

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Департамент образования и науки ХМАО - Югры

Комитет образования Берёзовского района

МБОУ «Саранпаульская СОШ»

**ПРИНЯТО**

Решением педагогического совета

от «29» августа 2024 г.

Протокол № 1

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор школы

\_\_\_\_\_ Г.М. Артеева

Приказ № 187

от «29» августа 2024 г.

**АДАптированная рабочая программа**

коррекционного курса

«Двигательное развитие»

Для обучающегося 5г класса

Индивидуальное обучение, АООП образования обучающихся  
с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Вариант 2

на 2024-2025 учебный год

Составитель: Емельянова Ольга Николаевна,

учитель хореографии,

учитель физической культуры

## Пояснительная записка

Рабочая программа коррекционного курса «Двигательное развитие» предназначена для учащихся 5 класса (вариант 2), составлена на основе примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2).

Программа составлена на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изм., внесенными Федеральными законами от 04.06.2014г. № 145 – ФЗ, от 06.04.2015 г. № 68 –ФЗ).
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12. 2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».
- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью, «Школа № 2009».

При разработке рабочей программы были использованы программно-методические материалы:

1. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью/ Л. Б. Баряева, Д. И. Бойков, В. И. Липакова и др.; Под. ред. Л. Б. Баряевой, Н. Н. Яковлевой. — СПб: ЦДК проф. Л. Б. Баряевой, 2011. — 480 с.
2. Программно-методический материал «Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта» под редакцией профессора И.М. Бгажноковой (Москва, 2007).
3. Адаптивная физическая культура для обучения детей с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью в сочетании с двигательными нарушениями/ Андреева И.Н., Покровская И.А. - СПб, 2014г.

Двигательное развитие является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций человека (дыхание, работа сердечно-сосудистой системы и других внутренних органов). У большинства детей с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся.

Коррекционно-развивающие занятия направлены на коррекцию отдельных сторон психической деятельности и личностной сферы; формирование социально приемлемых форм поведения, сведение к минимуму проявлений деструктивного поведения; на реализацию индивидуальных специфических образовательных потребностей обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью, не охваченных содержанием программ учебных предметов и коррекционных занятий; дополнительную помощь в освоении отдельных действий и представлений, которые оказываются для обучающихся особенно трудными; на развитие индивидуальных способностей обучающихся, их творческого потенциала.

**Целью программы** является работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

**Задачи:**

- 1) мотивация двигательной активности;
- 2) поддержка и развитие имеющихся движений;
- 3) расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений;
- 4) освоение новых способов передвижения (включая передвижение с помощью технических средств реабилитации).

Наряду с вышеуказанными задачами в коррекционном курсе «Двигательное развитие» решаются и специальные задачи, направленные на коррекцию умственной деятельности школьников:

- развитие тактильных ощущений кистей рук и расширение тактильного опыта;
- развитие зрительного восприятия;
- развитие зрительного и слухового внимания;
- развитие вербальных и невербальных коммуникативных навыков;
- формирование и развитие реципрокной координации;
- развитие пространственных представлений;
- развитие мелкой моторики, зрительно-моторной координации.

Общесенсорное развитие, у детей с умеренной умственной отсталостью, как правило, нарушено. Имеются отклонения в координации, точности и темпе движений. Движения замедленны, неуклюжи. У обучающихся возникают большие сложности при переключении движений, быстрой смене поз и действий. Часть детей с умеренной, умственной отсталостью имеет замедленный темп, вялость, неловкость движений. У

других наблюдается повышенная подвижность, сочетающаяся с не целенаправленностью, беспорядочностью, нескоординированностью движений.

Характер развития детей зависит от ряда факторов: этиологии, патогенеза нарушений, времени возникновения и сроков выявления отклонений, характера и степени выраженности каждого из первичных расстройств, специфики их сочетания, а также от сроков начала, объема и качества коррекционной помощи.

В связи с выраженными нарушениями и (или) искажениями процессов познавательной деятельности, прежде всего: восприятия, мышления, внимания, памяти непродуктивным оказываются подходы, требующие абстрактного мышления, задействование процессов анализа и синтеза. Вследствие чего возникают серьезные трудности в усвоении «академического» компонента различных программ дошкольного, а тем более школьного образования. Специфика эмоциональной сферы определяется ее неустойчивостью, часто гиперсензитивностью. В связи с неразвитостью волевых процессов дети оказываются не способны произвольно регулировать свое эмоциональное состояние в процессе деятельности, что не редко вызывает проблемы поведения. Кроме всего перечисленного, трудности в обучении вызваны недоразвитием мотивационно-потребностной сферы обучающихся с умственной отсталостью и ТМНР. Интерес к какой-либо деятельности, если возникает, то, как правило, носит кратковременный, неустойчивый характер.

