

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области «Екатеринбургская школа № 8, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы»

РАССМОТРЕНО
на МО старших классов

Руководитель МО

Л.Л. Бабушкина
«*02*» *сентября* 2020 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УР

Ю.В. Кутилова
«*02*» *сентября* 2020 г.



Рабочая программа коррекционного курса

«Двигательное развитие»

для обучающихся 1 – 4 классов с умеренной, глубокой и тяжелой умственной отсталостью и тяжелыми множественными нарушениями развития
(вариант 2)

Составители:

Шмакова Евгения Игоревна

Силина Анастасия Евгеньевна

Смирнова Диана Георгиевна

г. Екатеринбург, 2020 г.

Пояснительная записка

Двигательная активность является естественной потребностью человека. У большинства детей с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся.

Рабочая программа по коррекционному курсу «Двигательное развитие» для обучающихся 1 - 4 классов с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью и тяжелыми множественными нарушениями развития в школе №8 составлена на основе нормативно – правовых документов и методических рекомендаций:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 N99-ФЗ, от 23.07.2013 N 203-ФЗ);

2. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

3. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа (ПРАООП) образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2);

4. Примерные основные образовательные программы, рекомендованные к использованию Министерством образования и науки Российской Федерации;

5. Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 10.07.2015 г. № 26 «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);

6. Федерального закона «Об образовании лиц с ограниченными возможностями здоровья (специальном образовании)» принят Государственной Думой 2 июня 1999 года;

7. Устав ГБОУ СО «Екатеринбургская школа № 8»;

8. Адаптированной основной образовательной программы образования обучающихся 1 – 4 классов с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью, ТМНР ГБОУ СО «Екатеринбургская школа № 8» (вариант 2);

9. Программы специальных (коррекционных) общеобразовательной школы VIII вида для 1 - 4 классов, под редакцией В.В. Воронковой, Москва, «Просвещение», 2013 год.

10. Примерная общеобразовательная программа обучения учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью / под ред. Л.Б. Баряевой.

Цель программы - работа по обогащению сенсорного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

Основные задачи:

1. мотивация двигательной активности, поддержка и развитие имеющихся движений, расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений;

2. освоение новых способов передвижения, включая передвижение с помощью технических средств реабилитации.

Психолого-педагогическая характеристика обучающихся

1 - 4 классов с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (ИН), ТМНР (вариант 2)

Дети с умеренной и тяжелой умственной отсталостью отличаются выраженным недоразвитием мыслительной деятельности, препятствующим освоению предметных учебных знаний. Дети одного возраста характеризуются разной степенью выраженности интеллектуального снижения и психофизического развития, уровень сформированности той или иной психической функции, практического навыка может быть существенно различен.

У детей с умеренной и тяжелой степенью умственной отсталости затруднено или невозможно формирование устной и письменной речи. Для них характерно ограниченное восприятие обращенной к ним речи и ее ситуативное понимание. Из-за плохого понимания обращенной к ним речи с трудом формируется соотношение слова и предмета, слова и действия.

Психофизическое недоразвитие характеризуется также нарушениями координации, точности, темпа движений, что осложняет формирование физических действий: бег, прыжки и др., а также навыков несложных трудовых действий.

Дети с тяжелой и глубокой умственной отсталостью. Значительная часть детей с тяжелой и глубокой умственной отсталостью имеют и другие нарушения, что дает основание говорить о тяжелых и множественных нарушениях развития (ТМНР), которые представляют сложное качественно новое явление с иной структурой, отличной от структуры каждой из составляющих.

Уровень психофизического развития детей с тяжелыми множественными нарушениями невозможно соотносить с какими-либо возрастными параметрами. Органическое поражение центральной нервной системы чаще всего является причиной сочетанных нарушений и выраженного недоразвития интеллекта, а также сенсорных функций, движения, поведения, коммуникации. Все эти проявления совокупно препятствуют развитию самостоятельной жизнедеятельности ребенка, как в семье, так и в обществе.

В связи с выраженными нарушениями и (или) искажениями процессов познавательной деятельности, прежде всего: восприятия, мышления, внимания, памяти и др. у обучающихся с глубокой умственной отсталостью, ТМНР возникают непреодолимые препятствия в усвоении «академического» компонента различных программ дошкольного, а тем более школьного образования.

Общая характеристика коррекционного курса

«Двигательное развитие»

Содержание коррекционного курса «двигательное развитие» охватывает весьма широкий круг вопросов: от формирования жизненно важных двигательных умений и навыков, а также навыков самостоятельных и групповых занятий, навыков по соблюдению режима дня до закаливания с целью профилактики заболеваний.

Коррекционно-развивающие занятия могут проводиться в индивидуальной и групповой формах, исходя из психофизических особенностей обучающихся с

умеренной, глубокой и тяжелой умственной отсталостью и ТМНР на основании заключения территориальной психолого-медико-педагогической комиссии и индивидуальной программы реабилитации.

В ходе работы тело ребенка фиксируется в таких позах (горизонтальных, сидячих, вертикальных), которые снижают активность патологических рефлексов, обеспечивая максимально комфортное положение ребенка в пространстве и возможность реализации движений.

