

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Красноярского края
Администрация Минусинского района
МКОУ Городокская СОШ № 2
имени Героя Советского Союза Г.С. Корнева

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
школы по УВР


И.Н. Якушева
« 29 » 08 20 23 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор


О.А. Гаас

Приказ № 1303-2/14 от
« 29 » 08 20 23 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(адаптированная)

учебного предмета «Двигательное развитие»

для обучающихся 6 класса

учитель физической культуры Хорошев Роман Анатольевич

с. Городок
2023-2024 год

Пояснительная записка

Рабочая программа коррекционного курса «Двигательное развитие» для обучающихся 6 класса составлена для обучающихся с умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2), и является учебно-методической документацией, определяющей рекомендуемые федеральным государственным образовательным стандартом объем и содержание образования, планируемые результаты освоения образовательной программы, примерные условия образовательной деятельности.

Нормативно-правовую базу разработки рабочей программы коррекционного курса «Двигательное развитие» для 6 класса составляют:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ;
- Международная Конвенция о правах ребенка от 15.09.1990г.
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 г. № 1599);
- Приказ Министерства образования и науки РФ «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» от 30.08.2013 г. №1015;
- Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (СанПиН 2.4.2.3286-15, утв. 10.07.2015 № 26);
- АООП МКОУ Городокской СОШ № 2 имени Героя Советского Союза Г.С. Корнева (вариант 2).
- Устава МКОУ Городокской СОШ № 2 имени Героя Советского Союза Г.С. Корнева.

Цели изучения предмета: 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

Общая характеристика учебного предмета

Рабочая программа коррекционного курса «Двигательное развитие» для обучающихся 6 класса обеспечивает удовлетворение особых образовательных потребностей обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), необходимую коррекцию недостатков в психическом и/или физическом развитии. Программа реализуется в части, формируемой участниками образовательных отношений, годового учебного плана АООП (вариант 2) для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и направлена на формирование полноценного восприятия окружающей действительности

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства детей 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.

Материально-техническое оснащение учебного предмета предусматривает как обычное для спортивных залов школ оборудование и инвентарь, так и специальное адаптированное оборудование для детей с различными нарушениями развития, включая инвентарь для подвижных и спортивных игр и др. Материально-техническое оснащение учебного предмета «Адаптивная физкультура» включает: дидактический материал: изображения (картинки, фото, пиктограммы) спортивного инвентаря; альбомы с демонстрационным материалом в соответствии с темами занятий; спортивный инвентарь: маты, гимнастические палки, гимнастические скамейки, координационные лестницы, обручи, клюшки, мягкие модули различных форм, гимнастические коврики, футбольные, волейбольные, баскетбольные мячи, теннисный

стол, бадминтон, лыжи, лыжные палки, кольца; мебель: шкафы для хранения спортивного инвентаря, для переодевания, стулья, стол.

Описание места учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет «Двигательно развитие» входит в коррекционно-развивающую область и изучается в 6 классе в количестве 68 часов (2 часа в неделю).

Личностные и базовые учебные действия освоения учебного предмета

Личностные

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

Планируемые результаты коррекционного курса «Двигательное развитие»

Активизация защитных сил организма ребёнка.

Выработка устойчивой правильной осанки, укрепление и сохранение гибкости позвоночника, предотвращающие его деформации.

Укрепление и развитие мышечной системы, нормализация работы опорно-двигательного аппарата.

Воспитание в детях чувство внутренней свободы, уверенности в себе, своих силах и возможностях своего тела.

Развитие общей организованности, их внимания, фантазии, доброжелательности.

Базовые учебные действия

Личностные учебные действия

Личностные учебные действия:

освоение доступной социальной роли обучающейся, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;

развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выход из спорных ситуаций;

основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определённому полу, осознание себя как «Я»;

социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;

овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире

Базовые учебные действия

Коммуникативные учебные действия

Коммуникативные учебные действия включают следующие умения:

вступать в контакт и работать в коллективе (учитель–ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель–класс);

использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;

обращаться за помощью и принимать помощь;

слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;

сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;

договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

Регулятивные учебные действия:

Регулятивные учебные действия включают следующие умения:

адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);

принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;

активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;

соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

Познавательные учебные действия:

К познавательным учебным действиям относятся следующие умения:

выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;

устанавливать видо-родовые отношения предметов;

делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;

пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;

читать; писать; выполнять арифметические действия;

наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности;

работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях).

Содержание коррекционных занятий

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/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). Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые». Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /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 (костыли, трость и др.), 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). Рабочая программа реализуется организуется в форме занятий, исходя из особенностей развития обучающихся с умственной отсталостью и на основании рекомендаций психолого-медико-педагогической комиссии / консилиума и индивидуальной программы реабилитации инвалида.