Программа построена на следующих *принципах*:

1. Принцип единства диагностики и коррекции развития, который заключается в целостности процесса оказания психолого-педагогической и медико-социальной помощи в развитии ребёнка.
2. Деятельностный принцип коррекции. Основан на признании того, что именно активная деятельность самого ребёнка является движущей силой развития.
3. Принцип индивидуально-дифференцированного подхода – изменения содержания, форм, способов коррекционно-развивающей работы в зависимости от индивидуальных особенностей ребёнка.
4. Принцип комплексности организации коррекционной работы заключается в особенностях использования методических средств и подходов, различных теоретических и методологических подходов, конкретных техник.
5. Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к участию в реализации программы. Принцип определяется той ролью, которую играет

ближайший круг общения в психическом развитии ребёнка. Система отношения ребёнка с близкими взрослыми, особенности их межличностных отношений и общения, формы совместной деятельности, способы её осуществления составляют важнейший компонент социальной ситуации развития ребёнка, определяют зону его ближайшего развития.

6. Принцип усложнения. Каждое занятие должно проходить ряд этапов: от минимально простого – к сложному.

7. Учёт эмоциональной сложности материала. Проводимые игры, занятия, упражнения, предъявляемый материал должны создавать благоприятный эмоциональный фон, стимулировать положительные эмоции. Коррекционное занятие обязательно завершается на позитивном эмоциональном фоне.

Разработка программы осуществлялась с опорой на общепедагогические (индивидуальный, деятельностный, системный), так и на специфические подходы: социокультурный; прагматический (создание необходимых условий, при которых ребенок захочет вступить во взаимодействие); ситуативный (использование имеющихся естественных ситуаций (ситуация приветствия, прощания) или создание специальных ситуаций, например ситуаций знакомства); инструментальный.

Рабочая программа коррекционного курса «Двигательное развитие» организуется в **форме** занятий. Исходя из особенностей развития обучающихся с умственной отсталостью и на основании рекомендаций психолого-медико-педагогической комиссии / консилиума и индивидуальной программы реабилитации и абилитации инвалида, занятие проводится для состава всего класса, для группы обучающихся, а также индивидуально.

Предусмотрены следующие виды деятельности на занятии: словесные: объяснения, словесные инструкции, распоряжения, команды и т.д.; физические упражнения: с помощью, с частичной помощью, по образцу, по словесной инструкции.

**Практическая полезность** курса обусловлена тем, что предполагает формирование умений пользоваться полученными знаниями для решения соответствующих возрасту житейских задач. У детей с тяжелой интеллектуальной недостаточностью не развита познавательная деятельность, все мыслительные операции (анализ, синтез, сравнения, обобщения), имеются значительные пробелы в элементарных знаниях. Они затрудняются самостоятельно использовать имеющиеся у них знания. Перенос полученных знаний и умений, их применение в несколько изменившихся условиях, самостоятельный анализ ситуации, выбор решения даже простых жизненных задач – все это составляет трудность для детей данной категории. Поэтому важно не

только дать этим детям определенную сумму знаний, но и выработать у них умение действовать в конкретных жизненных ситуациях, придать знаниям бытовую, ситуационную приспособленность.

Программа ориентирована на обязательный учёт индивидуально-психологических особенностей учащихся, так как воспитанники адаптивной школы представляют собой весьма разнородную группу детей по сложности дефекта. Поэтому важен не только дифференцированный подход в обучении, но и неоднократное повторение, закрепление. Процесс обучения носит развивающий характер и одновременно имеет коррекционную направленность. При обучении происходит развитие познавательной деятельности, речи, эмоционально-волевой сферы воспитанников с ограниченными возможностями здоровья.

Обучающегося можно отнести в группе детей, у которых нет выраженных нарушений движений и моторики, передвижение полностью самостоятельное. Дефицит моторной функции выражен в замедленном темпе, несогласованности и недостаточной координации движений.

Он владеет элементарной речью: понимают речь на бытовом уровне, может выразить свои желания простыми словами, отвечает на простые вопросы. У него присутствует интерес к взаимодействию с другими детьми и взрослыми.

А. Р. Маллер, Г. В. Цикото были сформулированы основные требования к методике обучения детей данной категории.

1. Использование игровой формы как доминирующей. Игра рассматривается не как развлечение и отдых, а как средство обучения и коррекции.
2. Использование эмоций, наиболее сохранной стороны психической деятельности детей, в целях пробуждения познавательных потребностей и повышения мотивации обучения.
3. Использование подражательности, свойственной тяжело умственно отсталым детям.
4. Предметно-действенное обучение. Организация постоянной активной практической деятельности детей с конкретными предметами.
5. Детальное расчленение материала на простейшие элементы при сохранении его систематичности и логики построения. Обучение ведется по каждому элементу, и лишь затем части объединяются в целое, а дети подводятся к обобщению.

