|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Государственное казенное общеобразовательное учреждение  «Волгоградская школа – интернат №2»**   |  |  |  | | --- | --- | --- | | «Согласована»  РуководительМО \_\_\_\_\_\_\_\_\_( М.О Некляева )  Принята решением педагогического совета протокол  от 29 августа 2024 г. № 1  Рассмотрена на заседании МО протокол  от «28» августа 2024г. № 1 | «Согласована»  заместитель директора \_\_\_\_\_\_\_\_ (О.Н. Персидская) | «Утверждена»  директор ГКОУ  «Волгоградская школа-интернат №2  \_\_\_\_\_\_\_\_ (А.М.Небыков) | |  |  | Введена в действие приказом  от 29 августа 2024 г. № 312 | |  | Введена в действие приказом  от 28 августа 2023 г. № 307 |

**Рабочая программа**

**по двигательному развитию**

4 «В» класс

(в соответствии с АОП НОО (вариант 8.4))

Разработал:

учитель

Рачковская А М

Сидская Л.Н

Бабайцев Л.О

Ходнев Е.М

**Пояснительная записка**

Рабочая программа по двигательному развитию для 4 класса 8.4 РАС разработана на основании нормативных документов:

* Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
* приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)";
* приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. № 1026 "Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)";
* приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 № 115 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования";
* приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 21.09.2022 N 858 "Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников";
* санитарные правила СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28;
* санитарные правила и нормы санпин 1.2.3685-21 "гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» утвержденные постановлением главного государственного санитарного врача российской федерации федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека от 28 января 2021 г.;
* адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) ГКОУ «Волгоградская школа-интернат №2», принятая решением педагогического совета № 1 от 28.08.2023г., введенная в действие приказом № 303 от 28.08.2023 г..

Рабочая программа по двигательному развитию разработана для детей ТМНР. У большинства детей с **тяжёлыми и множественными нарушениями развития(ТМНР)** имеются грубые 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.**

**Основные задачи:** 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.

**Учебно-тематический план.**

Учебный курс рассчитан на 34 часа в год, 1 урок в неделю.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Класс** | **Всего часов** | **Лёгкая атлетика** | **Гимнастика** | **Подвижные и спортивные игры** | **Оздоровительная гимнастика** |
| **4 «Г»** | **34** | **8** | **8** | **11** | **7** |

**Содержания коррекционного курса «Двигательное развитие»**

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 умеренной и тяжелой умственной отсталостью.

Содержание программного материала занятий состоит из базовых и большого количества подготовительных, подводящих и коррекционных упражнений:

***Лёгкая атлетика***

Ходьба и упражнения в равновесии

Дальнейшее развитие умения учащихся ходить в разных построениях по полу и по опорам, приподнятым над полом в быстром и медленном темпе. Закрепление умений одновременно заканчивать ходьбу. Ходьба внутри замкнутой ленты из полимерной ткани шириной 30 см, длиной 2 и 5 м по типу «Ленты-гусеницы», согласуя движения рук, ног, туловища, ритмично, меняя темп, рисунок движений. Соревновательные упражнения с использованием ходьбы в мешках, на тренажёрах.

Бег. Совершенствование навыка бега: с ускорением и замедлением; челночный бег и бег на носках; бег из стартовых позиций. Бег на месте с использованием напольных тренажёров. Бег наперегонки, на скорость (до 30 м). Развитие навыка бега на месте с использованием напольных тренажёров.

Прыжки. Прыжки боком с зажатыми между ногами мешочками с наполнителем, «блинчиками», с наполнителем; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад; вправо и влево, на месте и с продвижением вперёд. Вспрыгивание с разбега в три шага на предмет высотой до 40 см и спрыгиванию с него. Прыжки через скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу. Формирование умения прыгать через большой обруч, скакалку.

