

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования и молодежной политики Свердловской области

ГБОУ СО «Серовский ИИ, реализующая АООН»

**УТВЕРЖДЕНО**

директор

Ахмедзянова С.В.

Приказ № 312 от «29» 08 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(УО2 ( 5-9 классы))

**коррекционного курса «Двигательное развитие»**

6.7 классы

адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся  
с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

Серов 2023

**Рабочая программа по коррекционному курсу «Двигательное развитие» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), далее ФАООП УО, утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. №1026 включает пояснительную записку, содержание обучения, планируемые результаты освоения программы по предмету**

## **1. Пояснительная записка**

Рабочая программа коррекционного курса «Двигательное развитие» предназначена для учащихся 6-7 классов (вариант 2).

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.

**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.

### **Место учебного предмета в ученом плане**

В соответствии ФГОС ОО с УО (ИН) коррекционный курс «Двигательное развитие» является частью учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений. Общее число часов, отведенных на изучение составляет 68 часов: в 6 классе-34 часа (1 час в неделю), в 7 классе-34 часа (1 час в неделю)

## **2. СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА**

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

Коррекционный курс содержит **разделы**:

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 отработкой 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. 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 первом разделе «Коррекция и формирование правильной осанки»** 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.

**Раздел «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.

**Раздел «Коррекция и развитие сенсорной системы»** включает в себя овладение упражнениями для развития тактильно-двигательного восприятия; развитие зрительного анализатора; овладения играми на совершенствование сенсорного развития.

**Раздел «Развитие точности движений пространственной ориентировки»** построен с учетом профилактики 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.

В разделе 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.

### **Учебно-тематический план**

| Класс    | Кол-во часов в неделю | Кол-во часов в год |
|----------|-----------------------|--------------------|
| <b>6</b> | <b>1</b>              | <b>34</b>          |
| <b>7</b> | <b>1</b>              | <b>34</b>          |

### **Количество часов по четвертям**

| I четверть         | II четверть        | III четверть         | IV четверть        | Всего за год |
|--------------------|--------------------|----------------------|--------------------|--------------|
| 8 недель –<br>8 ч. | 8 недель –<br>8 ч. | 11 недель – 11<br>ч. | 7 недель –<br>7 ч. | 34ч.         |

### **Тематическое планирование**

|   | <b>6 класс</b> | <b>7 класс</b> |
|---|----------------|----------------|
| Коррекция и формирование правильной осанки                  | <b>9</b>       | <b>8</b>       |
| Формирование и укрепление мышечного корсета                 | <b>7</b>       | <b>7</b>       |
| Коррекция и развитие сенсорной системы                      | <b>9</b>       | <b>8</b>       |
| Развитие точности движений пространственной<br>ориентировки | <b>9</b>       | <b>11</b>      |
| Итого   | <b>34</b>      | <b>34</b>      |

### **3. 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 образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

Основным ожидаемым результатом освоения обучающимися АООП по варианту 2 является развитие жизненной компетенции, позволяющей достичь максимальной самостоятельности в решении повседневных жизненных задач, включение в жизнь общества через индивидуальное поэтапное и планомерное расширение жизненного опыта и повседневных социальных контактов.

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

***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 развивающем 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 результаты освоения коррекционного курса «Двигательное развитие»:***

1) восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений:

- освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в том числе с использованием технических средств);
- освоение двигательных навыков, координации, последовательности движений;
- совершенствование физических качеств: ловкости, силы.

2) соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью:

- умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения и другое;
- повышение уровня самостоятельности в освоении и совершенствовании двигательных умений.

3) Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: спортивные игры, туризм.

- интерес к физической подготовке;
- умение кататься на санках, играть в подвижные игры и др.

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

1. Развитие элементарных пространственных понятий
2. Знание частей тела человека
3. Знание элементарных видов движений
4. Умение выполнять исходные положения
5. Умение бросать, перекладывать, перекатывать.
6. Умение управлять дыханием

## **БАЗОВЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ.**

### *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.

### ***Система оценки планируемых результатов***

Система оценки результатов включает целостную характеристику освоения обучающимися СИПР, отражающую 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 учитывается:

- затруднения обучающихся в освоении отдельных предметов (курсов) и даже образовательных областей, которые не должны рассматриваться как показатель не успешности их обучения и развития в целом;
- особенности психического, неврологического и соматического состояния каждого обучающегося с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с тяжелыми множественными нарушениями развития;
- психофизическое развитие ребенка в процессе выполнения перцептивных, речевых, предметных действий, графических работ и др., т.е. выявление результативности происходит вариативно;

– степень самостоятельности ребенка (при предъявлении и выполнении всех видов заданий обучающимся может оказываться помощь: разъяснение, показ, дополнительные словесные, графические и жестовые инструкции; задания по подражанию, совместно распределенным действиям и др.)