6. Постепенное усложнение самостоятельных действий детей: переход от действий по подражанию к действиям по образцу, по речевой инструкции, которая должна быть четко сформулирована.
7. Частая смена видов деятельности на занятии, привлечение внимания детей к новым пособиям, новым видам деятельности в целях удерживания его на необходимое время. Комбинированное (комплексное) построение урока: на одном уроке проводятся различные виды работы по разным разделам программы, например, развитие речи — игра -музыкальные (физкультурные) упражнения; предметно-практическая деятельность - ритмические упражнения — рисование и т. д.
8. Большая повторяемость материала, применение его в новых ситуациях.
9. Индивидуальная и дифференцированная работа на уроке. Задание, как правило, должен выполнять каждый ребенок в соответствии со своими возможностями и с использованием необходимой помощи педагога. Обязательная эмоциональная положительная оценка учителем малейших достижений ребенка. [8, с.127]

#### **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 реализуется 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.

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства детей 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.

Целенаправленное развитие движений на специально организованных занятиях 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 ребенка фиксируется в таких позах (горизонтальных, сидячих, вертикальных), которые снижают активность патологических рефлексов, обеспечивая максимально комфортное положение ребенка 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 ребенка самостоятельным движениям, действиям с предметами, элементарным операциям самообслуживания, способствует развитию познавательных процессов.

В рабочей программе представлен учебный материал, который может быть скорректирован с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся.

Коррекционный курс содержит упражнения следующей направленности:

1. Коррекция и формирование правильной осанки.
2. Формирование и укрепление мышечного корсета.
3. Коррекция и развитие сенсорной системы.
4. Развитие точности движений пространственной ориентировки.

Основное содержание данных разделов построено с учетом закономерностей формирования двигательных умений у детей с тяжелыми множественными нарушениями развития:

- первый этап – ознакомление с двигательным действием на этом этапе используются словесные методы (рассказ, описание, объяснение, разбор) и наглядные методы (непосредственный, опосредованный, замедленный показ).
- второй этап – начальное разучивание используется метод упражнения, контактный метод обучения в сочетании со словесным, метод физического сопровождения и т.д.
- третий этап – углубленное разучивание применяются словесные, наглядные методы и их сочетание, вспомогательные методы (направляющая помощь педагога по ходу выполнения движения, фиксация положения тела, принудительное ограничение движения) и т.п.



- четвертый этап – повторение используются словесный метод (задание, указание и др.), целостный метод с обработкой отдельных частей по ходу выполнения упражнения, игровой.

- пятый этап – закрепление используются игровой метод, целостный и т.д.

Количество этапов освоения движения может быть увеличено до семи (Л.Н. Ростомашвили, 2015). Продолжительность каждого из этапов может индивидуально корректироваться. Но, как правило, на первом уроке при освоении каждого из разделов происходит ознакомление с новым движением и его начальное разучивание. На втором уроке углубленное разучивание и повторение. Поэтому, содержание каждого урока повторяется дважды. Два последних урока раздела (как правило, это два последних урока четверти) отведены на закрепление основного содержания раздела в игровой форме. Кроме того, занятия по этому разделу могут проводиться не только в спортивном зале, но, и на открытой спортивной площадке, это обеспечивает решение задач по расширению образовательного пространства за пределами образовательного учреждения.

**В программу включены упражнения на «Коррекцию и формирование правильной осанки и плоскостопия»** проводится профилактика нарушения осанки и плоскостопия; профилактика выполнения имитационных упражнений. Профилактика выполнения упражнений в вытяжении. Планируется в соответствии с основными дидактическими требованиями: постепенное повышение нагрузки и переход в конце урока к успокоительным упражнениям; чередование различных видов упражнений, подбор упражнений, соответствующих возможностям учащихся.

**Упражнения на «Формирование и укрепление мышечного корсета».** Профилактика выполнения общеукрепляющих упражнений. Овладение пространственными ориентировками. Развитие подвижности в суставах. Учащиеся выполняют дыхательные упражнения в образном оформлении. Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет. Грудное, брюшное и полное дыхание в исходном положении «лежа на спине», «сидя», «стоя». Дыхание через нос, через рот. Изменение длительности вдоха и выдоха. Дыхание в ходьбе с имитацией. Движение руками в исходном положении. Движение предплечий и кистей рук в различных направлениях. Наклоны. Приседания.

**Упражнения на «Коррекцию и развитие сенсорной системы»** овладение упражнениями для развития тактильно-двигательного восприятия; развитие зрительного анализатора; овладения играми на совершенствование сенсорного развития.

**Упражнения на «Развитие точности движений пространственной ориентировки»** профилактика нарушения осанки и плоскостопия; овладением пространственными ориентировками. Ходьбу - ровным шагом, в колонне, по кругу, взявшись за руки, на носках, в медленном и быстром темпе Равновесие – ходьба по линии, на носках. Броски, ловля, передача предметов – правильный захват различных по величине и форме предметов одной и двумя руками, передача и перекаты мяча.

Используются следующие виды коррекционных игр:

- формирование способности вести совместные действия с партнером;
- развитие тактильной чувствительности;
- активизация психических процессов: восприятия, внимания, памяти;
- развитие речевой деятельности, способности к звукоподражанию.

