

Мостовский район, село Беноково

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 11 имени Николая Алексеевича Свистунова села Беноково муниципального образования Мостовский район

УТВЕРЖДЕНО:

решением педагогического совета  
от 31 августа 2021 года протокол № 1  
Председатель \_\_\_\_\_ Е.В.Мухина

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по предмету «Предметно-практические действия»

Уровень образования: начальное, 1-4 класс

Количество часов: всего 17 часов, в неделю 0,5 часа

Учитель: Малкова Ольга Александровна

Программа разработана на основании Федерального государственного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждённого приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 года №1599, в соответствии с Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (Вариант 2), одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15).

## «ПРЕДМЕТНО-ПРАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ»

### Пояснительная записка.

Данная рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2).

Цель образовательно-коррекционной работы с учётом специфики учебного предмета: используя различные многообразные виды деятельности (предметная деятельность, игровая, конструирование, действия с разборными игрушками, ручной труд и т. д.) корригировать недостатки восприятия, внимания, зрительно - двигательной координации, пространственных представлений, наглядно-действенного, наглядно-образного мышления ребёнка, а также его речи и связи с практической деятельностью.

Цель обучения:

формирование целенаправленных произвольных действий с различными предметами и материалами.

Задачи:

расширение знаний о материалах и их свойствах;

формирование практических умений и навыков использования различных материалов в предметно-преобразующей деятельности.

развитие познавательных психических процессов (восприятия, памяти, воображения, мышления, речи).

развитие сенсомоторных процессов, руки, глазомера через формирование практических умений.

Направления рабочей программы:

формирование положительного отношения ребёнка к занятиям;

развитие собственной активности ребенка;

формирование устойчивой мотивации к выполнению заданий;

формирование и развитие целенаправленных действий;

развитие планирования и контроля деятельности;

развитие способности применять полученные знания для решения новых аналогичных задач.

Коррекционные задачи:

развитие тактильных ощущений кистей рук и расширение тактильного опыта;

развитие зрительного восприятия;

развитие зрительного и слухового внимания;

развитие вербальных и невербальных коммуникативных навыков;

развитие пространственных представлений;

развитие мелкой моторики, зрительно-моторной координации.

Коррекция интеллектуальных и физических недостатков с учётом возрастных особенностей ребёнка с УУО предусматривает:

коррекцию познавательной деятельности обучающегося путем систематического и целенаправленного воспитания и совершенствования у него правильного восприятия формы, строения, величины, цвета предметов, их положения в пространстве;

коррекцию ручной моторики; улучшение зрительно-двигательной координации путем использования вариативных и многократно повторяющихся действий с применением разнообразного трудового материала.

Общая характеристика предмета

Коррекционный курс "Предметно - практические действия" (ППД) — это средство, помогающее учить ребёнка, развивать его, формировать элементарные специфические манипуляции, которые со временем преобразуются в произвольные целенаправленные действия с различными предметами и материалами. На занятиях в процессе

формирования предметно-практической деятельности происходит всестороннее развитие личности обучающейся с умеренной умственной отсталостью.

Практическая деятельность в ее простых видах наиболее понятна и доступна детям. Здесь все дано в наглядном, легко воспринимаемом виде. Разнообразие видов заданий обеспечивает разностороннюю и активную работу всех анализаторов.

Основным механизмом включения обучающейся с УУО в деятельность на уроке является сотрудничество взрослого с ребёнком в различных видах деятельности: совместной (сопряженной), самостоятельной.

Развитию ППД предшествует длительный период овладения действиями с предметами (хватанием и другими манипуляциями, собственно предметными действиями), использования предметов по их функциональному назначению способом, закрепленным за ними в человеческом опыте. На занятиях ППД учебные задачи решаются в практической деятельности ребёнка. Особенностью обучения практической работе является использование безорудийного ручного труда (разрывание, обрывание, сминание, сгибание, скатывание, наматывание, связывание и т.д.). На уроках ППД происходит практическое знакомство с материалами, их свойствами и назначением, ребёнок учится их узнавать, различать и называть, усваивает доступные приёмы их обработки. Обучающаяся с УУО учится правильно пользоваться инструментами, практически осваивает правила техники безопасности при работе с ними, овладевает основами трудовой культуры. Уроки ППД способствуют формированию мотивационной готовности к трудовому обучению, развитию произвольности (формированию умений подражать действиям взрослого, действовать по показу, образцу, словесной инструкции, подчинять свои действия заданному правилу).

