

Государственное общеобразовательное учреждение Республики Коми
«Специальная (коррекционная) школа-интернат №7» города Воркуты

РАССМОТРЕНО

Решение заседания МС

№ 1 от 12.09.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказ ГОУ РК «С(к)ШИ №7»

№ 308 от 12.09.2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по коррекционному курсу «Двигательное развитие»

5-9 классы

в условиях реализации ФАООП УО (вариант 8.4)

Программа разработана
учителем
адаптивной физической культуры
Веремейчук Н. П.

Воркута, 2024

1. Пояснительная записка

Рабочая учебная программа для учащихся с расстройствами аутистического спектра с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), ТМНР (вариант 8.4) учебного предмета коррекционного курса «Двигательное развитие» (далее Программа) составлена в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы учащихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и расстройствами аутистического спектра (вариант 8.4), утвержденной приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 года № 1023.
- Федерального государственного образовательного стандарта образования учащихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и расстройствами аутистического спектра (вариант 8.4), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. №1599;
- Адаптированной основной общеобразовательной программой общего образования учащихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и расстройствами аутистического спектра (вариант 8.4) ГОУ РК «С(к)ШИ №7».

Программа коррекционного курса «Двигательное развитие» (далее - Программа) разработана для обучающихся 1 дополнительных, 1-4 классов с расстройствами аутистического спектра с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), ТМНР (вариант 8.4) с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию.

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

Задачи программы:

- 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;
- формирование функциональных двигательных навыков;
- развитие функции руки, в том числе мелкой моторики;
- формирование зрительно-двигательной координации, ориентировки в пространстве;
- обогащение сенсомоторного опыта.

Формами организации занятия являются: фронтальные занятия.

Виды занятий: занятие, практические работы.

Формы и методы работы обучающегося и педагога:

- способы преподавания: рассказ, беседа, объяснение, то есть приемы, в которых основная роль принадлежит учителю. Задача ученика сводится к восприятию, к

пониманию, запоминанию и воспроизведению полученной в ходе урока информации и преподаваемого материала;

- способы учения: выполнение упражнений под контролем учителя.

1.1. Общая характеристика учебного предмета

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства обучающихся с РАС имеется нарушение произвольной организации двигательной активности, значительно ограничивающее возможности самостоятельной деятельности обучающихся.

В соответствии с целью обучения данному коррекционному курсу является освоение учащимся системы двигательных координаций, физических качеств и способностей, направленных на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование его организма. Обучение организуется с учетом климатических и сезонных изменений в природе. На занятиях формируются элементарные двигательные функции, выполняемые совместно с учителем, по подражанию его действиям, по образцу, а также первичные элементарные представления о здоровье и здоровом образе жизни, о безопасности движений во время занятий и т. п.

В основу обучения положена система простейших физических упражнений, направленных на коррекцию дефектов физического развития и моторики, укрепление здоровья, выработку жизненно необходимых двигательных умений и навыков у учащихся с расстройствами аутистического спектра с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. Необходимо отметить, что учащиеся этой категории имеют значительные отклонения в физическом и двигательном развитии. Это сказывается на содержании и методике занятий двигательного развития. Замедленность психических процессов, конкретность мышления, нарушения памяти и внимания обуславливают чрезвычайную медлительность образования у них двигательных навыков.

Описание места коррекционного курса в учебном плане

Коррекционный курс «Двигательное развитие» в соответствии с учебным планом входит в коррекционно-развивающую область. Освоение данной рабочей программы планируется в 5 - 9 классах. Количество часов, выделяемое на освоение программы, составляет:

- в 5 классе - 1 час в неделю, 34 часа в год;
- в 6 классе - 1 часа в неделю, 34 часа в год;
- в 7 классе - 1 час в неделю, 34 часа в год;
- в 8 классе - 1 часа в неделю, 34 часа в год;
- в 9 классе - 1 часа в неделю, 34 часа в год;
- Всего на курс обучения - 170 часов.

1.2. Планируемые результаты освоения коррекционного курса «Двигательное развитие» в 5-9 классах

Личностные результаты (возможные):

- осознание себя, своего "Я"; осознание своей принадлежности к определенному полу;
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;

- развитие адекватных представлений об окружающем социальном мире, овладение социально-бытовыми умениями, необходимыми в повседневной жизни дома и в школе, умение выполнять посильную домашнюю работу, включаться школьные дела;
- умение сообщать о нездоровье, опасности и т.д.
- владение элементарными навыками коммуникации и принятыми нормами взаимодействия;
- первоначальное осмысление социального окружения;
- развитие самостоятельности;
- овладение общепринятыми правилами поведения;
- наличие интереса к практической деятельности.

Предметные результаты (возможные).

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, быстроты, выносливости;

- умение радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал и другое;

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.

Базовые учебные действия (возможные результаты):

1. Подготовка ребенка к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию индивидуально с педагогом (специалистом):

- обеспечение состояния психологического комфорта ребёнка во время взаимодействия;
- принятие ребёнком ситуации взаимодействия с педагогом, специалистом (как предметно-практической, игровой деятельности, так и тактильного, телесного взаимодействия (техники базальной стимуляции));
- принятие ребёнком физической помощи и подсказки со стороны педагога, специалиста.