Освоение одного комплекса общеразвивающих и корригирующих упражнений происходит в течение двух уроков при этом могут быть использованы разные предметы в зависимости от индивидуальных возможностей и особенностей обучающихся. Освоение правил одной коррекционной подвижной игры также происходит в течение двух уроков.

### **Место учебного предмета в учебном плане**

Коррекционный курс «Двигательное развитие» входит в коррекционно-развивающую область вариативной части учебного плана КОУ «Исилькульская школа-интернат»

В соответствии с ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 2, коррекционный курс представлен в части, формируемой участниками образовательного процесса рассчитана на 68 часов в год, т.е. 2 часа в неделю (34 учебных недели).

### **Учебно-тематический план**

Класс	Кол-во часов в неделю	Кол-во часов в год
<b>5</b>	<b>2</b>	<b>68</b>

### **Количество часов**

Коррекция и формирование правильной осанки	<b>18</b>
Формирование и укрепление	<b>14</b>

мышечного корсета	
Коррекция и развитие сенсорной системы	<b>20</b>
Развитие точности движений пространственной ориентировки	<b>16</b>
Итого	<b>68</b>

### **Планируемые результаты освоения программы**

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (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 образовательной программы представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

Ожидаемые личностные результаты освоения АООП также заносятся в СИПР и с учетом индивидуальных возможностей и специфических образовательных потребностей обучающихся.

#### ***Ожидаемые личностные результаты:***

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «Я»;
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- освоение доступных социальных ролей, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- слушание и понимание инструкции педагога;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

Личностные результаты оцениваются в общей системе экспертной оценки, используемой в образовательной организации.

**Возможные предметные результаты освоения коррекционного курса:**

<i>Обучающиеся должны знать:</i>	<i>Обучающиеся должны уметь:</i>
<p>значение правильного питания и здорового образа жизни для здоровья человека;</p> <p>знать строевые команды;</p> <p>знать простейшие дыхательные упражнения;</p> <p>знать простейшие упражнения на формирование правильной осанки, упражнения для развития мелкой моторики рук;</p> <p>знать простейшие правила одной из выбранных спортивных игр; правила бережного обращения с инвентарем и оборудованием;</p> <p>требования техники безопасности в процессе урока</p>	<p>проверять осанку у стены; соблюдать симметрию положения тела при выполнении упражнений, ходить с предметом на голове, выполняя различные задания;</p> <p>выполнять строевые команды; ходить с левой ноги, парами, бегать за учителем.</p> <p>катать мяч между расставленными предметами;</p> <p>выполнять прыжки наступая, через гимнастическую скамейку, лазить по гимнастической стенке попеременным способом,</p> <p>высоко подбрасывать баскетбольный мяч и ловить его после отскока от пола;</p> <p>отжиматься от скамейки, от пола (на коленях);</p> <p>выполнять упражнения для развития гибкости: подтягивания в положении лежа</p> <p>дышать носом, выполнять упражнения для восстановления дыхания; ходьба на носках, на наружных сводах стопы по ребристой доске;</p> <p>медленно бегать, расслаблять мышцы в положении лежа</p>

**Предметные результаты** связаны с овладением обучающимися содержанием образовательной области и характеризуют достижения обучающихся в усвоении знаний и умений, способность их применять в практической деятельности.

Контроль предметных **результатов** предусматривает выявление индивидуальной динамики качества усвоения предмета обучающимся и не подразумевает его сравнение с другими детьми.

Освоение коррекционного курса «Двигательное развитие» направлено на формирование следующих **базовых учебных действий**.

### *Личностные учебные действия*

- развитие адекватных представлений о собственных возможностях и ограничениях, о насущно необходимом жизнеобеспечении, созданию специальных условий для пребывания в школе, своих нуждах и правах в организации обучения;
- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- овладение навыками коммуникации;
- дифференциация и осмысление картины мира и ее временно-пространственной организации;
- осмысление своего социального окружения и освоению соответствующих возрасту системы ценностей и социальных ролей.

### *Коммуникативные учебные действия*

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель - ученик, ученик - ученик, ученик - класс, учитель-класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с учителем;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- обращаться за помощью и принимать помощь.

### *Регулятивные учебные действия*

- ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения);
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
- работать с учебными принадлежностями и организовывать рабочее место под руководством учителя;
- выполнять задания в соответствии с определенными характеристиками:
  - выполнение задания полностью (от начала до конца);
  - выполнение задания с заданными качественными параметрами;
  - переход от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами.

### *Познавательные учебные действия*

- выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов с помощью учителя;
- ориентироваться на листе бумаги, у доски под руководством учителя;
- уметь слушать и отвечать на простые вопросы учителя;
- называть, характеризовать предметы по их основным свойствам (цвету, форме, размеру, материалу);
- группировать предметы на основе существенных признаков (одного-двух) с помощью учителя;
- уметь соблюдать технологические процессы в хозяйственно-бытовой деятельности;
- использовать знако-символические средства с помощью учителя;
- уметь соблюдать правила техники безопасности.

Диагностика БУДов проводится в соответствии с «Программой формирования базовых учебных действий», реализуемой в образовательной организации.

