

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Боханская средняя общеобразовательная школа № 2**

РАССМОТРЕНО  
На заседании ШМО  
Протокол №1  
От 29.08.2023г.  
18/88 Марактаева Е.О.

СОГЛАСОВАНО  
заместитель по УВР  
Малкова Н.А. Малкова Н.А.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА  
«Двигательное развитие»  
для обучающихся 7 класса с умеренной умственной отсталостью  
на 2023-2024 учебный год**

п. Бохан, 2023 г.

## Пояснительная записка

Рабочая программа коррекционного курса «Двигательное развитие» для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 7 класса составлена на основе федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (ФАООП УО), которая является учебно-методической документацией, определяющей рекомендуемые федеральным государственным образовательным стандартом объем и содержание образования, планируемые результаты освоения образовательной программы, примерные условия образовательной деятельности.

**Цель коррекционного курса:** коррекционно-развивающее обучение, улучшение состояния здоровья, обогащение сенсомоторного опыта, поддержание и развитие способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков и умений.

### 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 коррекционного курса «Двигательное развитие»

Двигательная активность 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 обучающихся с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся.

Обязательным требованием является обеспечение систематического медицинского контроля за физическим развитием и состоянием здоровья обучающихся. На всех занятиях должны быть предприняты меры для предупреждения несчастных случаев.

Чтобы обучающиеся усвоили алгоритм выполнения упражнений и инструкции педагога, требуется многократное повторение, сочетающееся с правильным показом. Упражнения, подвижные игры, игры с элементами спорта подбираются таким образом, чтобы они состояли из простых элементарных движений. Характерной особенностью обучающихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью является инертность нервных процессов, их стереотипность и обусловленные этим трудности переключения с одного действия на другое. Попадая в непривычную для них обстановку, обучающиеся не могут воспроизвести даже

хорошо знакомые физические упражнения. Поэтому при планировании уроков необходимо предусмотреть разучивание одних и тех же упражнений в различных условиях.

Практическая полезность курса обусловлена тем, что предполагает формирование умений пользоваться полученными знаниями для решения соответствующих возрасту житейских задач. У обучающихся 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 обучающихся данной категории. Поэтому важно не только дать этим им определенную сумму знаний, но и выработать у них умение действовать в конкретных жизненных ситуациях, придать знаниям бытовую, ситуационную приспособленность.

### **Описание места коррекционного курса «Двигательное развитие»**

Коррекционный курс «Двигательное развитие» входит в часть учебного плана, формируемая участниками образовательных отношений, «Коррекционно-развивающая область».

Реализация рабочей программы коррекционного курса «Двигательное развитие» рассчитана на 34 часов (34 учебные недели, по 1 часу в неделю.)

### **Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса «Двигательное развитие»**

#### **Личностные результаты:**

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «я»;
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
- формирование уважительного отношения к окружающим;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично – изменяющемся и развивающемся мире развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- освоение доступных социальных ролей (обучающегося);
- развитие мотивов учебной деятельности и формирования личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

#### **Предметные:**

- знать основные виды движений;
- уметь выполнять исходные положения;
- уметь выполнять изученные общеразвивающие и корригирующие упражнения;
- уметь соблюдать правила техники безопасности;
- развивать элементарные пространственные понятия;
- уметь бросать, ловить, перекатывать двумя и одной рукой;

- уметь выполнять повороты на месте в разные стороны;
- уметь ходить и бегать в колонне по одному;
- уметь прыгать на двух ногах и одной ногой;
- уметь перепрыгивать с одной ноги на другую на месте;
- уметь прыгать в длину с места;
- уметь согласовывать движения;
- уметь бросать мяч на дальность;
- уметь соблюдать последовательности действий в игре;
- уметь соблюдать правила игры;
- уметь соблюдать правила игр-эстафет;
- уметь управлять дыханием;
- уметь выполнять перенос груза.

### **Планируемые результаты:**

#### **Предметные:**

- знать названия частей тела;
- знать правила гигиены тела;
- уметь выполнять исходные положения;
- уметь выполнять имитационные упражнения;
- знать основные виды движений.

#### **Познавательные:**

- уметь выполнять действия по образцу и по подражанию;
- использовать по назначению учебные материалы.

#### **Регулятивные:**

- принимать цели и произвольно включаться в деятельность.

#### **Коммуникативные:**

- слушать и слышать педагога;
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения.