Бросание, ловля, метание. Совершенствование умений бросать и ловить мяч двумя руками (не менее 20 раз подряд), одной рукой (не менее 10 раз подряд), перебрасывать мяч в воздухе. Усложнение игр и игровых упражнений на метание мячей, летающих тарелок, мешочков с наполнителями, подушек: в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 2 м; вдаль на расстояние не менее 5-7 м. Броски, ловля, передача предметов, переноска груза.Выполнение основных движений с правильным удерживанием малого мяча, перекладыванием его из рук в руки. Броски мяча вверх и ловля его после отскока.Броски большого мяча друг другу из-за головы. Удары мяча об пол правой и левой рукой. Броски малого мяча в вертикальную цель. Броски малого мяча на дальность. Подбрасывание и ловля палки в горизонтальном положении. Поочередные перехваты вертикальной палки. Переноска различных предметов разными способами: на руках, волоком, катанием, толканием.

***Гимнастика***

Дыхательные упражнения. Совершенствование умения правильно дышать в положении лёжа, стоя, во время ходьбы и бега. Согласование дыхания с различными движениями. Формирование навыков произвольного изменения глубины и темпа дыхания в соответствии с характером движений.

Построения и перестроения. Закрепление навыков построений и перестроений. Расчёт на «первый-второй», перестроение из одной шеренги в две.

Ползание и лазание. Совершенствование навыков ползания и лазания. Лазание по гимнастической стенке, по верёвочной лестнице. Обучение лазанию по канату (на доступную высоту), захватывая его ступнями ног и руками в положении стоя.

**Гимнастика оздоровительная**. Упражнений с мячом, скакалкой, обручем, с гимнастической палкой и фитболом.

***Ритмические упражнения.*** Элементарные движения с музыкальным сопровождением в различном темпе.

***Игры.*** «Так можно, так нельзя», «Волк и овцы», «Запомни порядок», «Ворона и воробей», «У медведя во бору», «Прыжки по кочкам».

**Планируемые результаты.**

* Овладение начальными навыками адаптации в классе.
* Развитие мотивов учебной деятельности.
* Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
* Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

**Базовые учебные действия**

Программа формирования базовых учебных действий у обучающихся направлена на развитие способности у детей овладевать содержанием адаптированной основной образовательной программой общего образования для обучающихся с умственной отсталостью (вариант II).

1. **Наглядно - практические.**
2. **Формирование учебного поведения:**

- умение выполнять инструкции педагога;

- использование по назначению учебных материалов с помощью взрослого;

- умение выполнять действия по образцу и по подражанию.

1. **Формирование умения выполнять задание:**

- в течение определенного периода времени,

- от начала до конца,

- с заданными качественными параметрами.

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

-Умение следовать инструкции педагога.

**Предметные результаты**

Результаты освоения коррекционного курса двигательное развитие могут включать следующие умения:

* Развитие элементарных пространственных понятий.
* Знание частей тела человека.
* Знание элементарных видов движений.
* Умение выполнять исходные положения.
* Умение бросать, перекладывать, перекатывать.
* Умение управлять дыханием.

**Личностными результатами**  изучения курса «Двигательное развитие» является формирование следующих умений и навыков (при направляющей помощи):

- 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.

**Оценка достижений обучающихся**

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (вариант 2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

**Текущая** аттестация обучающихся включает в себя полугодовое оценивание (мониторинг) результатов освоения программы.

**Промежуточная** (годовая) аттестация представляет собой оценку результатов освоения программы и развития жизненных компетенций ребёнка по итогам учебного года (мониторинг).