#### **Методы диагностики и критерии результативности**

В классах для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, тяжёлыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) ведётся безотметочное обучение.

Система оценки результатов отражает степень выполнения обучающимся СИПР, взаимодействие следующих компонентов:

- что обучающийся знает и умеет на конец учебного периода,
- что из полученных знаний и умений он применяет на практике,
- насколько активно, адекватно и самостоятельно он их применяет.

При оценке результативности обучения должны учитываться особенности психического, неврологического и соматического состояния каждого обучающегося. Выявление результативности обучения должно происходить вариативно с учетом психофизического развития ребенка в процессе выполнения перцептивных, речевых, предметных действий, графических работ и др. 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 и др. При оценке результативности достижений необходимо учитывать степень самостоятельности ребенка.

Диагностика *ожидаемых предметных результатов* по коррекционному курсу «Двигательное развитие» проводится в 3 этапа:

- 1 этап – стартовая диагностика (сентябрь)
- 2 этап – промежуточная диагностика (декабрь)
- 3 этап – итоговая диагностика (май)

Ожидаемые предметные результаты оцениваются по следующим критериям:

- 0 баллов – упражнения не выполняет, не умеет, выполняет действия рука в руку
- 1 балл – упражнения выполняет со значительной помощью учителя;
- 2 балла – упражнения выполняет с частичной помощью учителя;
- 3 балла – упражнения выполняет по показу, по инструкции;
- 4 балла - выполняет действие самостоятельно (верно выполняет).

Полученные данные заносятся в мониторинговую карту фиксации ожидаемых результатов обучения по коррекционному курсу «Двигательное развитие».

**Диагностика** сформированности *базовых учебных действий* проводится в 3 этапа:

В процессе обучения осуществляется диагностика всех групп БУД, который отражает индивидуальные достижения обучающихся и позволит делать выводы об эффективности проводимой в этом направлении работы.

Для оценки сформированности каждого действия используется система реально присутствующего опыта деятельности и его уровня:

- деятельность осуществляется на уровне совместных действий с педагогом;
- деятельность осуществляется по подражанию;
- деятельность осуществляется по образцу;
- деятельность осуществляется по последовательной инструкции;
- деятельность осуществляется с привлечением внимания ребенка взрослым к предмету деятельности;
- самостоятельная деятельность;
- умение исправить допущенные ошибки.

Для оценки степени дифференцированности отдельных действий и операций внутри целостной деятельности используются условные обозначения:

- действие (операция) сформировано – «ДА»;
- действие осуществляется при сотрудничестве взрослого – «ПОМОЩЬ»;
- действие выполняется частично, даже с помощью взрослого – «ЧАСТИЧНО»;
- действие (операция) пока недоступно для выполнения – «НЕТ».

Выявление уровня сформированности и доступности тех или иных видов деятельности, позволяет судить об уровне развития психических процессов, их обеспечивающих, т.е.

критерии доступности и сформированности тех или иных видов деятельности позволяют оценить зону актуального развития ребенка и выбрать содержание индивидуальной программы обучения.

### Содержание коррекционного курса «Двигательное развитие»

Наименование видов упражнений	Содержание коррекционного курса	Кол-во часов
<b>5 класс</b>		
Коррекция и формирование правильной осанки	Тестирование. Построения. Выполнение строевых команд. Ходьба с левой ноги. Ходьба парами. Бег за учителем. упражнения для формирования правильной осанки Прыжки на одной ноге на месте с продвижением вперед. ОРУ с мячами. Метание мяча в горизонтальную цель. Аутогенная тренировка на расслабление нервной системы. Катание мяча между расставленными предметами.	18
Формирование и укрепление мышечного корсета	Прыжки на месте. Дыхательные упражнения. Упражнения с предметами. Перенос предметов в установленное место. Аутогенная тренировка на расслабление нервной системы. Лазание с переходом. Упражнения на формирование правильной осанки. Лазание по гимн. стенке попеременным способом. Переползание на четвереньках по гимнастической скамейке с захватом кистями рук. Упражнения на координацию.	14
Коррекция и развитие сенсорной системы	ОРУ с большими мячами. Прыжки боком через гимнастическую скамейку с опорой на руки. Упражнения для развития мелкой моторики рук. Прыжки наступая через гимнастическую скамейку. Подбрасывание гимнастические палки вверх и ее ловля. Аутогенная тренировка на расслабление нервной системы. Пальчиковая гимнастика. Переноска различных предметов.	20
Развитие точности движений пространственной ориентировки	Бег в медленном темпе. Прыжки в длину с места. Аутогенная тренировка на расслабление нервной системы. Метание мяча из-за головы с места на дальность. Высокое подбрасывание баскетбольного мяча и ловля его после отскока от пола. Перелезание с одной гимнастической скамейки на другую. Оздоровительные упражнения на тренажерах. Тестирование.	16





### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Дидактическая цель урока	Основные виды деятельности	Кол-во часов	Дата	
					планируемая	фактическая
1	Дыхательные упражнения в образном оформлении.	Выполнение имитационных упражнений. Слушание инструкции учителя и выполнение упражнений по показу учителя	Правильное выполнение дыхательных действий.	1	4.09	
2	Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет.	Выполнение упражнений по показу учителя	Коррекция зрительного, слухового восприятия, мыслительной деятельности через разучивание упражнений.	1	6.09	
3	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях	Слушание инструкции учителя и выполнение упражнений по показу учителя.	Коррекция пространственной ориентировки, координация движений, эмоционально-волевой сферы..	1	11.09	
4	Изменение длительности дыхания.	Соблюдений правил выполнения упражнений.	Правильное выполнение дыхательных действий.	1	13.09	

5	Дыхание при ходьбе с имитацией.	Выполнять правильно имитационные упражнения.	Коррекция общей моторики	1	18.09	
6	Движение руками в исходных положениях	Выполнение двигательных действий, использование их в игровой деятельности.	Коррекция мелкой моторики. Коррекция внимания	1	20.09	
7	Движение предплечий и кистей рук.	Выполнение упражнений	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций движений	1	25.09	
8	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа.	Выполнение движений пальцами рук: сгибание (разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак) разгибание.	Коррекция мелкой моторики	1	27.09	
9	Движение плечами.	Выполнение движений плечами вперед-назад, вверх-вниз (двумя одновременно, по одному правым, левым).	Коррекция пространственной ориентировки, координация движений, эмоционально-волевой сферы.	1	2.10	
10	Наклоны головой.	Выполнение движений головой: наклоны вправо, влево, вперед в положении лежа на спине, на животе, стоя, сидя.	Коррекция пространственной ориентировки, координация движений, эмоционально-волевой сферы.	1	4.10	

11	Наклоны туловищем.	Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.	Коррекция пространственной ориентировки, координация движений, эмоционально-волевой сферы.	1	9.10	
12	Сгибание стопы.	Слушание инструкции учителя и выполнение упражнений по показу учителя.	Коррекция пространственной ориентировки, координация движений, эмоционально-волевой сферы.	1	11.10	
13	Построение в обозначенном месте (в кругах, в квадратах).	Выполнение построений в обозначенном месте по команде.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	1	16.10	
14,15	Упражнения на равновесие.	Выполнение упражнений по образцу, по команде.	Коррекция внимания на основе упражнений на удержание тела в равновесии	2	18.10 23.10	
16,17	Упражнения для укрепления мышц туловища.	Слушание инструкции учителя и выполнение упражнений по показу учителя.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении.	2	25.10 6.11	

18	Упражнения для укрепления мышц туловища.	Слушание инструкции учителя и выполнение упражнений по показу учителя.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении.	1	8.11	
19	Корректирующие упражнения. Игра с мячом.	Соблюдение правил игры, последовательность передачи мяча.	Коррекция эмоционально-волевой сферы через формирование умения подчиняться правилам игры.	1	13.11	
20	Прыжок в длину с места в ориентир.	Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.	Коррекция и компенсация нарушений на основе выполнения прыжка в длину	1	15.11	
21	Повороты на месте.	Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.	Коррекция и компенсация нарушений физического развития и психомоторики путем выполнения команд	1	20.11	
22	Построение в круг по ориентиру.	Слушание инструкции учителя, построение в круг по ориентиру.	Коррекция пространственных отношений	1	22.11	
23	Игра «Птички» с обручем.	Выполнение двигательных действий, использование их в игровой деятельности.	Коррекция эмоционально-волевой сферы через формирование умения	1	27.11	

			подчиняться правилам игры.			
24	Шаг вперед, назад, в сторону и воспроизведение его закрытыми глазами.	Слушание инструкции учителя, выполнение упражнений	Коррекция пространственной ориентировки, координация движений, через упражнения без контроля зрения	1	29.11	
25	Увеличение, уменьшение круга движением вперед, назад, на ориентир.	Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений	1	4.12	
26	Упражнения на равновесие.	Слушают правила выполнения движений, делают их под руководством учителя.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в равновесии	1	6.12	
27	Упражнения для укрепления мышц живота.	Выполнение упражнений по показу учителя.	Коррекция пространственных отношений на основе силовых упражнений	1	11.12	
28	Вис на гимнастической стенке с подниманием ног. Игра «Выше	Слушание инструкции учителя, выполнение упражнений	Коррекция и компенсация нарушений физического	1	13.12	

	земли».		развития на основе упражнений с удержанием захвата			
29	Планка (упражнения на пресс).	Выполнение упражнений на пресс с разным положением ног.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений силовой направленности	1	18.12	
30	Подъем туловища из положения, сидя на скамейке в парах.	Выполнение команды по показу, по образцу.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений	1	20.12	
31	Упражнения на ковриках.	Слушание инструкции учителя, правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений по примеру учителя	1	25.12	
32	Упражнения в висе спиной к гимнастической стенке.	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.	Коррекция пространственных отношений на основе	1	27.12	