Тематический план 6 класс

Упражнения по направленности	6 класс
Коррекция и формирование правильной осанки и плоскостопия	8
Формирование и укрепление мышечного корсета	8
Коррекция и развитие сенсорной системы	10
Развитие точности движений пространственной ориентировки	6
Итого	32

Календарно – тематическое планирование 6 классов

№ п/п	Тема	Количество часов	Характеристика деятельности учащихся	Дата
1.	Упражнения на формирование правильного дыхания.	1	Выполнение дыхательных упражнений	
2.	Выполнение движений головой: наклоны, повороты.	1	Подражательные действия	
3.	Упражнения для укрепления мышц живота	1	Выполнение комплекса упражнений	
4.	Упражнения для укрепления мышц спины.	1		
5.	Упражнения с предметами. Ходьба с предметом на голове по ориентирам.	1	Подражательные действия с мячом	
6.	Упражнения для правильного дыхания с использованием звуковой гимнастики.	1	Выполнение дыхательных упражнений	
7.	Перекаты с носков на пятки. Упражнения.	1	Подражательные действия	
8.	Ходьба на носках, высоко поднимая бедро, ходьба на пятках, высоко поднимая бедро	1	Подражательные действия по построению, ходьба с выполнением задания, обычный бег.	
9.	Ходьба ровным шагом, по кругу, взявшись за руки, ходьба в медленном и быстром темпе . Гимнастические упражнения	1	Подражательные действия по построению, ходьба с выполнением задания, обычный бег.	

10.	Выполнение по памяти комбинации гимнастических упражнений	1	Выполнение комбинации по памяти	
11.	Игра на совершенствование сенсорного развития. Разучивание игры «Кошка и мышки»	1	Подражательные действия через игру	
12.	Ходьба с различным положением рук (в стороны, за голову). Упражнения.	1	Повтор упражнений по показу и словесной инструкции.	
13.	Ходьба с различным положением рук (на пояс, к плечам). Ходьба с различным положением рук (вверх, вперед).	1	Подражательные действия по построению, ходьба с выполнением задания, обычный бег.	
14.	Упражнения с мячами: метание мяча в цель.	1	Развитие точности, координации и мышления	
15.	Комплекс упражнений с малым мячом.	1	Подражательные действия	
16.	Подвижные игры на сохранение правильной осанки. Разучивание игры «Море волнуется»	1	Подражательные действия через игру	
17.	Приседания. Упражнения для мышц ног.	1		
18.	Выполнение комбинаций движений под музыку.	1	Выполнение по инструкции учителя	
19.	Дыхательные упражнения по подражанию.	1	Подражательные действия	
20.	Упражнения сидя, лежа, на полу.	1	Выполнение упражнений сидя, лежа на полу	
21.	ОРУ для всех групп мышц.	1	Подражательные действия	
22.	Комплекс гимнастических упражнений	1	Подражательные действия	
23.	Элементы движений под музыку в различном темпе.	1	Выполнение движений под показ учителя	
24.	Броски мячей в кольцо. Упражнения.	1		
25.	Перекатывание мячей. Упражнения.	1		
26.	Бросание мяча двумя руками.	1	Подражательные действия	
27.	Комплекс упражнений с малым мячом.	1	Выполнение комплекса упражнений с малым мячом	
28.	Передача предметов через плечо.	1		
29.	Метание мяча в горизонтальную цель. Метание мяча на дальность с 3 – 4 шагов разбега.			
30.	Передача предметов через голову.	1	Выполнение подражательных действий и инструкций учителя	
31.	Преодоление легкоатлетической полосы препятствий.	1		
32.	Игра третий лишний	1		

Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательной деятельности

1. Учебник «Физическая культура» 5-9 классы. Автор В.И.Лях. Москва. «Лыжный спорт», Москва, «Просвящение», 1976г. Авторы: Г.В.Березин, И.Б.Бутин. Учебник «Спортивные игры», Москва, «Академия», 2001г. Авторы: Ю.Д.Железняк, Ю.Портнов.

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

№ п/п	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
1	<i>Гимнастика</i>	
	Бревно гимнастическое напольное	1
	Козел гимнастический	1
	Переключатель гимнастический	1
	Канат для лазания, с механизмом крепления	1
	Мост гимнастический подкидной	1
	Скамейка гимнастическая жесткая	5
	Маты гимнастические	10
	Мяч набивной (1 кг)	10
	Мяч малый (теннисный)	5
	Скакалка гимнастическая	9
	Палка гимнастическая	10
	Обруч гимнастический	10
	Канат для перетягивания	1
2	<i>Легкая атлетика</i>	
	Рулетка измерительная (10м; 50м)	1
	Палочка эстафетная	3
3	<i>Подвижные и спортивные игры</i>	
	Мячи баскетбольные	20
	Сетка волейбольная	1
	Мячи волейбольные	7
	Фишки	6
4	<i>Средства доврачебной помощи</i>	
	Аптечка медицинская	1
5	Спортивный зал игровой	1
6	Кабинет учителя	1

7	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования	1
---	---	---