**Государственное казенное общеобразовательное учреждение   
«Волгоградская школа – интернат №2»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| «Согласована»  Руководитель МО \_\_\_\_\_\_\_\_\_(Н.А. Бондарева)  Принята решением педагогического совета протокол  от «28» августа 2025 г. № 1  Рассмотрена на заседании МО протокол  от «26» августа 2025г.№ 1 | «Согласована»  заместитель директора \_\_\_\_\_\_\_\_ (О.Н. Персидская) | «Утверждена»  директор ГКОУ  «Волгоградская школа- интернат №2  \_\_\_\_\_\_\_\_ (А.М.Небыков) |
|  |  | Введена в действие приказом  от «28» августа 2025 г. № 312 |

**Рабочая программа**

**коррекционного курса**

**«Двигательное развитие»**

**1 «Е», «Ж» классы**

(в соответствии с АООП УО (вариант 2))

Разработала:

учитель

Сидская Людмила Николаевна

**Пояснительная записка**

Рабочая программа по адаптивной физкультуре для 1 класса 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 26.06.2025 № 495 "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 установлении предельного срока использования исключенных учебников и разработанных в комплекте с ними учебных пособий";
* 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 28.08.2023 г., введенная в действие приказом № 303 от 28.08.2023 г., с изменениями от 28.08.2024 г. приказ № 304.

Рабочая программа коррекционного курса «Двигательное развитие» для 2 класса составлена на основе адаптированной основной образовательной программы для обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) под редакцией Л. Баряевой.

**Цель рабочей программы:** создать условия для, поддержания и развития способностей к движению через целенаправленное формирование двигательных навыков.

**Основные задачи:**

-мотивация двигательной активности;

-поддержка и развитие имеющихся движении;

-расширять диапазон движений и профилактика возможных нарушений;

-Расширять диапазон произвольных движений;

-Развивать зрительно – двигательную координацию, ориентироваться в пространстве;

-привлекать учащихся к музыкальным играм;

-привлекать учащихся к танцевально-ритмическим движениям;

-развивать память, мышление, воображение, слух, чувства ритма.

-развивать двигательные качества (силы, гибкости, выносливости);

**Учебно-тематический план.**

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Упражнения на ориентировку в пространстве. | Ритмико гимнастические упражнения | Танцевальные упражнения. | Игры под музыку. |
| 1-четверть. | 2-четверть. | 3-четверть. | 4-четверть. |
| 8 | 8 | 8 | 10 |

**Всего: 34ч**

**Содержания коррекционного курса «Двигательное развитие»**

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. .

Развитие двигательных умений у обучающихся с детским церебральным параличом тесно связано с профилактикой возникновения у них патологических состояний. 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. Придание правильной позы и фиксация обеспечивается при помощи специального оборудования и вспомогательных приспособлений с соблюдением индивидуального режима. Такая работа организуется в физкультурном зале, в классе и дома в соответствии с рекомендациями врача-ортопеда и специалиста по лечебной физкультуре. 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.

**1.Упражнения на ориентировку в пространстве.** Ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову.

Ходьба с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.

Ходьба в чередовании с бегом.

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. Удержание головы в положении лежа на спине (на животе, на боку (правом, левом), в положении сидя. 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 (вертикализатор, 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).

**Ритмико гимнастические упражнения**

Упражнения на выработку осанки. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (часики). *Основные положения и движения (по подражанию).*

Упражнения для мышц шеи. Наклоны головы вперед, назад с произнесением звуков - «да, да, да». Наклоны головы в стороны с произнесением звуков «ай, яй, яй».Повороты головы в стороны с произведением звуков «нет, нет».Сгибание пальцев в кулак и разгибание. Сведение и разведение пальцев. Сгибание и разгибание кисти. Повороты кисти ладонью кверху и книзу. Расслабление кисти – «стряхнули воду». Движение рук: вперед, в стороны, вверх, вниз, на пояс, к плечам, хлопки вверху, внизу, сгибание и разгибание рук в локтевых суставах.Полуприседание на полной ступне. Сгибание и разгибание стоп (сидя на гимнастической скамейке)*Упражнения для формирования правильной осанки.*Принятие правильной осанки стоя и сидя с помощью учителя. Стойка у вертикальной плоскости с правильной осанкой до 5 сек

**3.Танцевальные упражнения** включают в себя сюжетно-ролевые элементы движений героев сказки «Волк и семеро козлят», «Мульти-пульти»танец «Разноцветные стекляшки», Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Маховые движения рук.

**4.Игры под музыку**

Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки.. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением. «Забрось мяч в корзину», «Успей встать в обруч», «Мы -весёлые ребята», «Перенеси шарик в ложке», «Кот и мыши», «Разноцветные шарики».

**Планируемые результаты** освоения обучающимися с умеренной,

тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нару-

шениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития

адаптированной основной общеобразовательной программы

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.

**Предметные результаты**

|  |  |
| --- | --- |
| Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| Сформированность следующих умений:  - Способность целенаправленно выполнять действия по инструкции педагога.  -принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; организованно строиться (быстро, точно); Сохранять правильную дистанцию в ширенге, самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя. Принимать участие в музыкальных играх.  -Способность согласовывать свои действия и движения.  - уметь выполнять действия по образцу и по подражанию: -Уметь ориентироваться в элементарных пространственных понятиях  -уметь показывать части тела человека  -Уметь выполнять исходные положения  -Уметь бросать, перекладывать, перекатывать. | Сформированность следующих умений:  - соблюдать правила по технике безопасности .  Термины: громко - тихо, характер музыки (бодрящий, весёлый, печальный), движения(быстро, медленно, ).Названия простых общеразвивающих упражнений, названия простых танцевальных шагов (лёгкий, на полупальцах, приставной, переменный, галоп, на пятках, на носочках). Названия музыкальных подвижных игр.  - строится в колонну, равняться в затылок, размыкаться на вытянутые руки вперёд;  - выполнять повороты по ориентирам - адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;  - технически правильно осуществлять двигательные действия,  - Умение управлять дыханием  - Способность опосредовать свою деятельность речью. |

**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. **Базовые учебные действия**

Формирование базовых учебных действий у обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР направлена на формирование готовности у детей к овладению содержанием АООП образования для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2) и

включает следующие задачи:

Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся:

входить и выходить из учебного помещения со звонком;

ориентироваться в пространстве зала;

иметь представление о собственном теле и собственных возможностях;

овладеть навыками коммуникации и сформировать навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками;

овладеть принятыми нормами социального взаимодействия;

принять и освоить социальную роль обучающегося;

принимать цели и произвольно включаться в деятельность;

передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения

взаимодействовать со сверстниками при выполнении ритмико гимнастических упражнений, при проведении игр под музыку, при проведении танцевальных упражнений с участием учителя;

бережно относится к инвентарю и оборудованию.

**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.  
**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.

8-Программно-методические материалы «Обучение детей с выраженным недоразвитие интеллекта» Под редакцией кандидата психологический наук, профессора - Бгажнокова И. М. Москва, 2012г

*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>
* Федеральный портал «Российское образование» http://[www.edu.ru](http://www.edu.ru)
* Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов http://[fcior.edu.ru](http://fcior.edu.ru)
* Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» <http://festival.1september>

Электронная библиотека учебников и методических материалов<http://window.edu.ru>