Для оценки результатов освоения СИПР и развития жизненных компетенций ребенка в ГБОУ СО «Серовская школа-интернат, реализующая АООП» применяется метод экспертной оценки. В экспертную группу входят все участники образовательного процесса, тесно контактирующие с ребенком. Основной формой работы участников экспертной группы является психолого-медицинско-педагогический консилиум.

Задача экспертной группы – выработка согласованной оценки достижений ребенка, динамика развития его личности.

Оценивание результатов обучения (мониторинг) проводится *один раз в полугодие*. В ходе мониторинга реализации СИПР участники экспертной группы оценивают уровень сформированности представлений, действий/операций, определенных индивидуальной программой.

В конце первого полугодия по итогам мониторинга экспертной группой, в случае необходимости, могут быть внесены изменения в СИПР.

В конце учебного года на основе анализа данных на каждого учащегося составляется характеристика, делаются выводы и ставятся задачи для СИПР на следующий учебный год

В процессе обучения осуществляется мониторинг всех групп БУД, который отражает индивидуальные достижения обучающихся и позволяет делать выводы об эффективности проводимой в этом направлении работы. Для оценки сформированности каждого действия используется метод наблюдения и выражается в баллах:

0 баллов - действие отсутствует, обучающийся не понимает его смысла, не включается в процесс выполнения вместе с учителем;

1 балл - смысл действия понимает, связывает с конкретной ситуацией, выполняет действие только по прямому указанию учителя, при необходимости требуется оказание помощи;

2 балла - преимущественно выполняет действие по указанию учителя, в отдельных ситуациях способен выполнить его самостоятельно;

3 балла - способен самостоятельно выполнять действие в определенных ситуациях, нередко допускает ошибки, которые исправляет по прямому указанию учителя;

4 балла - способен самостоятельно применять действие, но иногда допускает ошибки, которые исправляет по замечанию учителя;

5 баллов - самостоятельно применяет действие в любой ситуации.

Балльная система оценки позволяет объективно оценить промежуточные и итоговые

достижения каждого учащегося в овладении конкретными учебными действиями, получить общую картину сформированности учебных действий у всех учащихся, и на этой основе осуществить корректировку процесса их формирования на протяжении всего времени обучения

### **3 РАЗДЕЛ: ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6 класс**

#### **I четверть (8 часов)**

| № | Тема  | Кол<br>час |
|---|---|------------|
| 1 | Упражнения руками: круговые, силовые. Ходьба с перешагиванием через предметы.         | 1          |
| 2 | Упражнение на равновесие. Ходьба по прямой линии.                                     | 1          |
| 3 | Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперёд, стоя, сидя).             | 1          |
| 4 | Игровые упражнения на профилактику равновесия. Упражнения на гимнастической скамейке. | 1          |
| 5 | Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев                 | 1          |
| 6 | Неглубокие повороты туловища. Формирование правильной осанки у шведской стенки.       | 1          |
| 7 | Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы)                  | 1          |
| 8 | Ползание на четвереньках. Лазание вверх и вниз по шведской стенке.                    | 1          |

#### **2 четверть (8 часов)**

| № | Тема   | Кол<br>час |
|---|--|------------|
| 1 | Упражнения для укрепления мышц живота и спины. Комплексы упражнений с мячом.   | 1          |
| 2 | Вставание из положения «стоя на коленях».  | 1          |
| 3 | Повороты: налево, направо, вверх, вниз. Бег: на месте, вправо, влево, назад, вперед.   | 1          |
| 4 | Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры)  | 1          |
| 5 | Упражнения для профилактики плоскостопия. Комплексы упражнений со скакалкой.   | 1          |
| 6 | Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе) | 1          |
| 7 | Развитие крупной моторики. Ходьба на носках, на внешней стороне стопы.   | 1          |
| 8 | Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево)   | 1          |

#### **3 четверть (11 часов)**

| № | Тема   | Кол<br>час |
|---|--|------------|
| 1 | Упражнения на развитие мелкой моторики пальцев рук.                                    | 1          |
| 2 | Грудное, брюшное и полное дыхание в исходном положении «лежа на спине», «сидя», «стоя» | 1          |
| 3 | Броски, ловля и передача предметов. Передвижение с препятствиями.                      | 1          |
| 4 | Дыхание через нос, через рот. Изменение длительности вдоха и выдоха                    | 1          |

|    |   |   |
|----|---|---|
| 5  | Игровые упражнения с кеглями. Подтягивание и висы.              | 1 |
| 7  | Стойка на ногах с различными положениями рук.                   | 1 |
| 8  | Движение руками в исходном положении.                           | 1 |
| 9  | Упражнения для профилактики сколиоза на шведской стенке.        | 1 |
| 10 | Движение предплечий и кистей рук в различных направлениях.      | 1 |
| 11 | Бег с преодолением небольших препятствий. Ходьба по ориентирам. | 1 |