Курс «Предметно-практические действия» предполагает обучение ребёнка с УУО умению подражать действиям взрослого, использованию предметов как орудий в деятельности. Важно показать ребёнку, что большинство действий в быту, связанных с трудом, с удовлетворением жизненных потребностей, человек производит, используя предметы - орудия, вспомогательные средства (стул, ложка, чашка, ножницы и т. д.).

Программой предусмотрены следующие виды труда: работа с материалами (бумага, солёное тесто, пластилин, природный материал, нитки), работа с предметами.

К каждому уроку учитель обязательно должен предварительно подготовить весь необходимый дидактический материал. Все занятия необходимо сопровождать живой эмоциональной речью учителя, всемерно побуждать ребенка к активности по ходу деятельности. Учитель должен стимулировать и организовывать двигательную активность ребенка.

Учебную работу на уроках предметно-практической деятельности необходимо строить так, чтобы ранее пройденный материал постоянно включался в новые виды работ, закреплялся и вводился в самостоятельную деятельность детей на различных уроках.

Основные направления коррекционной работы:

*1. Совершенствование движений и сенсомоторного развития:*

развитие мелкой работы кисти и пальцев рук;

формирование зрительно – двигательной координации.

*2. Коррекция отдельных сторон психической деятельности:*

развитие восприятия и узнавания:

развитие зрительной памяти и внимания;

формирование представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина);

развитие пространственных представлений и ориентации.

*3. Развитие учебных умений и навыков:*

контроль за своей работой (определять правильность действий и результатов).

*4. Развитие речи.*

*5. Компенсация недоразвития эмоционально-волевой сферы (формирование адекватной реакции на неудачи, принятие помощи учителя).*

#### *6. Коррекция индивидуальных недостатков развития.*

У ребёнка с выраженной умственной отсталостью выявлены многочисленные недостатки в формировании умственной деятельности. У неё затруднено принятие и понимание задачи, их затрудняет установление связей и отношений между отдельными действиями и звеньями умственной задачи. Она не может организовать свою деятельность и не использует образец. У неё отсутствуют и с трудом формируются основные навыки и приёмы умственной деятельности: идентификация и узнавание, группировки и обобщения, сравнение, анализ, классификация, ей недоступен осознанный выбор адекватного способа действия, перенос умственного приёма и т.д. Девочка не умеет пользоваться в практической деятельности даже элементарными знаниями, имеющимися у ребёнка.

Между тем, формирование этих основных навыков и приёмов умственной деятельности у ребенка с УУО в младшем возрасте возможно именно на самом элементарном, сенсорном, предметно-практическом уровне.

Содержание обучения на уроках предметно-практической деятельности очень разнообразно, что определяется многообразием различных дефектов, свойственных глубоко умственно отсталому ребенку.

Описание места коррекционного курса «Предметно-практические действия» в учебном плане:

Курс «Предметно-практические действия» входит в образовательную область «Коррекционные занятия» варианта 2, примерной основной образовательной программы для умственно отсталых детей, как самостоятельный предмет, что подчёркивает его особое значение в системе образования детей с ОВЗ. В соответствии с учебным планом программа коррекционного курса «Предметно-практические действия» рассчитана на реализацию в течение 34 учебных недель в объёме 2 занятия в неделю (всего - 68).

Продолжительность коррекционного занятия варьируется с учётом психофизического состояния ребенка от 20 до 25 минут.

#### **КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ ОБУЧАЮЩЕЙСЯ С УУО**

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (вариант 2) результативность обучения обучающейся оценивается с учётом особенностей её психофизического развития и особых образовательных потребностей.

Основным ожидаемым результатом освоения обучающейся АООП 2 варианта является развитие жизненной компетенции, позволяющей достичь максимальной самостоятельности (в соответствии с физическими и психическими возможностями) в решении повседневных жизненных задач, включение в жизнь общества через индивидуальное поэтапное и планомерное расширение социальных контактов и жизненного опыта.