## **Тематическое планирование коррекционного курса «Двигательное развитие»**

№ урока	Тема	Кол-во часов
1	Вводное занятие: инструктаж техники безопасности. Физические упражнения.	1
2	Общеразвивающие и корректирующие упражнения.	1
3	Упражнения для формирования и закрепления навыков правильной осанки. Преодоление препятствий при ходьбе (беге): перешагивание, перепрыгивание, подлезание, перелезание, обход (оббегание).	1
4	Игры на совершенствование сенсорного развития. Дыхательные упражнения по методу Бутейко.	1
5	Прокатить мяч между предметами одной рукой. Профилактика плоскостопия.	1
6	Профилактика плоскостопия. Основные положений рук, ног, туловища, головы.	1
7	Упражнения для формирования и закрепления навыков правильной осанки.	1
8	Упражнения для укрепления мышц живота и спины из различных и. п. Элементы движений по музыке в различном темпе.	1
9	Прыжки через препятствия на двух ногах. Прыжки в длину с места. Упражнения для формирования и закрепления навыков правильной осанки.	1
10	Бросание и ловля мяча разными способами, одной рукой и.п. сидя, стоя.	1
11	Общеразвивающие и корректирующие упражнения.	1
12	Упражнения для укрепления тазового пояса, бёдер, ног и рук. Игра на внимание.	1
13	Упражнения с мешочком с песком для формирования и закрепления навыков правильной осанки.	1

14	Упражнения с массажными мячами. Дыхательные упражнения.	1
15	Коррекционные подвижные игры.	1
16	Упражнения с гимнастической палкой для укрепления тазового пояса, бёдер, ног и рук. Лазание по наклонной гимнастической скамейке вверх (вниз).	1
17	Игры с предметами для развития координационных способностей.	1
18	Ходьба по сенсорной тропе. Имитационные упражнения.	1
19	Игры на развитие пространственной ориентации. Элементы движений под музыку в различном темпе.	1
20	Упражнения с мячом, обручем в парах. Дыхательные упражнения.	1
21	Эстафеты с ходьбой. Игра с обручами.	1
22	Упражнения для увеличения гибкости и подвижности суставов. Перелезание через препятствия.	1
23	Упражнения, игры на совершенствование сенсорного развития.	1
24	Игры – эстафеты с предметом.	1
25	Прыжки на двух и одной ноге продвижением вперед. Упражнение для правильного дыхания.	1
26	Игры на развитие пространственной ориентировки. Перенос груза.	1
27	Упражнения для увеличения гибкости и подвижности суставов с предметом.	1
28	Упражнения на закрепления формирование правильной осанки из разных и.п.	1
29	Игры на совершенствование сенсорного развития.	1
30	Коррекционные игры. Упражнения на дыхание с использованием звуковой гимнастики.	1
31	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Упражнения, игры на равновесие.	1
32	Игры – эстафеты с предметами.	1
33	Упражнения для увеличения гибкости и подвижности суставов с предметом.	1
34	Закрепление игр на совершенствование сенсорного развития.	1
Итого: 34 часа		

## Учебно-методическая и справочная литература

№п/п	Название	Автор	Издательство, год издания	Кол-во экз-в
Литература для учителя				
1	Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии.	Л.В. Шапкина	Советский спорт, М., 2002	1
2	Психолого-педагогическая диагностика умственного развития Детей.	С.Д. Забрамная	М., 1995	1
3	Педагогическая коррекция.	В. П. Кащенко	М., 1994	1
4	Коррекционная педагогика: Основы обучения и воспитания детей с отклонениями в развитии.	Под ред. Б.П. Пузанова	М., 2001.	1
5	Коррекционная роль обучения во вспомогательной школе.	Под ред. Г. М Дульнева	Педагогика, М. 1971.	1
6	Адаптированная физкультура с основами кинезитерапии.	Под ред. С.М. Бубновский	Издание 2-е, дополненное, М., 2008	1
7	Обучение детей с нарушениями интеллектуального развития.	Под ред. Б. П. Пузанова	М., 2000	1
8	Дети – олигофрены.	М. С. Певзнер	М., 1959.	1
9	Кто они, дети с отклонениями в Развитии.	В. Г. Петрова, И. В.Белякова	М., 1998.	1
10	Аксенова О. Э. Адаптивная физическая культура в школе. Начальная школа	// Под общей редакцией С. П. Евсеева, СПб ГАФК им. П. Ф. Лесгафта.	СПб., 2003.	
11	Монтессори-педагогика и Монтессори-терапия.	Н. В Андриющенко	Речь, СПб. 2010.	1