

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Управление образования Администрации**

**Угличского муниципального района**

**МОУ СОШ №4**

**РАССМОТРЕНО**

Методический совет

**СОГЛАСОВАНО**

Педагогический совет

**УТВЕРЖДЕНО**

директор

---

Вдовина Н.Ю.  
Протокол №1 от «28»  
08.2024 г.

---

Буланов К.А.  
Протокол №1 от «29»  
08.2024 г.

---

Буланов К.А.  
Приказ №196 от «29»  
08.2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА  
СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ  
(ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ)  
(Вариант 2)**

**«Двигательное развитие»**

**(8 класс)**

**город Углич 2024 год**

## Пояснительная записка.

Программа по коррекционному курсу «Двигательное развитие» разработана с целью организации получения качественного образования обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), имеющими заключения психолого-медикопедагогической комиссии, сохранения и совершенствования единого образовательного процесса в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Рабочая программа учебного предмета «Двигательное развитие» разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Адаптированной основной общеобразовательной программы (далее – АООП) образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2).

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства обучающихся с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся. Поэтому работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков является целью занятий.

**Основные задачи:** мотивация двигательной активности, поддержка и развитие имеющихся движений, расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений; освоение новых способов передвижения, включая передвижение с помощью технических средств реабилитации. Целенаправленное развитие движений на специально организованных занятиях, которые проводятся инструкторами лечебной физкультуры и (или) учителями адаптивной физкультуры.

Развитие двигательных умений у обучающихся с детским церебральным параличом тесно связано с профилактикой возникновения у них патологических состояний. В ходе работы тело обучающегося фиксируется в таких позах (горизонтальных, сидячих, вертикальных), которые снижают активность патологических рефлексов, обеспечивая максимально комфортное положение обучающегося в пространстве и возможность реализации движений. Придание правильной позы и фиксация обеспечивается при помощи специального оборудования и вспомогательных приспособлений с соблюдением индивидуального режима. Такая работа организуется в физкультурном зале, в классе и дома в соответствии с рекомендациями врача-ортопеда и специалиста по лечебной физкультуре. Обеспечение условий для придания и поддержания правильного положения тела создает благоприятные предпосылки для обучения обучающегося самостоятельным движениям, действиям с предметами, элементарным операциям самообслуживания, способствует развитию познавательных процессов.

### Общая характеристика 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, вертикализатор, костыли, трость), без опоры. Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад. Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры), по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры), по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры). Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе). Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом). Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево). Прыжки на одной ноге. Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега).

## Содержание коррекционного курса

### 8 класс **Общеразвивающие и корригирующие**

#### **упражнения.**

Ходьба и бег. 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». Упражнения с массажными мячами. Игра «передай мяч». Упражнения для пальчиков. Игра «Сложи картинку». Упражнения для развития мышц рук и пальцев. **Коррекционные подвижные игры.**

Элементы спортивных игр и спортивных упражнений. Подвижные игры. Соблюдение правил игры «Найди свой цвет», «Найди себе пару».

Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете «Собери пирамидку»: бег к пирамидке, надевание кольца, бег в обратную сторону, передача эстафеты.

#### **Планируемые результаты освоения коррекционного курса**

Возможные результаты освоения:

##### **Личностные**

- Формирование интереса к обучению;
- Формирование опыта конструктивного взаимодействия с взрослыми и сверстниками;
- Развитие умения взаимодействовать в группе в процессе учебной, игровой и других видах доступной деятельности;

##### **Предметные**

- Освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться с помощью учителя.
- Освоение двигательных навыков, последовательности движений с помощью учителя, развитие координации.
- Умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения, др. с помощью учителя.

- Умение играть в подвижные игры и др. с помощью учителя.

## ОПИСАНИЕ МЕСТА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

### «ДВИГАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

В соответствии с учебным планом МОУ «СОШ № 4» реализация рабочей программы коррекционного курса «Двигательное развитие» для 8 класса рассчитана на 34 часов, (34 учебные недели, по 0,25 ч часа в неделю аудиторная нагрузка и 0,75 ч для самостоятельной работы).

#### Календарно- тематическое планирование

№ ур	Наименование разделов, тем	Колво часов	Виды учебной деятельности	Примечания
1.	Удержание головы в положении лежа на спине, на животе, на боку (правом, левом), в положении сидя.	1	Практическая работа	
2.	Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки).	1	Практическая работа	
3.	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые». Игра «Сложи картинку».	1	Практическая работа	
4.	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые».	1	Практическая работа	
5.	Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание. Игра «Сложи картинку».	1	Практическая работа	
6.	Выполнение движений плечами.	1	Практическая работа	
7.	Опора на предплечья, на кисти рук.	1	Практическая работа	
8.	Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы), одной рукой (от груди, от уровня колен, из-за головы).	1	Практическая работа	
9.	Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой). Ловля мяча на уровне груди (на уровне колен, над головой).	1	Практическая работа	
10.	Изменение позы, в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево).	1	Практическая работа	
11.	Вставание на четвереньки. Ползание на четвереньках.	1	Практическая работа	
12.	Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине».	1	Практическая работа	
13.	Вставание на колени из положения «сидя на пятках».	1	Практическая работа	
14.		1	Практическая работа	

	Стояние на коленях. Игра «Найди свой цвет».			
15.	Ходьба на коленях. Игра «Найди свой цвет».	1	Практическая работа	
16.	Вставание из положения «стоя на коленях». Стояние с опорой, без опоры.	1	Практическая работа	
17.	Вставание из положения «стоя на коленях». Стояние с опорой, без опоры.	1	Практическая работа	
18.	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	1	Практическая работа	
19.	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	1	Практическая работа	
20.	Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры).	1	Практическая работа	
21.	Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры).	1	Практическая работа	
22.	Ходьба по наклонной поверхности (вверх, вниз).	1	Практическая работа	
23.	Ходьба по лестнице. Игра «Найди свой цвет».	1	Практическая работа	
24.	Ходьба по лестнице.	1	Практическая работа	
25.	Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе).	1	Практическая работа	
26.	Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе).	1	Практическая работа	
27.	Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом). Игра-эстафета «Собери пирамидку».	1	Практическая работа	
28.	Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом). Игра-эстафета «Собери пирамидку».	1	Практическая работа	
29.	Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево).	1	Практическая работа	
30.	Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево).	1	Практическая работа	
31.	Прыжки на одной ноге.	1	Практическая работа	
32.	Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега). Игра «Передай мяч».	1	Практическая работа	
33.	Броски мяча в ориентир.	1	Практическая работа	
34.	Броски малого мяча в цель. Игра «Передай мяч».	1	Практическая работа	

### **Учебно-методическое обеспечение**

Учебно-методическое обеспечение для обучающихся по 2 варианту не предусмотрено в связи с отсутствием учебников и рабочих тетрадей в Федеральном перечне учебников.

Информационные ресурсы: <http://nsportal.ru/>, <http://infourok.ru/>, <http://www.uchportal.ru/>, <http://pedsovet.su/>, <http://www.proshkolu.ru/>, <http://www.myshared.ru/>, <http://viki.rdf.ru/cat/prazdniki/>, <http://www.it-n.ru/>.

### **Материально-техническое обеспечение**

1. Теннисные мячи.
2. Волейбольные мячи.
3. Обручи.
4. Гимнастические маты.
5. Мягкие модули.
6. Гимнастические скамейки.
7. Гимнастическая стенка.
8. Скакалки.