			упражнений на вытяжение			
33	Катание ступнями кеглей. Игра «Кто быстрее снимет»	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений на укрепление и развитие голеностопа	1	15.01	
34	Ходьба по дорожке (змейка)	Слушание правил выполнения движений, выполнение ходьбы по дорожке.	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций движений при ходьбе	1	17.01	
35	Ходьба на носках, на пятках.	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Ходьба по примеру и самостоятельно	1	22.01	
36	Игра «Передай мяч»	Выполнение двигательных действий, использование их в игровой деятельности.	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций движений с мячом	1	24.01	
37	Катание гимнастических палок.	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций движений перекатывая гимнастические палки	1	29.01	



38	Общие развивающие упражнения для ног.	Выполнение общих развивающих упражнений для ног.	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций движений выполняя упражнения в приседании и прыжках	1	31.01	
39	Упражнения для профилактики плоскостопия у гимнастической стенки.	Слушание правил выполнения движений, выполнение под руководством учителя.	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция движений при выполнении упр для профилактики плоскостопия	1	5.02	
40	Упражнения на гимнастических ковриках.	Слушание правил выполнения движений, выполнение упражнения на гимнастических ковриках.	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций движений при выполнении упражнений для развитие мышц брюшного пресса и спины	1	7.02	
41,42	Катание ногами мячей.	Слушание правил выполнения движений, катание ногами мячей, музыкально-ритмических упражнений	Коррекция общей моторики, координация движений выполняя движения ногами	1	12.02 14.02	

43	Ловля мяча после хлопка над головой.	Слушание правил выполнения движений, выполнение команд, развитие точности движений.	Коррекция общей моторики, координация движений выполняя упр с мячом	1	19.02	
44	Упражнения с большим мячом.	Слушание правил выполнения движений, выполнение упражнений на развитие и совершенствование передачи мяча.	Коррекция общей моторики, координация движений с большим мячом	1	21.02	
45	Игра под музыку «Птички»	Слушание правил выполнения движений, выполнение команд	Коррекция произвольного внимания, мышления, совершенствование равновесия.	1	26.02	
46	Ловля мяча после отскока от пола двумя руками, одной рукой.	Координация точности мелких движений кистью и пальцев.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений связанных с ловлей мяча	1	28.02	
47	Упражнения с обручем в паре.	Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в парах с обручами	1	5.03	
48	Упражнения с гимнастической палкой. Игра «Вот так позы».	Слушание правил выполнения движений, выполнение	Коррекция двигательной моторной функции при	1	7.03	

		упражнений	выполнении упр с гимнастическими палками			
49	Игра «По кочкам»	Упражнения на развитие произвольного внимания, мышления, совершенствование равновесия.	Коррекция произвольного внимания, мышления, совершенствование равновесия и точности прыжка	1	12.03	
50	Упражнения с обручем и без него. Игра «Проскачи через круг».	Упражнения на развитие произвольного внимания, мышления, совершенствование равновесия.	Коррекция произвольного внимания, мышления, совершенствование равновесия, прыгучести	1	14.03	
51	Упражнения для мышц брюшного пресса.	Выполнение двигательных действий по образцу.	Коррекция пространственной ориентировки, координация движений, эмоционально-волевой сферы при выполнении упр силового характера на укрепление мышц брюшного пресса	1	19.03	
52	Упражнения с гантелями.	Слушание правил выполнения движений, выполнение команд.	Совершенствование физических качеств:	1	21.03	

			ловкости, силы, быстроты, выносливости.			
53	Самомассаж рук, головы, ног. Игра «Ну-ка, отними».	Слушание правил выполнения движений, выполнение команд.	Совершенствование физических качеств: ловкости, координации, быстроты, выносливости.	1	4.04	
54	Ходьба с мешочками песка на голове.	Выполнение двигательных действий, использование в игровой деятельности.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений	1	9.04	
55	Подбрасывание мяча вверх, три хлопка. Игра «Поймай мяч».	Правильное выполнение упражнений по отбиванию мяча.	Коррекция пространственной ориентировки, координация движений, умения ловить мяч	1	11.04	
56	Подъем предметов различной величины.	Слушание правил выполнения движений	Умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения. Правильно поднимать	1	16.04	

			предметы			
57	Катание мяча руками от себя.	Слушание правил выполнения выполнение упражнений под руководством учителя.	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций движений выполняя катание мяча	1	18.04	
58	Массаж пальцев, кистей рук. Игра «Морские фигуры»	Слушание правил выполнения выполнение упражнений под руководством учителя	Коррекция эмоционально- волевой сферы через формирование умения подчиняться правилам игры.	1	23.04	
59	Катание мяча руками к себе.	Слушание правил выполнения выполнение упражнений под руководством учителя	Развитие памяти, крупной и мелкой моторики. Коррекция координаций движений выполняя упр с мячами	1	25.04	
60,61	Эстафеты с применением скакалок, гимнастических палок.	Слушание правил выполнения выполнение упражнений под руководством учителя	Совершенствование физических качеств: ловкости, внимания, быстроты.	2	30.04 2.05	
62	Перелезания через препятствия.	Слушание правил выполнения выполнение упражнений под руководством учителя	Совершенствование физических качеств: ловкости, силы,	1	7.05	