Обеспечение условий для придания и поддержания правильного положения тела создает благоприятные предпосылки для обучения ребенка самостоятельным движениям, действиям с предметами, элементарным операциям самообслуживания, способствует развитию познавательных процессов.

Место коррекционного курса «Двигательное развитие» обучающихся 1-4 классов (вариант 2) в учебном плане.

Согласно учебному плану, «Екатеринбургской школы № 8, реализующей адаптированные основные общеобразовательные программы», коррекционный курс «Двигательное развитие» во 2 – 4 классах проводится 2 раза в неделю, что составляет 68 уроков в год. Занятия проводятся по подгруппам, продолжительность занятия 15 минут. В 1 классах в связи с дополнительными каникулами, коррекционный курс «Двигательное развитие» проведётся 2 раза в неделю, что составляет 66 часов в год.

№ п/п	Раздел	Классы			
		1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
1	Восприятие собственного тела	10	12	12	12
2	Развитие физических способностей	14	16	16	18
3	Общеразвивающие и корректирующие упражнения	16	18	18	18
4	Развитие функции рук	10	8	8	8
5	Подвижные игры	16	14	14	14
Итого:		66 ч.	68 ч.	68 ч.	68 ч.

Планируемые результаты освоения коррекционного курса «Двигательное развитие» обучающимися 1 – 4 классов (вариант 2)

Возможные предметные и личностные результаты коррекционного курса «Двигательное развитие» в 1 – 4 классах не оцениваются. Преобладает безотметочное обучение.

Личностные результаты	Предметные результаты
✓ формировать установки на безопасный, здоровый образ жизни.	✓ научатся воспринимать тело как единое целое, воспринимать различные части тела; ✓ научатся различать состояния: бодрость-усталость, напряжение-расслабление, больно-приятно и т.п.;

✓ формировать адекватные представления о собственных возможностях организма, посредством физической нагрузки; ✓ принять и усвоить обучающимися социальной роли ученика проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;	✓ научатся ориентироваться в пространстве; ✓ научатся демонстрировать знакомые действия в незнакомой обстановке, при усложненных условиях выполнения; ✓ научатся выполнять основные виды движений (ходьба, бег, прыжки, лазание, ползание, упражнения в равновесии); ✓ научатся играть в подвижные игры, сотрудничать со сверстниками; ✓ научатся регулировать свои действия, подчиняться правилам, строго следовать инструкции (волевая регуляция).
--	---

**Содержание коррекционного курса «двигательное развитие»
в 1 - 4 классах с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью
и ТМНР (вариант 2)**

Раздел 1: «Восприятие собственного тела»

1. Восприятие тактильных раздражителей

Восприятие нажатия, давления рукой. Восприятие прикосновений рукой. Восприятие прикосновения к частям тела ребенка материалами разной фактуры: варежкой из микрофибры, губкой, массажной перчаткой, полотенцем и другими материалами. Восприятие вибрации.

2. Восприятие вестибулярных/кинестетических раздражителей

Формирование ощущений изменений положения тела в различных позах или в процессе смены поз (в позах лежа, сидя, стоя). Развитие кинестетических и вестибулярных ощущений во время катания на роликовой доске, крутящемся диске, на фитболе.

3. Восприятие различных частей тела

Развитие представлений о расположении частей тела: голова вверх, ноги внизу, рука правая, рука левая, грудь спереди, спина сзади и других. Ориентирование в направлении движений частей тела (выполнение просьб/инструкций): «наклони голову вперед», «подними руку вверх», «поверни голову влево» и другие. Упражнения на снятие мышечных зажимов и расслабление.

Раздел 2: «Развитие физических способностей»

1. Развитие силовых способностей

Упражнения с преодолением собственного веса (или веса частей тела) при включении действия силы тяжести или при действии силы тяжести: отведение руки в положении лежа на спине, сгибание-разгибание рук, ног, лазание, преодоление препятствий и другое.

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).

2. Развитие выносливости

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). Удержание различных поз продолжительное время (удержание положения лежа на животе с опорой на предплечья в течение 3 - 5 минут, удержание позы сидя, стоя в процессе игры).

3. Упражнения на ориентировку в пространстве

Формирование представлений об окружающем пространстве (например: «Покажи, где окно, дверь, потолок»; «Где находится спортивный зал, класс?»).

Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.

4. Развитие моторной ловкости

Ползание через препятствия, вниз/вверх по наклонной плоскости, по ступенькам и т. д. Лазание по скамейке, по мягким модулям, по горке, по шведской стенке, другое. Ходьба (по ограниченной поверхности; с огибанием препятствий, приставным шагом, вверх вниз по лестнице, со сменой направления движения, остановками по сигналу, перешагивание и т. д.) Прыжки на месте на двух ногах, на одной ноге, с продвижением вперед на двух ногах, прыгивание вниз с небольшой высоты.

Раздел 3: «Общеразвивающие и корригирующие упражнения»

1. Дыхательные упражнения

Дыхательные упражнения в образном оформлении. Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки. Дыхание через нос, через рот.