Результаты освоения коррекционного курса «Предметно-практические действия»

Личностные результаты:

Минимальный уровень:

- формирование минимального интереса к обучению, труду, предметному рукотворному миру;
- овладение элементарными навыками предметно-практической деятельности как необходимой основой для самообслуживания, коммуникации, изобразительной, бытовой и трудовой деятельности;
- минимальный опыт конструктивного взаимодействия с взрослыми и сверстниками.

Достаточный уровень:

- формирование интереса к обучению, труду, предметному рукотворному миру;
- овладение навыками предметно-практической деятельности как необходимой основой для самообслуживания, коммуникации, изобразительной, бытовой и трудовой деятельности;

- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия
- опыт конструктивного взаимодействия с взрослыми и сверстниками
- умение взаимодействовать в группе в процессе учебной, игровой, других видах доступной деятельности.
- потребность участвовать в совместной с другими деятельности, направленной на своё жизнеобеспечение, социальное развитие и помощь близким.
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- освоение на элементарном уровне простых действий с предметами и материалами
- использование в работе доступных материалов (пластилин, природный материал, бумага и картон; нитки, ткань).
- уметь фиксировать взгляд на предметно - манипулятивной деятельности педагога (с привлечением внимания голосом).
- уметь захватывать и удерживать предмет;
- уметь сминать лист бумаги;
- уметь открывать ёмкости для хранения;
- уметь разрывать полоски бумаги на кусочки;
- уметь пересыпать крупы с помощью кулака;
- уметь отбирать крупы (единичные представители круп).

Достаточный уровень:

- освоение простых действий с предметами и материалами;
- умение следовать определённому порядку (алгоритму, расписанию) при выполнении предметных действий;
- умение рассматривать различные по качеству материалы: бумага, ткань, природный материал и т.д.;
- уметь фиксировать взгляд на предметно - манипулятивной деятельности педагога;
- уметь фиксировать взгляд на статичном и движущемся предмете и объекте;
- уметь захватывать, переключать, удерживать предмет на правой и левой руке;
- уметь открывать и закрывать ёмкости для хранения;
- уметь сжимать, разглаживать, разрывать, сгибать бумагу различной фактуры, скатывать из бумаги шарики;
- рисовать на бумаге, заворачивать в бумагу предметы;
- выполнять последовательно организованные движения;
- играть с кубиками, карандашами, палочками и т.д;
- уметь разрывать полоски бумаги на кусочки с последующим наклеиванием на основу;
- уметь пересыпать крупы из одного стакана в другой, с помощью стакана, кулака;
- складывать в банку природный материал, доставать его из банки ложкой (пальцами);
- разминать пластилин двумя руками, расплющивать его на дощечке, между ладошек, разрывать пластилин на мелкие и большие части, соединять пластилин, отщипывать пластилин пальцами, раскатывать пластилин прямыми и круговыми движениями;
- играть с учителем в элементарные сюжетные игры (кукла пришла в домик, села на стул и т.д.);
- узнавать материалы на ощупь, по звуку;
- наполнять железные и пластиковые сосуды различными предметами;
- играть с конструктивными материалами.

Базовые учебные действия.

*Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся:* принимать цели и произвольно включаться в деятельность.

**Средства мониторинга и оценки динамики обучения:**

Оценка выявленных результатов обучения осуществляется в оценочных показателях, основанных на качественных критериях по итогам выполняемых практических действий путём фиксации фактической способности к выполнению действия или операции, обозначенной в качестве возможного результата личностного развития по следующей шкале:

- (-) не выполняет задание;
- (пп) выполняет задание со значительной физической помощью педагога;
- (п) выполняет задание с частичной физической помощью педагога;
- (и) выполняет задание по последовательной инструкции;
- (о) выполняет задание по образцу;
- (сш) выполняет задание самостоятельно, но допускает ошибки;
- (+) выполняет задание самостоятельно без ошибок

Основное содержание программы

**Содержание курса** состоит из следующих разделов:

1. «Действия с материалами».
2. «Действия с предметами».

