

Департамент социальной политики
Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 45»
г. Курган

Приложение к адаптированной основной образовательной программе начального общего образования, принятой педагогическим советом МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 45» г. Кургана 22.11.2019 г протокол № 7 и утвержденной приказом ОУ от 23.11.2019 г. № 232/1

Рабочая программа
КОРРЕКЦИОННЫЙ КУРС
ДВИГАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ.
(К АООП НОО вариант 9.2.)

Составитель : Менщикова Т.А., учитель МБОУ
Средняя общеобразовательная школа №45» г.Кургана

Курган

2019

Содержание

	Стр.
1	3
2	3
3	4
4	4
5	5
6	7
7	13

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа составлена на основе примерной адаптированной основной общеобразовательной программы для детей с умеренной и тяжелой (глубокой) умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), ТМНР и в соответствии с ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ.

Цели образовательно-коррекционной работы с учетом специфики учебного предмета:

1. Активизация защитных сил организма ребёнка.
2. Выработка устойчивой правильной осанки, укрепление и сохранение гибкости позвоночника, предотвращающие его деформации.
3. Укрепление и развитие мышечной системы, нормализация работы опорно-двигательного аппарата.
4. Развитие общей организованности, внимания, доброжелательности.

Общая характеристика учебного предмета и цели курса

Программа определяет цель, задачи, планируемые результаты, содержание и организацию образовательного процесса.

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 детей имеющих умеренную, тяжелую, глубокую умственную отсталость, ТМНР наблюдаются выраженные 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 ведущей целью данного коррекционного курса.

Задачи и направления.

Общие задачи, характерные для образовательного процесса в целом:

- Создание благоприятных условий, способствующих формированию здорового образа жизни, умственному, физическому, эмоциональному развитию личности;
- Обеспечение психолого-педагогической реабилитации, социальной адаптации и интеграции в общество
- Организация коррекционно-образовательного и воспитательного процесса в интересах личности, общества и государства с учётом психофизических возможностей и особенностей детей
- ✓ формирование познавательных процессов обучающихся на основе разнообразных видов предметно-практической деятельности на доступном для детей уровне;
- ✓ формирование прикладных, трудовых, творческих умений обучающихся;
- ✓ формирование доступных норм и правил поведения в обществе людей, способов индивидуального взаимодействия воспитанников с окружающим миром.
- Обеспечение охраны прав и интересов обучающихся, охраны и укрепления здоровья воспитанников;
- Осуществление образовательного процесса в соответствии с уровнями образовательных программ.
- Основные задачи характерные для коррекционного курса: мотивация двигательной активности, поддержка и развитие имеющихся движений, расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений. Благоприятные предпосылки для обучения ребенка самостоятельным движениям, действиям с предметами,

элементарным операциям самообслуживания, что способствует развитию познавательных процессов.

Описание места коррекционного курса в учебном плане.

Интеграция с другими предметами с учётом общих целей изучения курса, определённых ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ («Речь и альтернативная коммуникация», «Математические представления», «Адаптивная физкультура» и др.).

Личностные и предметные результаты освоения конкретного учебного предмета

В результате освоения программы:

Будет знать: правила поведения на занятиях ДР, что такое двигательное развитие, ее роль и влияние на организм ребенка. Что такое правильная осанка. Гигиенические требования к занятиям по двигательному развитию. Правила приема воздушных и солнечных ванн. Значение занятий на открытом воздухе. Знать правила подвижных игр, изученных на занятиях.

Будет уметь: выполнять упражнения, направленные на двигательное развитие, играть в подвижные игры.

Будет иметь: прирост показателей развития основных физических качеств; показывать хорошие умения и навыки в выполнении упражнений по двигательному развитию.

Учащиеся будут уметь демонстрировать: общеразвивающие упражнения: в положении стоя, сидя, лежа, стоя на четвереньках, с гимнастическими палками, дыхательные упражнения.

