

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»
9 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

Ключи

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 34 часа (из расчёта 1 час 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

Учебно-тематическое планирование на 2024-2025 учебный год.

№	Тема урока	Кол-во часов	Виды деятельности
1	Упражнения для развития меткости и ловкости.	2	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).
2	Упражнения для развития мышц передней поверхности бедра.	2	
3	Упражнения для развития крупной моторики.	2	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, "круговые". Выполнение движений пальцами рук: сгибание или разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак и разгибание.
4	Упражнения для укрепления больших мышц спины.	2	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).
5	Упражнения для укрепления мышц пресса	2	
6	Упражнения на укрепление мышечно – связочного аппарата туловища	2	
7	Упражнения для укрепления мышц задней поверхности бедра	2	
8	Упражнения на развитие косых мышц туловища.	2	
9	Упражнения для развития координационных способностей	2	Игра: «День и ночь» Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев;
10	Упражнения для развития ловкости и меткости	2	
11	Упражнения на разгрузку опорно-двигательного	2	Профилактика выполнения общеукрепляющих упражнений. Овладение пространственными ориентировками. Развитие

	аппарата		подвижности в суставах.
12	Упражнения на развитие координационных способностей	2	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя. Умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения.
13	Дыхательная гимнастика.	2	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя. Умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения.
14	Упражнения на укрепление мышц верхнего плечевого пояса	2	Профилактика выполнения общеукрепляющих упражнений. Овладение пространственными ориентировками. Развитие подвижности в суставах.
15	Упражнения на развитие крупной моторики	2	Выполнение двигательных действий, использование в игровой деятельности.
16	Упражнения на развитие и укрепление задней поверхности бедра	2	Профилактика выполнения общеукрепляющих упражнений. Овладение пространственными ориентировками. Развитие подвижности в суставах.
17	Упражнения для укрепления грудных мышц.	2	Коррекция пространственной ориентировки, координация движений, эмоционально-волевой сферы.
18	Упражнения на разгрузку опорно-двигательного аппарата.	2	Профилактика выполнения общеукрепляющих упражнений. Овладение пространственными ориентировками. Развитие подвижности в суставах.
19	Упражнения для развития и укрепления передней поверхности бедра	2	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.
20	Упражнения на развитие координационных способностей	2	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.

21	Упражнения для укрепления косых мышц туловища	2	Профилактика выполнения общеукрепляющих упражнений. Овладение пространственными ориентировками. Развитие подвижности в суставах.
22	Упражнения на развитие гибкости и подвижности в суставах	2	
23	Упражнения для формирования и развития передней поверхности бедра	2	
24	Упражнения для развития крупной моторики.	2	Профилактика выполнения общеукрепляющих упражнений. Овладение пространственными ориентировками. Развитие подвижности в суставах.
25	Упражнения для укрепления задней поверхности бедра	2	
26	Упражнения для развития икроножных мышц	2	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.
27	Упражнения для укрепления больших мышц спины	2	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.
28	Упражнения при нарушении осанки	2	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.
29	Упражнения для укрепления голеностопного сустава.	2	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.
30	Упражнения при нарушении осанки	2	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.
31	Упражнения на развитие координационных способностей.	2	Коррекция пространственной ориентировки, координация движений, эмоционально-волевой сферы.
32	Упражнения для укрепления мышц пресса	2	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.
33	Упражнения для развития мышц передней поверхности бедра.	2	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.
34	Упражнения для укрепления больших мышц спины.	2	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.