**Действия с материалами:** сминать материал. Разрывать материал. Размазывать материал. Разминать материал. Пересыпать материал. Переливать материал. Наматывать материал.

**Действия с предметами:** захватывать, удерживать, отпускать предмет. Встряхивать предмет. Толкать и притягивать предмет. Вращать предмет. Нажимать на предмет (всей рукой, пальцем). Сжимать предмет (двумя руками, одной рукой, пальчиками). Тянуть предмет. Вынимать предметы. Складывать предметы. Перекладывать предметы. Вставлять предметы в отверстия. Нанизывать предметы. Открывать и закрывать предметы.

Предметно-манипулятивные действия

Выполнение простых подражательных движений за учителем по инструкции «делай вместе»: движения рук, кистей («Птички», «Кулачки-ладошки», «Молоток» и пр.).

Выполнение подражательных действий со сменой вида движения. Воспроизведение по подражанию действий с предметом («Упражнения с флажком, мячиком»).

Выполнение по показу и самостоятельно по заданию следующих действий с предметами:

- катание шариков в определенном направлении;
- бросание шариков или других мелких предметов в сосуд с узким горлышком;
- складывание предметов в коробку аккуратно, так, чтобы ее можно было закрыть крышкой;
- открывание и закрывание коробок, деревянных яиц, матрёшек;
- нанизывание предметов с отверстиями на стержень; нанизывание шаров на шнур («бусы»);

-использование в наглядных ситуациях предмета как орудия действия:

-доставание предмета, находящегося в труднодоступном месте, при помощи палки или другого предмета; пользование этими навыками в новой ситуации.

Действия с предметами разного цвета, формы, величины.

Цвет. Выбор по образцу и инструкции («Дай такой») предметов одного цвета из 7 предметов двух контрастных цветов (красные и зелёные, желтые и зелёные и т.д.).

Группировка по цвету предметов двух-трёх контрастных цветов (раскладывание в коробки, стаканы, раздача ребёнку по имеющемуся образцу).

Четыре цвета: красный, синий, жёлтый, зелёный – уметь выбрать по названию, давать предметы названного цвета. Самостоятельно правильно показывать и называть красный, жёлтый, зелёный цвета, чётко соотнося только с предметами красного, жёлтого, зелёного цвета.

Форма. Выбор по образцу и инструкции

Группировка по форме предметов двух-трёх контрастных форм (раскладывание, подбор, раздача по образцу).

Выбор по образцу и раскладывание, правильно соотнося с соответствующими формами: шарик, кубик, круг, квадрат, треугольник.

Величина. Выбор одинаковых по величине предметов из 7 предметов двух контрастных величин

Дидактические игры

«Разложи в ряд» (по цвету):

«Предметное цветное лото»: размещение цветных кубиков на розданных таблицах соответствующих цветов, с учётом расположения контуров нарисованных на таблицах квадратов.

«Разложи в ряд» (по форме, по величине):

«Поиск в окружающем»: быстро находить предмет,

«Что лишнее»: исключение «лишнего» предмета из нескольких однородных (по цвету, форме, величине).

«Чудесный мешочек»: узнавать на ощупь один из хорошо известных детям бытовых или игровых предметов

«Что убрали», «Что изменилось» - запоминать и показывать предметы, игрушки или значительные изменения в них.

Деятельность с разборными игрушками

Собирание вкладных кубиков (3 куба разных по величине). Складывание трёхместной (четырёхместной) матрёшки, осмысленное соотнесение ее.

Нанизывание колец маленькой пирамидки на стержень, подбирая их строго по убывающей величине (пирамидка из 3 или 5 колец); учить заканчивать работу до конца, не бросать ее

Элементарное конструирование

Складывание простейших фигур, изображений из счётных палочек по показу, по образцу, по шаблону.

По возможности учить строить эти фигуры по словесной инструкции.

Складывание разрезных картинок из 2-х-4-х частей, разрезанных по вертикали или горизонтали.

Подбор и выкладывание из объёмных и плоскостных форм разного цвета (не более 3-4) простейших комбинаций, учитывая не только форму, но и цвет, и величину фигур.