**Система оценки достижений обучающихся**

В процессе обучения осуществлять мониторинг всех групп БУД, который отражает индивидуальные достижения обучающихся и позволяет делать выводы об эффективности проводимой в этом направлении работы. Для оценки сформированности каждого действия используется балловая система оценки:

**0 баллов** - действие отсутствует, обучающийся не понимает его смысла, не включается в процесс выполнения вместе с учителем;

**1 балл** - смысл действия понимает, связывает с конкретной ситуацией, выполняет действие только по прямому указанию учителя, при необходимости требуется оказание помощи;

**2 балла** - преимущественно выполняет действие по указанию учителя, в отдельных ситуациях способен выполнить его самостоятельно;

**3 балла** - способен самостоятельно выполнять действие в определенных ситуациях, нередко допускает ошибки, которые исправляет по прямому указанию учителя;

**4 балла** - способен самостоятельно применять действие, но иногда допускает ошибки, которые исправляет по замечанию учителя;

**5 баллов** - самостоятельно применяет действие в любой ситуации.

Балльная система оценки позволяет объективно оценить промежуточные и итоговые достижения каждого учащегося в овладении конкретными учебными действиями, получить общую картину сформированности учебных действий у всех учащихся, и на этой основе осуществить корректировку процесса их формирования на протяжении всего времени обучения.

Контроль предусматривает выявление индивидуальной динамики качества усвоения предмета обучающимся и не подразумевает его сравнение с другими детьми.

**Материально-техническое оснащение и учебно-методический комплекс**

**Оборудование:**  
-Спортивный зал;  
 -Коврики (для упражнений сидя и лежа);  
 - Гимнастические стенки;  
 - Мячи: маленькие и большие резиновые;  
 -Обручи;  
 -Скакалки;  
**Методическая литература для учителя:**  
1«В музыкальном ритме сказок» Н.А. Фомина.

2.«Сказочный мир движения» Н.А.Фомина,А.М. Яценко.

3.Танцевально – игровая гимнастика для детей «Са- фи – Дансе» Ж.Е.Фирилёва,.Е. Г.Сайкина.

4.Картотека подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР. Ю.А.Кириллова.

5.- «Методика занятий по лечебной физкультуре в коррекционной школе» Селезнёва Л. И., учитель ЛФК государственного специального (коррекционного) образовательного учреждения школы № 9 г. Новороссийска  
6- Аудио записи «Музыка для массажа», «Музыка для души»  
7- Программа обучения глубоко умственно отсталых детей. Составитель-НИИ дефектологии АПН СССР, 1983г.

***Информационное обеспечение образовательного процесса***

* Портал «Мой университет»/ Факультет коррекционной педагогики <http://moi-sat.ru>
* Сеть творческих учителей <http://www.it-n.ru/>

- Социальная сеть работников образования <http://nsportal.ru/site/all/sites>

* Учительский портал <http://www.uchportal.ru>

**Календарно – тематическое планирование**

1 четверть

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание программного материала | Кол-во часов | Дата | Виды работ | Примечания |
| 1 | Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет. | 1 |  | Выполнение дыхательных упражнений по подражанию, под хлопки, под счет. |  |
| 2 | Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях. | 1 |  | Слушают правила выполнения упражнений, делают упражнения  под руководством учителя. |  |
| 3 | Изменение длительности дыхания. | 1 |  | Формирование знаний о правилах техники выполнения дыхательных действий. |  |
| 4 | Дыхание при ходьбе с имитацией. | 1 |  | Разучивание  приемов дыхания при ходьбе с имитацией. |  |
| 5 | Движение руками в исходных положениях. | 1 |  | Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания к другому. |  |
| 6 | Движение предплечий и кистей рук. | 1 |  | Расширение диапазона движений и проведение  профилактики возможных нарушений. |  |
| 7 | Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменение темпа. | 1 |  | Формирование умений выполнять действия по образцу по подражанию. |  |
| 8 | Движение плечами. | 1 |  | Выполнение движения плечами по показу учителя. |  |