2. Общеразвивающие упражнения

Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на пояс.

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).

Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение.

3. Упражнения на координацию движений

Перекрестное поднятие и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провозжать движение руки головой, взглядом. Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.

4. Упражнения на расслабление мышц

Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник). Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стой и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра).

Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол). Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев. Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

Раздел 4: «Развитие функции руки»

1. Развитие функции руки

Восприятие рукой/кистью различных материалов: прикосание к ладоням, к тыльной стороне кисти (руками взрослого, мягкой тканью, мехом, губкой и т.д.); прикосание рукой к различным частям тела. Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые».

2. Обучение функциональным действиям руками

Развитие умения целенаправленно и осознано отпускать предметы (бросать, ронять, катать, отдавать, передавать, толкать и др.). Выполнение движений плечами.

Обучение движениям, необходимым при самообслуживании (одевание, раздевание, работа с различными застежками, шнурами, замками, надевание варежки, захваты).

3. Развитие ручной умелости и мелкой моторики

Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание. Упражнения с массажными мячами. Специальные упражнения для удержания письменных принадлежностей. Упражнения на развитие координации движения руки и глаза (наизывание бус, завязывание узелков, бантиков). Игры и упражнения, направленные на развитие тактильной чувствительности ладоней.

Раздел 5: «Подвижные игры оздоровительного и развивающего характера»

Подвижные игры, направленные на развитие пространственной ориентировки.
Подвижные игры, направленные на развитие слуховой и мышечной памяти, тактильного восприятия и мышления, развития мелкой моторики.

Материально-техническое обеспечение коррекционного курса «двигательное развитие»

№ п/п	Сооружение	Расположение	оборудование
1.	Тренажерный зал	1 этаж	✓ Эллиптический тренажер – (1шт.) ✓ стенка спортивная – (3шт.) ✓ коврик гимнастический – (12шт.) ✓ скамейка гимнастическая – (2шт.) ✓ обруч гимнастический – (2шт.) ✓ палка гимнастическая (дерево) – (5шт.) ✓ мяч д/ занятий ЛФК – (5шт), мяч б/т. – (5шт.) ✓ Коврик массажный Ортодон Набор Универсал №1, 8 модулей - (1шт.) ✓ Коврик массажный Ортодон Волна жесткая 6 модулей - (1шт.) ✓ Тактильная дорожка (1 шт.) ✓ Массажные мячики с шипами (12 шт.) 5 см. – 2 шт. 6 см. – 3 шт. 8 см. – 2 шт. 9 см. – 3 шт. 12 см. – 2 шт. ✓ Мяч массажный Топо, 65 см (4 шт.) ✓ Мяч гимнастический Топо, 65 см (3 шт.), 55 см (3 шт.) ✓ Мяч гимнастический с эспандером d=65, 1000 гр, до 150кг, МИКС (4 шт.) ✓ Батут Triumph Nord Спортивный 183 см. (1 шт.) ✓ Спортивное полотно "Гусеница" (1 шт.) ✓ Игровой комплекс для двигательной активности (1 шт.) ✓ Беговая дорожка с подъемом полотна (1 шт.) ✓ Коврики гимнастические (12 шт.) ✓ Массажная роликовая доска (2 шт.) ✓ Наклонная доска (1 шт.) ✓ Педали-балансир ЛАН-561 (1 набор) ✓ Балансировочная доска (1 шт.) ✓ Полусфера (6 шт.) ✓ Гантель неопределенная DB-201 0,5 кг - 4 кг (42 шт.) ✓ Подвесная консоль для 10 фитболов с полкой для неопределенного инвентаря (1 шт.) ✓ Стойка на 15 пар гантелей односторонняя (1 шт.) ✓ Стеллаж для хранения инвентаря закрытый 1250x500x2000 (разборный) (1 шт.) ✓ Диск здоровья Тривес (4 шт.) ✓ Степ-платформа трехуровневая (6 шт.) ✓ Набор для бадминтона – (4 шт.)

2.	Спортивный зал	Отдельно стоящее здание во дворе школы - интерната	✓ лыжи – (25 шт.) ✓ палки лыжные – (50.) ✓ маты спортивные – (8 шт.) ✓ мячи баскетбольные – (15 шт.) ✓ мячи футбольные – (6 шт.) ✓ мячи волейбольные – (20 шт.) ✓ мяч набивной – (7 шт.) ✓ набор настольный теннис – (2 шт.) ✓ обруч гимнастический взросл. – (5 шт.) ✓ палки гимнастические пластик. – (15 шт.) ✓ ракетка настольный теннис – (10 шт.) ✓ сетка волейбольная – (1 шт.) ✓ сетка баскетбольная капрон – (2 шт.) ✓ щит баскетбольный – (2 шт.) ✓ стол теннисный – (1 шт.) ✓ футбол – (4 шт.) ✓ стенка гимнастическая – (5 шт.) ✓ гимнастические скамейки – (6 шт.) ✓ скалки – (15 шт.) ✓ набор для бадминтона – (6 шт.) ✓ коврик гимнастический – (4 шт.)
----	----------------	--	--