Постройки из детских наборов строительного материала, выполнение этих построек из одноцветных деталей

Работа с мозаикой

Применяется стандартная пластмассовая цветная мозаика из плоских шестиугольных элементов на ножках и панели с отверстиями.

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

Коррекционный курс «Предметно-практические действия» включает в себя:

- учебный стол;
- магнитная доска;
- персональный компьютер (ноутбук);
- предметы для нанизывания на стержень, шнур, нить (кольца, шары, бусины, пирамидки);
- звучащие предметы для встряхивания;
- предметы для сжимания (мячи различной фактуры, разного диаметра);
- вставления (стаканчики одинаковой величины);
- различные по форме, величине, цвету наборы материала (пуговицы, ракушки, шишки, засушенные листья);
- наборы предметов (типа «Нумикон», Монтессори-материалы и др.);
- паззлы, (из 2-х, 3-х, 4-х частей);

- мозаики;
  - пиктограммы с изображениями занятий, моментов и др. событий;
  - волшебные мешочки (наполняемость по мере изучения новой темы);
  - лото ассоциации;
  - деревянные (пластмассовые) конструкторы;
  - шнуровка: обувь, животные, природа;
  - счётные палочки, образцы для выкладывания счётных палочек;
  - обводка по точкам;
  - мягкие паззлы вкладыши (домики, животные, геометрические фигуры);
  - мягкая основа для мозаики;
  - прищепки, основы для прищепок;
  - деревянный ящик с песком, образцы рисунков для песка;
- Освоение учебного предмета «Предметно практические действия» предполагает использование разнообразного дидактического материала:
- предметов различной формы, величины, цвета;
  - изображений предметов, людей, объектов природы, цифр и др.;
  - оборудования, позволяющего выполнять упражнения на сортировку, группировку различных предметов, их соотнесения по определенным признакам;
  - игра «Рыбалка»;

Вспомогательными средствами невербальной (неречевой) коммуникации являются:

- специально подобранные предметы;
- презентации к урокам, развивающие видео занятия;
- графические / печатные изображения (тематические наборы фотографий, рисунков, а также составленные из них индивидуальные коммуникативные альбомы).

Дополнительные вспомогательные ресурсы для уроков предметно-практической деятельности: интернет ресурсы, музыкальные пальчиковые гимнастики, музыкальные – видео физминутки.

### **Тематическое планирование 1 четверть**

Действия с предметами

Захватывание, удержание, отпускание предмета (шарики, шишки, кубики, мелкие игрушки).

Встряхивание предмета, издающего звук (бутылочки с бусинками или крупой и др.)

Действия с материалами

Сминание материала (салфетки) одной, двумя руками, пальцами.

Разрывание материала (бумага, вата) двумя руками, направляя руки в разные стороны.

Размазывание материала (краска) руками (сверху вниз, слева направо, по кругу).

Пересыпание материала (крупы, песок, земля, мелкие предметы) двумя руками, с использованием инструмента (лопатка, стаканчик).

Переливание материала (вода) двумя руками с использованием инструмента (стаканчик, ложка и др.).

Разминание материала (солёное тесто, пластилин) двумя руками, одной рукой. Лепка.

### **2 четверть**

Действия с предметами

Толкание предмета от себя.

Притягивание предмета к себе.

Вынимание предметов из ёмкости. Складывание предметов в ёмкость.

Перекалывание предметов из одной ёмкости в другую.

Нажимание на предмет всей кистью (пальцем)



Сжимание предмета двумя руками, одной рукой, пальцами. Выполнение практических упражнений.

### 3 четверть

Действия с предметами

Вставления предметов в отверстия (одинаковые стаканчики, мозаика)

Нанизывание предметов с отверстиями на стержень «пирамидка». Нанизывание бусин на палку.

Нанизывание крупных бусин на шнурок, ленту.

Формирование умения открывать и закрывать предмет.

Вращение предмета. Откручивание и закручивание крышек на бутылках и банках.

Крышки от банок, бутылок, детали конструктора с болтами и гайками.

Действия с материалами

Наматывание материала.