**Всего: 8 часов**

2 четверть

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание программного материала | Кол-во часов | Дата | Виды работ | Примечания |
| 1 | Комплекс дыхательных упражнений. | 1 |  | Выполнение  простейших дыхательных упражнений по инструкции. |  |
| 2 | Упражнения для мышц спины путем складывания. | 1 |  | Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей. |  |
| 3 | Упражнения для мышц стоп. | 1 |  | Выполнение простейших заданий по инструкции учителя. |  |
| 4 | Упражнения с мячами – ёжиками. | 1 |  | Выполнение  двигательных действий, использование их в игровой деятельности. |  |
| 5 | Упражнения с различными предметами. | 1 |  | Слушают правила выполнения упражнений, разучивают основные действия с предметами. |  |
| 6 | Ходьба по залу с изменением направления, с обходом кеглей. | 1 |  | Тренировка навыков движения вперед, назад, на ориентир. |  |
| 7 | Ходьба на носках с закрытыми глазами. | 1 |  | Слушают правила выполнения движений, делают их  под руководством учителя. |  |
| 8 | Сгибание-разгибание стопы. Перекаты с носков на пятки. | 1 |  | Выполнение упражнений по показу учителя. |  |

**Всего: 8 часов**

3 четверть

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание программного материала | Кол-во часов | Дата | Виды работ | Примечания |
| 1 | Дыхательные упражнения в образном оформлении. | 1 |  | Выполняют дыхательные упражнения в образном оформлении;  по подражанию, под хлопки, под счет. |  |
| 2 | Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях. | 1 |  | Выполнение  простейших дыхательных упражнений по инструкции. Изменение длительности дыхания. |  |
| 3 | Дыхание в ходьбе, медленном беге. | 1 |  | Слушают правила выполнения упражнений, делают упражнения  под руководством учителя. |  |
| 4 | Движение руками в исходных положениях. Движение предплечий и кистей рук. | 1 |  | Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей. |  |
| 5 | Упражнения для укрепления мышц рук. | 1 |  | Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменение темпа. |  |
| 6 | Наклоны головой. Наклоны туловищем. | 1 |  | Выполнение общих развивающих упражнений  для ног. |  |
| 7 | Сгибание стопы. Перекаты с носков на пятки. | 1 |  | Слушают правила выполнения упражнений, делают упражнения  под руководством учителя. |  |
| 8 | Подвижная игра «Запомни порядок» | 1 |  | Формирование умения оказывать посильную помощь сверстникам в процессе участия в игровой деятельности. |  |
| 9 | Приседания. Упражнения для мышц ног. | 1 |  | Выполнять катание ногами мячей. Музыкально-ритмические упражнения. |  |
| 10 | Отстукивание и отхлопывание  разного темпа. | 1 |  | Слушают правила выполнения упражнений, выполняют по команде. |  |
| 11 | Упражнения для развития координации движений. | 1 |  | Упражнения на развитие точности движений, на развитие памяти. |  |

**Всего: 11 часов**

4 четверть

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание программного материала | Кол-во часов | Дата | Виды работ | Примечания |
| 1 | Подвижная игра «Аист ходит по болоту» | 1 |  | Формирование умение радоваться  своим успехам и успехам других. |  |
| 2 | Упражнения с предметами на голове стоя у стены, в движении, под музыку. | 1 |  | Выполнение упражнений с предметами на голове (мешочек с песком, кубик и т. д) стоя у стены, в движении, под музыку. |  |
| 3 | Повторение основных положений рук, ног, туловища, головы. | 1 |  | Умение определять свое самочувствие  в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения. |  |
| 4 | Ходьба по гимнастической скамейке с различными положениями рук. | 1 |  | Ходьба по гимнастической скамейке с различными положениями рук (в стороны, за голову, на пояс, вверх, вперёд, к плечам). |  |
| 5 | Упражнения с предметами и без них. Подвижная игра «Кошка и мышки». | 1 |  | Слушают учителя, выполняют задание с помощью и по инструкции. |  |
| 6 | Повторение основных видов движений, выполнение их в различном темпе, сочетание движений туловища, рук и ног. | 1 |  | Слушают учителя, выполняют задание с помощью и по инструкции. |  |
| 7 | Ходьба, начиная с левой ноги. Ходьба с носка. Бег в медленном темпе с соблюдением строя. | 1 |  | Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости. |  |

**Всего: 7 часов.**

**Итого:34ч.**