Предметные результаты:

- ✓ формирование знаний о положительном влиянии физических упражнений на организм,
- ✓ формирование представлений о правильной осанке, о правильном дыхании,
- ✓ формирование представлений о последовательности действий при осуществлении личной гигиены и закрепление этих представлений на практике.
- ✓ коррекция и компенсация недостатков физического развития (нарушение осанки, плоскостопие, отставание в массе, росте тела и т.д.);
- ✓ коррекция нарушений в движениях (нарушение координации, ориентировке в пространстве, равновесия и т.д.);
- ✓ устранение недостатков в развитии двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и др.).
- ✓ выполнение комплексов по двигательному развитию на основе демонстрации (самостоятельно, с помощью, со значительной помощью).

Базовые учебные действия. Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся:

- ✓ входить и выходить из учебного помещения со звонком;
- ✓ ориентироваться в пространстве зала;
- ✓ иметь представление о собственном теле и собственных возможностях;
- ✓ овладеть навыками коммуникации и сформировать навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками;
- ✓ овладеть принятыми нормами социального взаимодействия;
- ✓ принять и освоить социальную роль обучающегося;
- ✓ принимать цели и произвольно включаться в деятельность;

- ✓ передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения
- ✓ взаимодействовать со сверстниками при выполнении упражнений, при проведении подвижных игр, при проведении эстафет с участием учителя;
- ✓ бережно относиться к инвентарю и оборудованию.

Планируемые результаты изучения коррекционного курса

- ✓ формирование знаний о положительном влиянии физических упражнений на организм,
- ✓ формирование представлений о правильной осанке, о правильном дыхании,
- ✓ формирование представлений о последовательности действий при осуществлении личной гигиены и закрепление этих представлений на практике.
- ✓ коррекция и компенсация недостатков физического развития (нарушение осанки, плоскостопие, отставание в массе, росте тела и т.д.);
- ✓ коррекция нарушений в движениях (нарушение координации, ориентировке в пространстве, равновесия и т.д.);
- ✓ устранение недостатков в развитии двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и др.).
- ✓ выполнение комплексов по двигательному развитию на основе демонстрации (самостоятельно, с помощью, со значительной помощью).

Содержание курса

Содержание курса состоит из следующих разделов:

«Основы знаний» - дать знания о личной гигиене, правильной осанке, дать понятие «направляющий»).

«Коррекционные упражнения» - коррекция и профилактика: плоскостопия, нарушений осанки, сколиозов.

«Развитие мелкой моторики» - развивающие упражнения, работа с дидактическими пособиями для развития мелкой моторики.

«Ориентировка в пространстве» - шаги, построения, перестроения.

«Самомассаж» - обучение навыкам самомассажа.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

№	Наименование разделов, тем программы
1	Основы знаний по двигательному развитию
1.1.	Техника безопасности на занятиях ДР
1.2.	Основы знаний о личной гигиене
1.3.	Основы знаний: понятие «направляющий»
1.4.	Представления о правильной осанке
2	Коррекционные упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движения.
2.1.	Построение в обозначенном месте (в кругах, в квадратах).
2.2.	Гимнастические построения и перестроения
2.3.	Повороты по ориентирам.
2.4.	Шаги вперед, назад, в сторону.
3	Упражнения для коррекции нарушений осанки
3.1.	Упражнения на гимнастической стенке
3.2.	Упражнения сидя и лежа на полу.
3.3.	Упражнения стоя и стоя на четвереньках
3.4.	Упражнения на мягких модулях
3.5.	Упражнения с гимнастической палкой
4	Упражнения для коррекции плоскостопия.

4.1.	Катание ступнями массажных мячей. Игра «Кто быстрее снимет обувь?»
4.2.	Ходьба на носках, на пятках.
4.3.	Упражнения для профилактики плоскостопия.
5	Упражнения для мелкой моторики
5.1.	Сгибание, разгибание пальцев рук в кулак. Игра «Фигуры из пальцев».
5.2.	Перекладывание мяча из руки в руку, катание мяча. Игра «Прокати мяч».
5.3.	Подбрасывание мяча на разную высоту. Метание мяча в цель.
5.4.	Самомассаж рук, головы, ног, живота.
5.5.	Работа с дидактическим пособием «Черепашка» (по форме, по цвету)
5.6.	Упражнения с массажными мячами. Игра «передай мяч».
5.7.	Упражнения для пальчиков. Игра «Сложи картинку»
5.8.	Упражнения для развития мышц рук и пальцев.
6	Обще развивающие упражнения (ОРУ)
6.1.	ОРУ для всех групп мышц
6.2.	Дыхательные упражнения
6.3.	ОРУ с гимнастическими палками
7	Итоговое тестирование
7.1.	Тестирование на начало учебного года
7.2.	Тестирование на 1 полугодие
7.3.	Итоговое тестирование за год