Действия с предметами и материалами

Выполнение по показу и самостоятельно следующих действий: захват предметов в воде и раскладывание по цвету «Рыбалка».

Закапывание и откапывание предмета в крупе, песке. «Отыщи в крупе картинку», «Откопай и разложи по цвету».

Повторение изученных действий с предметами и материалами.

Предметы, материалы, игрушки

### 4 четверть

Действия с предметами и материалами

Выдувание мыльных пузырей. Надувание воздушных шаров. Вертушка.

Практический материал: мыльные пузыри, воздушные шары, вертушка.

Игра «Шнуровка»

Завязывание и развязывание узлов: «Солнечные лучики».

Действия с предметами

Складывание простейших фигур из счётных палочек с помощью шаблона, а затем самостоятельно (солнышко, школа, дом).

Счётные палочки, шаблон из счётных палочек

Складывание разрезных картинок из 2-4 частей

Действия с предметами и материалами

Дидактические игры «Чудесный мешочек», «Подбор к фону», «Разложи в ряд».

Занятие-практикум «Я умею делать сама»

### Учебно-методическое обеспечение программы

#### Литература для учителя:

1. ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
2. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2).
3. Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений под редакцией В.В. Воронковой. - Москва: «Просвещение», 2013.

#### Дополнительная литература:

1. Маллер А. Р. Обучение, воспитание и трудовая подготовка детей с глубокими нарушениями интеллекта / А. Р. Маллер, Г. В. Цикото. — М., 1988.
2. Маллер А. Р. Программы обучения глубоко умственно отсталых детей. — М., 1981. Социальное воспитание и обучение детей с отклонениями в развитии: практич. пособие / А. Р. Маллер. — М.: АРКТИ, 2000.

3. *Маллер А. Р.* Воспитание и обучение детей с тяжелой интеллектуальной недостаточностью: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А. Р. Маллер, Г. В. Цикото. — М.: Академия, 2003.
4. Обучение учащихся 1—4 классов вспомогательной школы (изобразительное искусство, физическая культура, ручной труд, пение и музыка) / под ред. В. Г. Петровой. — М., 1983.
5. Программы обучения детей с тяжёлой формой умственной отсталости. Предметно-практическая деятельность. 1—4 годы обучения. — Минск, 1998.
6. *Стребелева Е. А.* Формирование мышления у детей с отклонениями в развитии. — М., 2001.
7. Учебные программы центра коррекционно-развивающего обучения и реабилитации. 1—4 классы. — Минск: Нар. Асвета, 2007.
8. *Шинкаренко, В. А.* Формирование готовности к трудовому обучению у детей с тяжёлой формой умственной недостаточности. — Минск, 2008.

СОГЛАСОВАНО  
Протокол заседания МО  
учителей начальных  
классов № 1 от 31. 08. 2021 г.  
\_\_\_\_\_ Малкова О.А

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по УВР  
\_\_\_\_\_ Троицкая О.В.  
31. 08. 2021г .

Мостовский район, село Беноково

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 11 имени Николая Алексеевича Свистунова села Беноково муниципального образования Мостовский район

УТВЕРЖДЕНО:

решением педагогического совета  
от 31 августа 2021 года протокол № 1  
Председатель \_\_\_\_\_ Е.В.Мухина

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по предмету «Адаптивная физкультура»

Уровень образования: начальное, 1-4 класс

Количество часов: всего 17 часов, в неделю 0,5 часа

Учитель: Малкова Ольга Александровна

Программа разработана на основании Федерального государственного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждённого приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 года №1599, в соответствии с Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (Вариант 2), одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15).

## АДАПТИВНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА

### Пояснительная записка.

Данная рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2).

Одним из важнейших направлений работы с ребенком, имеющим умственную отсталость, ТМНР, является физическое развитие, которое происходит на занятиях по адаптивной физической культуре. Целью занятий по адаптивной физической культуре является повышение двигательной активности детей и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни. Основные задачи: формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков; играть в спортивные игры; укрепление и сохранение здоровья детей, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний.

