

Министерство образования и науки Алтайского края
Краевое государственное бюджетное образовательное учреждение
для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья
«Ключевская общеобразовательная школа-интернат»

УТВЕРЖДЕНА:
Приказ № _____ от 2024 года
Директор КГБОУ «Ключевская
общеобразовательная школа-интернат»
_____/Г.В.Колтукова /

Рабочая программа
Для обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)
вариант 2
По коррекционному курсу
«Двигательное развитие»
5 год обучения
на 2024 – 2025 учебный год

Составитель:
Чайникова Н.В.
Учитель высшей
квалификационной категории.

СОГЛАСОВАНА
Зам.директора по УР
_____/И.Г.Катюк

РАССМОТРЕНА на заседании МО
учителей
№ _____ от _____ 2024 года
Руководитель МО

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа разработана на основе:

- Федерального закона РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ № 1599 от 19 декабря 2014 г.;
- Приказа Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 года № 1026 об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Приказа Минпросвещения России от 22.03.2021 N 115 "Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (СанПиН) от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно - эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) КГБОУ «Ключевская общеобразовательная школа - интернат»;
- Приказа КГБОУ «Ключевская общеобразовательная школа - интернат» «О начале 2024-2025 учебного года»;
- Учебного плана образовательной организации.
- Календарного учебного графика на 2024-2025 учебный год.

В соответствии с учебным планом отводится 68 часов (из расчёта 2 часа в неделю).

В 2024-2025 учебном году произошло уменьшение количества часов, в зависимости от изменения годового календарного учебного графика, сроков каникул, выпадения уроков на праздничные дни. На каждый изучаемый раздел отведено определённое количество часов, указанное в тематическом плане, которое может меняться (увеличиваться, уменьшаться) на незначительное количество часов.

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: 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. 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 обучающегося фиксируется в таких позах (горизонтальных, сидячих, вертикальных), которые снижают активность патологических рефлексов, обеспечивая максимально комфортное положение обучающегося 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 обучающегося самостоятельным движениям, действиям с предметами, элементарным операциям самообслуживания, способствует развитию познавательных процессов.

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, тележки, коврики, специальный велосипед, тренажеры, подъемники.

Содержание коррекционного курса "Двигательное развитие".

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).

Результаты освоения учебного курса, предмета и система их оценки.

Оценка результативности учебной деятельности.

Предметом итоговой оценки освоения обучающимися адаптированной основной образовательной программы общего образования должно быть достижение результатов освоения адаптированной основной образовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2). Материал предмета представлен следующими содержательными линиями

Коррекционно - развивающие задачи:

1 Коррекция и Профилактика нарушения осанки и плоскостопия; профилактика выполнения планируется в формирование правильной осанки имитационных упражнений.

Профилактика выполнения упражнений в вытяжении. соответствии с основными дидактическими требованиями: постепенное повышение нагрузки и переход в конце урока к успокоительным упражнениям; чередование различных упражнений, подбор видов упражнений, соответствующих возможностям учащихся.

2 Формирование и укрепление мышечного корсета Профилактика выполнения общеукрепляющих упражнений. Овладение пространственными ориентировками. Развитие подвижности в суставах.

3 Коррекция и развитие сенсорной системы.

Овладение упражнениями для развития тактильно-двигательного восприятия;

Развитие зрительного анализатора; Овладения играми на совершенствование сенсорного развития.

4 Развитие точности движений пространственной ориентировки.

Профилактика нарушения осанки и плоскостопия; Овладения пространственными ориентировками.

Планируемые результаты освоения обучающимися АООП: 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;

Требования к уровню подготовки учащихся

В соответствии с требованиями ФГОС к адаптированной основной образовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2) результативность обучения может оцениваться только строго индивидуально с учетом особенностей психофизического развития и особых образовательных потребностей каждого обучающегося. В связи с этим, требования к результатам

освоения образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

Предполагаемые знания и умения учащихся:

Учащиеся должны уметь:

подобрать форму одежды для занятий по ЛФК; строится в колонну, равняться в затылок, размыкаться на вытянутые руки вперёд; выполнять повороты по ориентирам

Учащиеся должны знать :правила поведения и передвижения по спортивному залу; правила по технике безопасности и правила пользования спортивными снарядами и тренажёрами; правила личной гигиены

Тематическое планирование:

№	Тема и раздел урока	К-во часов	Основное содержание	Виды деятельности
1 четверть: 8ч				
Коррекция и закрепления навыка правильной осанки				
1	Формирование знаний о положении тела при правильной осанке	1	Выполнение общих развивающих упражнений	Коррекция внимания на основе упражнений на удержание тела в равновесии
2	Разучивание основных положений рук, ног, туловища,	1	Слушание инструкции учителя и выполнение упражнений по показу учителя.	Коррекция внимания на основе упражнений на удержание тела в равновесии
3	Выполнение простейших упражнений для развития кисти рук и пальцев;	1ч	Выполнение общих развивающих упражнений	Коррекция произвольного внимания, мышления, совершенствование равновесия.
4	Выполнение упражнения у гимнастической стенки смешанные весы. Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры),	1ч	Слушание инструкции учителя и выполнение упражнений по показу учителя.	Коррекция внимания на основе упражнений на удержание тела в равновесии
5	Движение: ходьба и бег	1ч		
6	Формирование и укрепление мышечного корсета	1ч	Выполнение двигательных действий, использование их в игровой деятельности.	Коррекция внимания на основе упражнений на удержание тела в равновесии
7-8	Упражнения для укрепления мышц живота и спины	2ч	Слушание инструкции учителя и выполнение упражнений по показу учителя.	Коррекция внимания на основе упражнений на удержание тела в равновесии
2 четверть: 8ч				
9	Упражнения для укрепления мышц глаз	1ч	Слушание инструкции учителя и выполнение упражнений по показу учителя.	Коррекция произвольного внимания.
10	Упражнения для укрепления тазового пояса, бёдер, ног и рук.	1ч	Слушание инструкции учителя и выполнение упражнений по показу учителя.	Коррекция произвольного внимания, мышления, совершенствование равновесия.
11	Упражнения с предметами и без них.	1ч	Слушание инструкции учителя	Коррекция мелкой моторики. Коррекция

			и выполнение упражнений по показу учителя.	внимания
Коррекция и развитие сенсорной системы				
12	Игра: «День и ночь»	1ч	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.	Коррекция мелкой моторики. Коррекция внимания
13	Упражнение для правильного дыхания с использованием звуковой гимнастики.	1ч	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.	Умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения.
14-15	Игры на совершенствование сенсорного развития	2ч	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений
Коррекция и закрепления навыка правильной осанки				
16	Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень ,Изменения позы в положении стоя: поворот, наклон	1ч	Выполнение движений головой: наклоны вправо, влево, вперед в положении лежа на спине, на животе, стоя, сидя.	Коррекция пространственной ориентировки, координация движений, эмоционально-волевой сферы.
3 четверть:20ч				
17	Упражнения на изменения позы в положении стоя: поворот, наклон	1ч	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.	Коррекция внимания на основе упражнений на удержание тела в равновесии
18	Упражнения на правильное положение осанки у гимнастической стенки;	1ч	Выполнение движений головой: наклоны вправо, влево, вперед в положении лежа на спине, на животе, стоя, сидя.	Коррекция пространственной ориентировки, координация движений, эмоционально-волевой сферы.
19	Выполнять правильно имитационные упражнения;	1ч	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.	Коррекция внимания на основе упражнений на удержание тела в равновесии
20	Простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев;	1ч	Выполнение движений пальцами рук: сгибание (разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак) разгибание.	Коррекция мелкой моторики. Коррекция внимания

21	Простейшие упражнения в вытяжении;	1	Выполнение общих развивающих упражнений	Коррекция внимания на основе упражнений на удержание тела в равновесии
22	Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила	1 ч	Выполнение двигательных действий, использование в игровой деятельности.	Коррекция мелкой моторики
23	Упражнения с предметами на голове (мешочек с песком, кубик и т. д) стоя у стены, в движении, под музыку.	1 ч	Выполнение движений головой: наклоны вправо, влево, вперед в положении лежа на спине, на животе, стоя, сидя.	Коррекция мелкой моторики. Коррекция внимания
24	Упражнения с предметами стоя у стены под музыку	1 ч	Выполнение общих развивающих упражнений	Коррекция внимания на основе упражнений на удержание тела в равновесии
25	Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево)	1 ч	Выполнение движений головой: наклоны вправо, влево, вперед в положении лежа на спине, на животе, стоя, сидя.	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций движений с мячом
26	Подвижные игры на сохранение правильной осанки: «Море»	1 ч	Выполнение двигательных действий, использование в игровой деятельности.	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций движений с мячом
4 четверть: 13ч				
27	Упражнения с ленточками	1 ч	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.	Коррекция пространственной ориентировки, координация движений, эмоционально-волевой сферы.
28	Упражнение с обручами	1 ч	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций движений с мячом
29	Упражнения на тренажерах	1 ч	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций движений с мячом
30	«Волшебный мешочек»	1 ч	Слушание правил выполнения движений, выполнение под	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций

			руководством учителя.	движений с мячом
31	«Аист ходит по болоту»	1ч	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.	Коррекция пространственной ориентировки, координация движений, эмоционально-волевой сферы.
32	«Запомни порядок»	1ч	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций движений с мячом
33	«Кошка и мышки»	1ч	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.	Коррекция пространственной ориентировки, координация движений, эмоционально-волевой сферы.
Итого по факту :		33ч		