Содержание программного материала занятий ДР состоит из базовых основ физической культуры и большого количества подготовительных, и коррекционных упражнений, а также подвижных игр коррекционной направленности, упражнений на развитие мелкой и общей моторики.

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Цель, задачи урока	Планируемые результаты	
				Академическое	Жизненные
1 четверть (16 часов)					
1-2	Техника безопасности на занятиях по двигательному развитию (ДР)	2	Знакомить с правилами безопасности на занятиях по двигательному развитию	Знать правила ТБ на уроках ДР	Учится слушать учителя, соблюдать правила поведения. Умение регулировать своё поведение
3	Тестирование на начало учебного года	1	Оценить состояние опорно-двигательного аппарата у каждого ученика	Правильное исходное положение	Учиться соблюдать инструкцию
4-5	Сгибание, разгибание пальцев рук в кулак. Игра «Фигура из пальцев»	2	Учить сгибанию, разгибанию пальцев рук в кулак. Обучать правилам игры	Сгибать, разгибать пальцы в кулак. Применять правила в игре.	Развивать тонкие, дифференцированные движения пальцами рук.
6-7	Ходьба на носках, на пятках	2	Обучать правильно ходить на носках, на пятках	Уметь правильно ходить на носках и пятках	Развить умение слушать, соблюдать инструкцию. Ориентация в схеме тела
8-9	Построение в обозначенном месте (в кругах, в квадратах)	2	Обучать построению, перестроению в обозначенном месте	Знать направление	Ориентация в окружающем пространстве, ориентация в схеме тела
10-11	Общеразвивающие упражнения для всех групп мышц	2	Обучать комплексу общеразвивающих упражнений	Правильно выполнять упражнения по примеру учителя	Умение работать в группе
12-13	Работа с дидактическим пособием «Черепашка»	2	Учить работе с дидактическим пособием «Черепашка». Учить раскладывать детали по форме.	Правильно раскладывать детали по форме	Развить тонкие, дифференцированные движения пальцами рук.
14-15	Упражнения на мягких модулях	2	Обучать комплексу упражнений на мягких модулях.	Правильно выполнять упражнения	Ориентация в окружающем пространстве,

				по примеру учителя	ориентация в схеме тела
16	Катание ступнями массажных мячей.	1	Обучать комплексу упражнений с массажными мячами для ступней. Профилактировать плоскостопие.	Правильно выполнять упражнения по примеру учителя. Применять правила в игре	Умение работать в группе. Оказывать помощь, принимать помощь.
2 четверть (16 часов)					
17	Игра «Кто быстрее снимет обувь»	1	Обучать правилам игры. Профилактировать плоскостопие.	Правильно выполнять упражнения по примеру учителя. Применять правила в игре	Умение работать в группе. Оказывать помощь, принимать помощь.
18 - 19	Переключивание мяча из руки в руку, катание мяча. Игра «Прокати мяч».	2	Обучать правилам игры. Обучать переключиванию мяча из руки в руку. Учить катать мяч.	Правильно выполнять упражнения по примеру учителя. Применять правила в игре	Развить тонкие, дифференцированные движения пальцами рук. Оказывать помощь, принимать помощь.
20	Основы знаний о личной гигиене	1	В доступной форме дать представление о личной гигиене	Соблюдать правила личной гигиены	Формирование представлений о собственном теле
21	Техника безопасности на занятиях по двигательному развитию	1	Повторять правила безопасности на занятиях по двигательному развитию	Знать правила ТБ на уроках ДР	Учиться слушать учителя, соблюдать правила поведения. Умение регулировать своё поведение
22 - 23	Основы знаний: понятие «направляющий»	2	Ознакомить учащихся с понятием «направляющий».	Знать понятие «направляющий», уметь двигаться за «направляющим»	Ориентация в окружающем пространстве, умение работать в группе
24	Шаги вперед, назад, в сторону.	1	Обучать учащихся правильному движению вперед, назад, в сторону.	Уметь двигаться по заданному направлению (вперед, назад, в сторону)	Ориентация в окружающем пространстве, ориентация в схеме тела, умение следовать правилам.
25	Гимнастические	2	Обучать	Знать, как	Ориентация в

