы, выполняемые на месте и в движении. Способы передвижения, комплексы движений, двигательные умения: ходьба. Ходьба по заданным направлениям в медленном темпе, ходьба за направляющим, с различным положением рук. ручные умения, общеразвивающие двигательные умения, комплексы движений. Комплексы упражнений с гимнастическими палками, флажками, малыми обручами, большими и малыми мячами.	1	21.10
9.	Бросание мяча двумя руками, одной рукой		1	11.11
10.	Отбивание мяча на уровне груди(на уровне колен)		1	18.11
11.	Ловля мяча на уровне груди.		1	25.11
12.	Прыжки в длину.		1	02.12
13.	ОРУ для всех групп мышц с предметами.		1	09.12
Ручные умения (7 часов)				
14.	Тактильная гимнастика.	Выполнение совместно с учителем упражнений для ручной моторики: ощупывание предметов с различными фактурами, с разными поверхностями,	1	16.12
15.	Сгибание, разгибание пальцев рук в кулак.		1	23.12
16.	Выполнение под музыку элементов танца.		1	13.01.2025

17.	Музыкальные игры с предметами.	разных размеров и форм.	1	20.01
18.	Игры с мячом: перекидывание мяча из руки в руку, катание мяча.	Выполнение доступным способом задания на развитие мелкой моторики и задания на	1	27.01
19.	Упражнения для развития мышц рук и пальцев.	общеразвивающие двигательные умения: сгибание и разгибание пальцев рук, упражнения для пальчиков, игра «Фигура из пальцев».	1	03.02
20.	ОРУ для всех групп мышц с предметами.	Перекидывание мяча из руки в руку, катание мяча. Подбрасывание мяча на разную высоту. Упражнения с массажными мячами. Игра «Прокати мяч». Ручные умения, комплексы движений. Упражнения для рук и пальцев, с эспандером, гимнастической палкой.	1	10.02
Комплексы движений (13 часов)				
21.	Лазание, перелазание.	Способы передвижения. лазание по гимнастической	1	17.02
22.	Прыжки в длину.	стенке, не пропуская реек, подлезание под	1	24.02
23.	Упражнения на координацию движений.	препятствие, перелазание через горку матов, через	1	03.03
24.	Ходьба, бег, прыжки.	гимнастическую скамейку.	1	10.03
25.	Упражнения для улучшения гибкости.	Прыжки в длину с места (с широким использованием	1	17.03
26.	Игры по ориентировке в пространстве.	подводящих, различных по форме прыжков).	1	31.03
27.	Метание мяча в цель.	Способы передвижения, комплексы движений,	1	07.04
28.	Кегли.	двигательные умения: ходьба, бег, прыжки.	1	14.04
29.	Общеразвивающие упражнения без предметов.	Упражнения в ходьбе, беге, с различными прыжками. Ручные умения, комплексы движений.	1	21.04
30.	Общеразвивающие упражнения с предметом.	Метание мяча в цель. Подготовка кистей рук к метанию.	1	28.04
31.	Подвижные игры под музыку.	Упражнения на правильный захват мяча,	1	05.05
32.	Упражнения для улучшения гибкости.	своевременное освобождение (выпуск) его. Броски и	1	12.05
33.	Удары по мячу ногой с места	ловля мячей. Метание малого мяча с места правой и левой рукой. Кегли. Набрасывание колец на кегли. Детский боулинг (игра: «Сбей мячом кегли»).	1	19.05

34.	Общеразвивающие упражнения с предметом.		1	26.05
Итого: 34 часа				

Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение образовательного процесса

Техническое оснащение курса включает:

- технические средства реабилитации (например, 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, коврики, кегли, кольца.

