МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

Бажирская основная общеобразовательная школа

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
На педагогическом совете	Заместитель директора по УВР	Директор школы
от «29» августа 2024 г.	А.Г. Албаева	В.Л.Чепурин
.	от «29» августа 2024 г.	Приказ №155-ОД от «30» августа 2024 г

Рабочая программа коррекционного курса

Двигательное развитие

для обучающихся 1 – 9 классов по адаптированной основной общеобразовательной программе с умеренной умственной отсталостью

(Вариант№2)

Пояснительная записка.

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) учитель 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

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, 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).

Планируемые результаты

Личностными результатами изучения курса «Двигательное развитие» является формирование следующих умений и навыков (при направляющей помощи):

- Определять и выражать положительное отношение к школьной дисциплине, направленной на поддержание норм поведения в школе.
- В предложенных педагогом ситуациях делать выбор как поступить, опираясь на общепринятые нравственные правила, в первую очередь в отношениях со сверстниками в практике совместной деятельности.
- Оценивать простые ситуации и однозначные поступки как «хорошие» или «плохие» с позиции важности исполнения роли «хорошего ученика».
- Выражать свое эмоциональное состояние, настроение.

Предметные результаты

1-4 класс
Учащиеся должны знать: - элементарные пространственные понятия; - элементарные виды движений; - правила бережного обращения с инвентарем и оборудованием; - требования техники безопасности в процессе урока Учащиеся должны уметь: -выполнять исходные положения; - бросать, перекладывать, перекатывать; - управлять дыханием; -ориентироваться в пространстве зала; -участвовать в двигательной и игровой деятельности; - работать со спортивным инвентарем.
5-9 класс
Учащиеся должны знать: - пространственные понятия; - виды движений и упражнения; - правила бережного обращения с инвентарем и оборудованием; - требования техники безопасности в процессе урока; Учащиеся должны уметь: - выполнять исходные положения стоя и лежа; - бросать, перекладывать, перекатывать с переключением; - задерживать и управлять дыханием; - ориентироваться в пространстве зала и находить выходы; - работать со спортивным инвентарем.

Тематическое планирование

Название раздела	Количество часов		Используемые на уроке виды учебной деятельности	Результаты
	1-4 класс	5-9 класс		
Коррекция и формирование правильной осанки.	7	14	Чередование различных видов упражнений, подбор упражнений, соответствующих возможностям учащихся.	Сформированная правильная осанка.
Формирование и укрепление мышечного корсета.	7	14	Выполнения общеукрепляющих упражнений. Овладение пространственными ориентировками. Развитие подвижности в суставах.	Укрепление мышечного тонуса.
Коррекция и развитие сенсорной системы.	8	16	Овладение упражнениями для развития тактильно-двигательного восприятия; Развитие зрительного анализатора;	Развитие сенсорной системы

			Овладения играми на совершенствование сенсорного развития.	
Развитие точности движений пространственной ориентировки.	12	24	Двигательные упражнения. Овладения пространственными ориентировками.	Развитие пространственной ориентировки.
Итого:	34	68		

Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса

Интернет ресурсы

http://ege.pskgu.ru/