В Федеральном компоненте государственного стандарта «Музыка и движение» обозначен как самостоятельный предмет, что подчёркивает его особое значение в системе образования детей с ОВЗ. В соответствии с учебным планом программа предмета «Речь и альтернативная (дополнительная) коммуникация» рассчитана на реализацию в течение 34 учебных недель в объёме 1 занятие в две недели (всего – 17ч). Продолжительность занятия варьируется с учётом психофизического состояния ребенка от 25 до 40 минут.

### 1. Планируемые результаты

1) *Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений.*

- Освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в т.ч. с использованием технических средств).
- Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.
- Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.
- Умение радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал и др.

2) *Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью.*

- Умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения, др.

3) *Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: езда на велосипеде, ходьба на лыжах, спортивные игры, туризм, плавание.*

- Интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: езда на велосипеде, ходьба на лыжах, плавание, спортивные и подвижные игры, туризм, физическая подготовка.
- Умение ездить на велосипеде, кататься на санках, ходить на лыжах, плавать, играть в подвижные игры и др.

Программа по адаптивной физической культуре включает «Коррекционные подвижные игры», «Физическая подготовка».

. Раздел «Коррекционные подвижные игры» включает элементы спортивных игр и спортивных упражнений, подвижные игры. Основными задачами являются формирование умения взаимодействовать в процессе игры, соблюдать правила игры. Раздел «Физическая подготовка» включает построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения.

В учебном плане предмет представлен с 1 по 13 год обучения. Материально-техническое оснащение учебного предмета предусматривает как обычное для спортивных залов школ оборудование и инвентарь, так и специальное адаптированное (ассистивное) оборудование для детей с различными нарушениями развития, включая тренажеры, специальные велосипеды (с ортопедическими средствами), инвентарь для подвижных и спортивных игр и др. Материально-техническое оснащение учебного предмета «Адаптивная физкультура» включает: дидактический материал: изображения (картинки, фото, пиктограммы) спортивного, туристического инвентаря; 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, футбольные, волейбольные, баскетбольные мячи, бадминтон,

## **2. Содержание предмета**

### ***Коррекционные подвижные игры.***

*Элементы спортивных игр и спортивных упражнений.* Баскетбол. Узнавание баскетбольного мяча. Передача баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Отбивание баскетбольного мяча от пола одной рукой. Ведение баскетбольного мяча по прямой (с обходом препятствия). Броски мяча в кольцо двумя руками. Волейбол. Узнавание волейбольного мяча. Поддача волейбольного мяча сверху (снизу). Прием волейбольного мяча сверху (снизу). Игра в паре без сетки (через сетку). Футбол. Узнавание футбольного мяча. Выполнение удара в ворота с места (пустые ворота, с вратарем), с 2-х шагов (пустые ворота, с вратарем), с разбега (пустые ворота, с вратарем). Прием мяча, стоя в воротах: ловля мяча руками, отбивание мяча ногой (руками). Ведение мяча. Выполнение передачи мяча партнеру. Остановка катящегося мяча ногой. Бадминтон. Узнавание (различение) инвентаря для бадминтона. Удар по волану: нижняя (верхняя) подача. Отбивание волана снизу (сверху). Игра в паре. *Подвижные игры.* Соблюдение правил игры «Стоп, хоп, раз». Соблюдение правил игры «Болото». Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете «Полоса препятствий»: бег по скамейке, прыжки через кирпичики, пролазание по туннелю, бег, передача эстафеты. Соблюдение правил игры «Пятнашки». Соблюдение правил игры «Рыбаки и рыбки». Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете «Собери пирамидку»: бег к пирамидке, надевание кольца, бег в обратную сторону, передача эстафеты. Соблюдение правил игры «Бросай-ка». Соблюдение правил игры «Быстрые санки». Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете «Строим дом».

### ***Физическая подготовка.***

*Построения и перестроения.* Принятие исходного положения для построения и перестроения: основная стойка, стойка «ноги на ширине плеч» («ноги на ширине ступни»). Построение в колонну по одному, в одну шеренгу, перестроение из шеренги в круг. Размыкание на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед. Повороты на месте в разные стороны. Ходьба в колонне по одному, по двое. Бег в колонне.