2. Формирование учебного поведения:

- концентрация на сохранных анализаторных ощущениях (демонстрирует зрительные и слуховые ориентировочно-поисковые реакции, прислушивается, фиксирует взгляд на лице говорящего взрослого или на демонстрируемом предмете, находящемся в поле зрения, прислушивается и концентрируется на тактильных, вестибулярных ощущениях);
- понимание ситуации нахождения на уроке (занятии);

- направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание);
- умение выполнять инструкции педагога:
 - методом «рука в руке»/«рука под рукой»,
 - при физической помощи (взрослый физически помогает ребёнку выполнить часть задания, но дает ему возможность завершить задание самостоятельно),
 - после физической подсказки (взрослый помогает ребёнку выполнить задание, легко похлопывая или направляя его),
 - по образцу (взрослый демонстрирует учащемуся выполнение задания),
 - по словесной инструкции (взрослый дает словесные указания, напоминания и сигналы по мере необходимости),
 - самостоятельно (помощь взрослых не требуется).
- использование по назначению учебных материалов;
- умение выполнять действия по образцу и по подражанию.

3. Формирование умения выполнять задание:

- в течение определенного периода времени,
- от начала до конца,
- с заданными качественными параметрами.

4. Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т. д.

2. Содержание коррекционного курса «Двигательное развитие»

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).

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности учащихся

№	Тема занятия	Класс					Основной вид учебной деятельности учащихся
		5	6	7	8	9	
	Раздел «Двигательное развитие»	1	1	1	1	1	
1	Удержание головы в положении лежа на спине (на животе, на боку (правом, левом), в положении сидя.		1		1		Выполняют исходное положение для построения и перестроения
2	Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине или животе, стоя или сидя), "круговые" движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки).		1		1		Выполняют построение в колонну по одному, в одну шеренгу
3	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны,	1	1	1	1	1	Выполняют перестроение из шеренги в круг.
4	Выполнение движений пальцами рук: сгибание или	1	1	1	1	1	Выполняют размыкание на вытянутые руки в стороны
5	Выполнение движений плечами.	1		1		1	Выполняют ходьбу в колонне по одному
6	Опора на предплечья, на кисти		1		1		Выполняют бег в колонне.
7	Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, на	1		1		1	Выполняют произвольный вдох (выдох) через рот (нос).
8	Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой). Ловля	1		1		1	Выполняют произвольный вдох через нос (рот), выдох через рот (нос)
9	Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на	1	1	1	1	1	Выполняют одновременное (поочередное) сгибание (разгибание) пальцев
10	Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево).	1	1	1	1	1	Выполняют противопоставление первого пальца остальным на одной руке

№	Тема занятия	Класс					Основной вид учебной деятельности учащихся
		5	6	7	8	9	
11	Изменение позы в положении	1		1		1	
12	Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках).	1	1	1	1	1	Выполняют сгибание пальцев в кулак
13	Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле,	1	1	1	1	1	Выполняют круговые движения кистью
14	Вставание на колени из	1	1	1	1	1	Выполняют сгибание фаланг пальцев
15	Стояние на коленях.	1	1	1	1	1	Выполняют одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях
16	Ходьба на коленях.	1	1	1	1	1	Выполняют круговые движения руками
17	Вставание из положения "стоя на коленях".	1	1	1	1	1	Выполняют движения плечами
18	Стояние с опорой (например, вертикализатор, костыли, трость),						Выполняют движения головой
19	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение	1	1	1	1	1	Выполняют поднятие головы в положении «лежа на животе».
20	Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с	1	1	1	1	1	Выполняют наклоны туловища
21	Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро,	1		1		1	Выполняют повороты туловища вправо (влево).
22	Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом).	1	1	1	1	1	Выполняют круговые движения прямыми руками вперед (назад)
23	Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад,		1		1		Выполняют наклоны туловища

№	Тема занятия Классы	Класс					Основной вид учебной деятельности учащихся
		5	6	7	8	9	
24	Прыжки на одной ноге.	1		1		1	
25	Удары по мячу ногой с места(с нескольких шагов, с разбега).	1	1	1	1	1	Выполняют стояние на коленях
26	Опора на предплечья, на кисти рук.	1	1	1	1	1	Выполняют ходьбу с высоким подниманием колен.
27	Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за	1	1	1	1	1	Выполняют ходьбу с подниманием прямых ног.
28	Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой).	1	1	1	1	1	Выполняют движения стопами
29	Ловля мяча на уровне груди (на уровне колен, над головой).	1	1	1	1	1	Выполняют приседания.
30	Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину.	1	1	1	1	1	Выполняют ползание на четвереньках
31	Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо,	1	1	1	1	1	Выполняют поочередные (одновременные) движения ногами
32	Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо,	1	1	1	1	1	Выполняют переход из положения «лежа» в положение «сидя»
33	Вставание на четвереньки.	1	2	1	2	1	Выполняют ходьбу
34	Ползание на животе (на		1		1		Выполняют ходьбу

35	Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из	1	1	1	1	1	Выполняют движение руками и ногами, стоя у вертикальной плоскости
	Всего	34	34	34	34	34	

3. Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса

Материально-техническое обеспечение реализации учебной программы коррекционного курса «Двигательное развитие» соответствует требованиям, предъявляемым к учебному кабинету в части организации специальных зон:

- учебная зона;
- зона отдыха;
- зона проведения свободного времени.

Техническое оснащение курса включает:

- средства для фиксации ног, груди, таза;
- мягкие формы и приспособления для придания положения лежа, сидя, стоя;
- ограничители;
- гимнастические мячи различного диаметра, гамак, тележки, коврики, специальный велосипед, тренажеры.