- 26	построения и перестроения		построению, перестроению в одну шеренгу, в две шеренги.	построиться в одну шеренгу, перестроиться в две шеренги	окружающем пространстве, ориентация в схеме тела, умение работать в группе
27 - 28	Общеразвивающие упражнения с гимнастическими и палками	2	Обучать комплексу упражнений с гимнастическими палками.	Правильно выполнять упражнения по примеру учителя	Умение соблюдать правила, принимать и оказывать помощь.
29 - 30	Работа с дидактическим пособием «Черепашка»	2	Совершенствовать работу с дидактическим пособием «Черепашка». Повторить раскладку деталей по форме.	Правильно раскладывать детали по форме	Развить тонкие, дифференцированные движения пальцами рук.
31	Тестирование на конец первого полугодия	1	Оценить состояние опорно - двигательного аппарата у каждого ученика	Правильное исходное положение	Учиться соблюдать инструкцию
32	Техника безопасности на занятиях по двигательному развитию	1	Повторить правила безопасности на занятиях по двигательному развитию	Знать правила ТБ на уроках ДР	Учиться слушать учителя, соблюдать правила поведения. Умение регулировать своё поведение
3 четверть (18 часов)					
33	Техника безопасности на занятиях по двигательному развитию	1	Повторять правила безопасности на занятиях по двигательному развитию	Знать правила ТБ на уроках ДР	Учиться слушать учителя, соблюдать правила поведения. Умение регулировать своё поведение
34 - 35	Представления о правильной осанке	2	В доступной форме дать представление о правильной осанке	Учиться сохранять правильную осанку	Формирование представлений о собственном теле
36 - 37	Гимнастические построения и перестроения	2	Повторять построение, перестроение в одну шеренгу, в две шеренги.	Знать, как построиться в одну шеренгу, перестроиться в две шеренги	Ориентация в окружающем пространстве, ориентация в схеме тела, умение работать в группе
38 - 39	Упражнения сидя и лёжа на полу	2	Обучать комплексу упражнений с исходными	Правильно выполнять упражнения по примеру	Умение соблюдать правила, принимать и оказывать помощь.

			положениями сидя и лёжа.	учителя, соблюдать правильное исходное положение	
40 - 41	Повороты по ориентирам	2	Обучать поворотам по ориентирам, развить пространственную ориентацию, точность движения	Знать, как совершать повороты по указанным ориентирам	Ориентация в окружающем пространстве, ориентации в схеме тела
42 - 43	Повороты по ориентирам	2	Обучать поворотам по ориентирам, развить пространственную ориентацию, точность движения	Знать, как совершать повороты по указанным ориентирам	Ориентация в окружающем пространстве, ориентации в схеме тела
44 - 45	Подбрасывание мяча на разную высоту. Бросание мяча в цель	2	Обучать, как работать с мячом, развить точность движения, меткость.	Уметь подбрасывать мяч на разную высоту, бросать мяч точно в цель	Ориентация в окружающем пространстве, умение совершать точные движения. Представление о собственных возможностях
46 - 47	Упражнения с гимнастической палкой для коррекции нарушений осанки	2	Коррекция нарушений осанки, профилактика возможных нарушений осанки	Правильно выполнять упражнения по примеру учителя, правильно использовать гимнастическую палку	Умение соблюдать правила, принимать и оказывать помощь. Умение работать в группе, не мешая окружающим.
48 - 49	Упражнения для профилактики плоскостопия	2	Коррекция деформации стопы, профилактика плоскостопия	Учиться выполнять упражнения для профилактики плоскостопия. Правильно выполнять упражнения по примеру учителя.	ориентация в схеме тела, представление о собственном теле
50	Самомассаж рук, головы, ног, живота	1	Обучать самомассажу с помощью	Учиться выполнять самомассаж с	ориентация в схеме тела, представление о собственном теле.