#### **4 четверть (7 часов)**

| № | Тема   | Кол час |
|---|--|---------|
| 1 | Сочетание ходьбы и бега. Ходьба по скамейке с перешагиванием через предмет.      | 1       |
| 2 | Упражнения на развитие мелкой моторики рук. Приседания.                          | 1       |
| 3 | Упражнения на координацию движений. Упражнения с предметами и без них.           | 1       |
| 4 | Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия. Дыхательная гимнастика.      | 1       |
| 5 | Ходьба приставными шагами; боком. Упражнения полусидя, полулёжа.                 | 1       |
| 6 | Передвижение ползком. Перекатывание. Наклоны вперед, назад, вбок, вниз.          | 1       |
| 7 | Игровые упражнения с обручем. Крупная и мелкая моторика, индивидуальные упр-ния. | 1       |

**(7 класс)**

#### **I четверть (8 часов)**

| № | Тема   | Кол час |
|---|--|---------|
| 1 | Правила поведения в физкультурном зале. Понятие о правильной осанке, ходьбе, беге.                   | 1       |
| 2 | Комплекс упражнений для правильной осанки у стены, индивидуальные упражнения                         | 1       |
| 3 | Ходьба - ровным шагом, в колонне, по кругу, взявшись за руки, на носках, в медленном и быстром темпе | 1       |
| 4 | Выполнение правильного диафрагмального дыхания. Неглубокие наклоны вперед, назад. Прогибания.        | 1       |
| 5 | Неглубокие повороты туловища. Формирование правильной осанки у шведской стенки.                      | 1       |
| 6 | Ползание на четвереньках. Лазание вверх и вниз по шведской стенке.                                   | 1       |
| 7 | Упражнения на равновесие. Ходьба по прямой линии.  | 1       |
| 8 | Игровые упражнения на профилактику равновесия. Упражнения на гимнастической скамейке.                | 1       |

#### **II четверть (8 часов)**

| № | Тема   | Кол час |
|---|--|---------|
| 1 | Упражнения для укрепления мышц живота и спины. Комплексы упражнений с мячом.         | 1       |
| 2 | Повороты: налево, направо, вверх, вниз. Бег: на месте, вправо, влево, назад, вперед. | 1       |
| 3 | Упражнения для профилактики плоскостопия. Комплексы упражнений со скакалкой.         | 1       |
| 4 | Развитие крупной моторики. Ходьба на носках, на внешней стороне стопы.               | 1       |

|   |   |   |
|---|---|---|
| 5 | Обучение правильной осанке с грузиком на голове.                        | 1 |
| 6 | Игровые упражнения с мячами. Ходьба руками на гимнастических снарядах.  | 1 |
| 7 | Упражнения на шведской стенке по профилактике искривления позвоночника. | 1 |
| 8 | Упражнения для укрепления тазового пояса, бёдер, ног и рук.             | 1 |

### **III четверть (11 часов)**

| №  | Тема   | Кол час |
|----|--|---------|
| 1  | Упражнения на развитие мелкой моторики пальцев рук.  | 1       |
| 2  | Броски, ловля и передача предметов. Передвижение с препятствиями.  | 1       |
| 3  | Игровые упражнения с кеглями. Подтягивание и висы.   | 1       |
| 4  | Стойка на ногах с различными положениями рук.  | 1       |
| 5  | Упражнения для профилактики сколиоза на шведской стенке.   | 1       |
| 6  | Прыжки, подскоки, висы, полувиши. Игровые упражнения со скакалкой.   | 1       |
| 7  | Прыжки через предмет с чередованием ног. Комплексы упражнений с обручем.   | 1       |
| 8  | Упражнения для увеличения гибкости и подвижности позвоночника и суставов.  | 1       |
| 9  | Ходьба на пятках. Упражнения на координацию движений.  | 1       |
| 10 | Упражнения лёжа на спине, на боку. Обучение передвижению с препятствиями.  | 1       |
| 11 | Упражнения руками: круговые, силовые. Ходьба с перешагиванием через предмет. Бег с преодолением небольших препятствий. Ходьба по ориентирам. | 1       |

### **IV четверть (7 часов)**

| № | Тема   | Кол час |
|---|--|---------|
| 1 | Сочетание ходьбы и бега. Ходьба по скамейке с перешагиванием через предмет.      | 1       |
| 2 | Упражнения на развитие мелкой моторики рук. Приседания.                          | 1       |
| 3 | Упражнения на координацию движений. Упражнения с предметами и без них.           | 1       |
| 4 | Упражнения на профилактику сколиоза и плоскостопия. Дыхательная гимнастика.      | 1       |
| 5 | Ходьба приставными шагами; боком. Упражнения полусидя, полулёжа.                 | 1       |
| 6 | Передвижение ползком. Перекатывание. Наклоны вперед, назад, вбок, вниз.          | 1       |
| 7 | Игровые упражнения с обручем. Крупная и мелкая моторика, индивидуальные упр-ния. | 1       |