			быстроты, выносливости.			
63	Игра «Строим дом».	Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.	Коррекция пространственной ориентировки, координация движений, умение выполнять последовательность в игре	1	14.05	
64	Ходьбой по залу по «следам» с обходом кеглей и т.д.	Слушание правил выполнения движений	Развитие общей моторики, координации движений. Умение передвигаться не задевая кегли	1	16.05	
65	Ходьба по различным предметам, передвижение боком.	Выполнение ходьбы боком по гимнастической палке, по обручу, по канату, по гимнастической стенке.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	1	21.05	
66	Игры: «Летающие носочки», «Зоопарк», «Собери шишки».	Выполнение двигательных действий, использование их в игровой деятельности.	Коррекция эмоционально-волевой сферы через формирование умения подчиняться правилам игры.	1	23.05	
67,68	Эстафеты с мячом.	Выполнение двигательных действий, использование их в игровой деятельности.	Коррекция эмоционально-волевой сферы через формирование умения	2		

			подчиняться правилам игры, выполнять движения с мячом			
--	--	--	--	--	--	--

## МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Материально-техническое обеспечение коррекционного занятия «Двигательное развитие» предполагает использование:

- |  |                                |
|--|--------------------------------|
| 1. шведская стенка;                      | 7. кегли;                      |
| 2. ковровое покрытие;                    | 8. обручи;                     |
| 3. настольный теннис;                    | 9. скакалки разной длины;      |
| 4. скамейки гимнастические длиной 2,5 м; | 10. флажки, ленты;             |
| 5. мячи резиновые разных диаметров;      | 11. мешочки с песком;          |
| 6. мячи мягкие набивные;                 | 12. музыкальное сопровождение. |

### Технологии обучения

В условиях реализации программы актуальными становятся технологии:

- 1) Информационно-коммуникационная технология. Применение ИКТ способствует достижению основной цели модернизации образования – улучшению качества обучения, обеспечению гармоничного развития личности, ориентирующейся в информационном пространстве,

приобщенной к информационно-коммуникационным возможностям современных технологий и обладающей информационной культурой, а также представить имеющийся опыт и выявить его результативность.

2) Игровые технологии – направленные на воссоздание и усвоение общественного опыта, в котором складывается и совершенствуется самоуправление поведением

3) Технология развивающего обучения – взаимодействие педагога и учащихся на основе коллективно-распределительной деятельности, поиске различных способов решения учебных задач посредством организации учебного диалога в исследовательской и поисковой деятельности обучающихся.

4) Здоровьесберегающие технологии. Обеспечение школьнику возможности сохранения здоровья за период обучения в школе, формирование у него необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни и применение полученных знаний в повседневной жизни.



## Учебно-методический комплекс:

- Аксенова О. Э. Адаптивная физическая культура в школе. Начальная школа/ О. Э. Аксенова, С. П. Евсеев// Под общей редакцией С. П. Евсеева, СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта. СП., 2003.
- Адаптивная физическая культура в школе : начальная школа /Автор-составитель О. Э. Аксенова ; под общей ред. С. П. Евсеева. – СПб.: изд-во СПбГАФК имени П.Ф. Лесгафта, 2003. - 240 с.
- Адаптивный спорт для лиц с нарушениями интеллекта : методическое пособие. Изд. 2-е доп. – М. : Советский спорт, 2004. – 96 с
- Баряева Л.Б. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. Спб ЦДК. 2011.
- Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры / Л. П. Матвеев, Б. Шляпин. – М.: ФиС, 1991. – 542 с.
- Нарзулаев, С. Б. Технология обучения лыжному спорту детей с ограниченными возможностями здоровья : учебно-методическое пособие / составители: С. Б. Нарзулаев Ю. Т. Ревякин, С. В. Семенова. - Томск : ТГПУ, 2008. – 55 с.
- Новичихина, Е.В. Особенности методики обучения подвижным играм незлышащих детей младшего школьного возраста // Адаптивная физическая культура. - 2006. - No 3. - С. 9 - 13.
- Программы для 1-4 классов специальных (коррекционных) учреждений VIII вида под редакцией И.М. Бгажноковой, Издательство М., «Владос», 2011.
- Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / под ред. С. П. Евсеева. – М. : Советский спорт, 2007
- Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями развития/Под общей редакцией проф. Л. В. Шапковой, М.: Советский спорт, 2002.

Шапкова, Л. В. Средства адаптивной физической культуры: Методические рекомендации по физкультурно-оздоровительным и развивающим занятиям детей с отклонениями в интеллектуальном развитии / Л. В. Шапкова; под ред. проф. С.П. Евсева.- М. : Советский спорт, 2001. - 152

Федеральный государственный образовательный стандарт образования для обучающихся с умственной отсталостью.