			массажных мячей. Восстановление нормального кровообращения.	помощью массажных мячей	Оказывать помощь не только другим, но и себе, принимать помощь.
4 четверть (16 часов)					
51 - 52	Упражнения с массажными мячами. Игра «передай мяч»	2	Обучать правилам игры. Обучать упражнениям с массажными мячами.	Правильно выполнять упражнения по примеру учителя. Применять правила в игре	Развить тонкие, дифференцированные движения пальцами рук. Оказывать помощь, принимать помощь.
53 - 54	Упражнения стоя и стоя на четвереньках	2	Обучать комплексу упражнений с исходными положениями стоя и стоя на четвереньках.	Правильно выполнять упражнения по примеру учителя, соблюдать правильное исходное положение	Умение соблюдать правила, принимать и оказывать помощь.
55 - 56	Самомассаж рук, головы, ног, живота	2	Повторять самомассаж с помощью массажных мячей. Восстановление нормального кровообращения.	Учиться выполнять самомассаж с помощью массажных мячей.	ориентация в схеме тела, представление о собственном теле. Оказывать помощь не только другим, но и себе, принимать помощь.
57 - 58	Упражнения для профилактики плоскостопия	2	Коррекция деформации стопы, профилактика плоскостопия	Повторять, как выполнять упражнения для профилактики плоскостопия. Правильно выполнять упражнения по примеру учителя.	ориентация в схеме тела, представление о собственном теле.
59 - 60	Упражнения для пальчиков. Игра «Сложи картинку»	2	Обучать правилам игры. Обучать упражнениям для пальчиков. Учить складывать картинку, разрезанную на части. Формировать предпосылки для	Правильно выполнять упражнения по примеру учителя. Применять правила в игре. Умение составлять целое из частей.	Развить тонкие, дифференцированные движения пальцами рук. Оказывать помощь, принимать помощь.

			развития способности к синтезу.		
61	Общеразвивающие упражнения с гимнастическим и палками	1	Повторять комплекс упражнений с гимнастическими палками.	Правильно выполнять упражнения по примеру учителя	Умение соблюдать правила, принимать и оказывать помощь.
62	Упражнения на гимнастической стенке	1	Обучать комплексу дыхательных упражнений на гимнастической стенке. Профилактика заболеваний опорно-двигательной системы. Выработка навыков правильной осанки.	Правильно выполнять упражнения по примеру учителя	Умение соблюдать правила, принимать и оказывать помощь. Умение регулировать своё поведение. Формирование представлений о собственных возможностях.
63	Упражнения для развития мышц рук и пальцев	1	Учить правильно выполнять упражнения, для мышц кистей рук и пальцев. Укрепить мышцы рук и пальцев	Правильно выполнять упражнения по примеру учителя	Развить тонкие, дифференцированные движения пальцами рук. Оказывать помощь, принимать помощь.
64	Основы знаний о личной гигиене	1	Проверить, что усвоили о личной гигиене	Соблюдать правила личной гигиены	Формирование представлений о собственном теле
65	Дыхательные упражнения	1	Обучать комплексу дыхательных упражнений. Профилактика простудных заболеваний и заболеваний дыхательной системы	Правильно выполнять упражнения по примеру учителя	Умение соблюдать правила, принимать и оказывать помощь. Умение регулировать своё поведение.
66	Итоговое тестирование за год	1	Оценить состояние опорно-двигательного аппарата у каждого ученика	Правильное исходное положение	Учиться соблюдать инструкцию

ОПИСАНИЕ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

Дидактический материал: изображения (картинки, фото, пиктограммы), альбомы с демонстрационным материалом в соответствии с темами занятий.

Спортивный инвентарь: маты, батуты, гимнастические мячи разного диаметра, гимнастические скамейки, гимнастические лестницы, обручи, кегли, мягкие модули различных форм, гимнастические коврики, корзины.