*Общеразвивающие и корригирующие упражнения.* Дыхательные упражнения: произвольный вдох (выдох) через рот (нос), произвольный вдох через нос (рот), выдох через рот (нос). Одновременное (поочередное) сгибание (разгибание) пальцев. Противопоставление первого пальца остальным на одной руке (одновременно двумя руками), пальцы одной руки пальцам другой руки поочередно (одновременно). Сгибание пальцев в кулак на одной руке с одновременным разгибанием на другой руке. Круговые движения кистью. Сгибание фаланг пальцев. Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «стоя», «сидя», «лежа» (на боку, на спине, на животе): вперед, назад, в стороны, вверх, вниз, круговые движения. Круговые движения руками в исходном

положении «руки к плечам». Движения плечами вперед (назад, вверх, вниз). Движения головой: наклоны вперед (назад, в стороны), повороты, круговые движения. Поднимание головы в положении «лежа на животе». Наклоны туловища вперед (в стороны, назад). Повороты туловища вправо (влево). Круговые движения прямыми руками вперед (назад). Наклоны туловища в сочетании с поворотами. Стояние на коленях.

Ходьба с высоким подниманием колен. Хлопки в ладони под поднятой прямой ногой. Движения стопами: поднимание, опускание, наклоны, круговые движения. Приседание. Ползание на четвереньках. Поочередные (одновременные) движения ногами: поднимание (отведение) прямых (согнутых) ног, круговые движения. Переход из положения «лежа» в положение «сидя» (из положения «сидя» в положение «лежа»). Ходьба по доске, лежащей на полу. Ходьба по гимнастической скамейке: широкой (узкой) поверхности гимнастической скамейки, ровной (наклонной) поверхности гимнастической скамейки, движущейся поверхности, с предметами (препятствиями).

Прыжки на двух ногах (с одной ноги на другую). Стойка у вертикальной плоскости в правильной осанке. Движение руками и ногами, стоя у вертикальной плоскости: отведение рук в стороны, поднимание вверх и возвращение в исходное положение, поочередное поднимание ног вперед, отведение в стороны. Отход от стены с сохранением правильной осанки.

*Ходьба и бег.* Ходьба с удержанием рук за спиной (на поясе, на голове, в стороны). Движения руками при ходьбе: взмахи, вращения, отведение рук назад, в стороны, подъем вверх. Ходьба ровным шагом, на носках, пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, приседе. Ходьба в умеренном (медленном, быстром) темпе. Ходьба с изменением темпа, направления движения. Бег в умеренном (медленном, быстром) темпе. Бег с изменением темпа и направления движения. Преодоление препятствий при ходьбе (беге). Бег с высоким подниманием бедра (захлестыванием голени, приставным шагом).

*Прыжки.* Прыжки на двух ногах на месте (с поворотами, с движениями рук), с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед (назад, вправо, влево)). Перепрыгивание с одной ноги на другую на месте, с продвижением вперед. Прыжки в длину с места, с разбега. Прыжки в высоту, глубину.

*Ползание, подлезание, лазание, перелезание.* Ползание на животе, на четвереньках. Подлезание под препятствия на животе, на четвереньках. Лазание по гимнастической стенке вверх (вниз, в стороны), по наклонной гимнастической скамейке вверх (вниз), через препятствия, по гимнастической сетке вправо (влево), по канату. Вис на канате, рейке. Перелезание через препятствия.

*Броски, ловля, метание, передача предметов и перенос груза.* Передача предметов в шеренге (по кругу, в колонне). Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку). Ловля среднего (маленького) мяча одной (двумя) руками. Бросание мяча на дальность. Сбивание предметов большим (малым) мячом. Броски (ловля) мяча в ходьбе (беге). Метание в цель (на дальность). Перенос груза.

### **3. Учебно – тематический план**

**Наименование разделов  
Кол-во часов**

Коррекционные подвижные игры

9 ч

Физическая подготовка

8ч

**Всего 17ч**

СОГЛАСОВАНО  
Протокол заседания МО  
учителей начальных  
классов № 1 от 31. 08. 2021 г.  
\_\_\_\_\_ Малкова О.А

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по УВР  
\_\_\_\_\_ Троицкая О.В.  
31. 08. 2021г .