

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
«Школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья  
с.Малый Толкай»

«Утверждаю»:  
к использованию в образовательном процессе  
директор школы-интерната:  
\_\_\_\_\_/Самойлова Т.И./  
Приказ № 54/5 от 30. 08..2022г

«Рассмотрено»:  
На заседании МО  
Протокол № 1  
от 26.08.2022г

«Согласовано»  
зам. директора по УВР  
Станина Л.В.  
От 29. 08.2022г

«Принято»:  
решением педагогического  
совета ГБОУ с. Малый Толкай  
Протокол №1 от 29. 08..2022г

**Рабочая программа  
по предмету:  
«Двигательное развитие»» для 7с класса  
(вариант2)**

Программу составила: учитель  
Астраханова Лариса Николаевна

В основу разработки рабочей программы по предмету «Двигательное развитие» положена «Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью» - Под ред. Л. Б. Баряевой – СПб.: ЦДК проф. Л. Б. Баряевой, 2011.

с.Малый Толкай  
2022-2023 учебный год

## **Пояснительная записка.**

Рабочая программа учебного предмета «**Двигательное развитие**» разработана на основе:

1. Закон РФ от 29 декабря 2012 г. №273 — ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

2. Приказ от 19 декабря 2013 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

3. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (АООП ОО УО 2 вариант) для 5-9 классов ГБОУ школы-интерната с.Малый Толкай.

4. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.03.2021 года №115.

5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 11.02.2022 №69 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам –образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021г № 115»

6. 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 2020г. №28 .

7. Положение о рабочих программах отдельных учебных предметов (курсов), коррекционных курсов, внеурочной деятельности ГБОУ школы- интерната с.Малый Толкай . Приказ №59/16 от 30.08.2021 года

8. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью под редакцией Л. Б. Баряевой, Н. Н. Яковлевой. Санкт-Петербург ЦДК проф. Л. Б. Баряевой 2011.

9. Учебный план ГБОУ школы-интерната с.Малый Толкай на 2022-2023 учебный год.

Рабочая программа «**Двигательное развитие**» адресована обучающимся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2), 7с (сложный) класс.

Срок реализации программы 2022-2023 учебный год.

**Цель программы:** восстановление и совершенствование физических и психофизических способностей обучающихся с отклонением в развитии.

**задачи:**

- учить детей осознанно относиться к выполнению движений;
- учить осваивать модели невербального и вербального общения, необходимого в подвижных и спортивных играх и других ситуациях;
- учить навыкам правильного дыхания;
- учить ходить и бегать в строю;
- учить правильному захвату различных по величине предметов;
- учить броскам и ловле мяча;
- учить сохранению равновесия при движении по гимнастической скамейке;
- учить целенаправленным действиям под руководством учителя в подвижных играх.

**Общая характеристика учебного предмета**

В программу по двигательному развитию для обучающихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью положена система простейших физических упражнений, направленных на коррекцию дефектов физического развития и моторики, укрепление здоровья, на выработку жизненно необходимых двигательных умений и навыков.

Дети с умеренной и тяжелой умственной отсталостью имеют интеллектуальные дефекты и значительные отклонения в физическом и двигательном развитии, что сказывается на содержании и методике уроков. Замедленность протекания психических процессов обуславливают чрезвычайную медлительность образования у них двигательных навыков. Для того чтобы обучающиеся усвоили упражнения, необходимы многократные повторения, сочетающиеся с правильным показом. Необходимо подбирать такие упражнения, которые состоят из простых, элементарных движений. В работе с такими детьми нужно помнить, что словесная инструкция, даже в сочетании с показом, не всегда бывает достаточной для усвоения упражнения. Поэтому требуется непосредственная помощь учащимся в процессе воспроизведения того или иного задания.

Учитывая вышесказанное, под физическим развитием обучающихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью следует понимать даже элементарные сдвиги и изменения в двигательной деятельности, которые происходят в результате формирования элементарных двигательных представлений и связанных с ними логических операций.

Каждый урок по адаптивной физкультуре должен планироваться в соответствии с основными дидактическими требованиями:

- постепенным повышением нагрузки в упражнениях и переходом в конце урока к успокоительным упражнениям;
- чередованием различных видов упражнений, соответствующим возможностям обучающихся;
- учет индивидуальных особенностей каждого ученика;
- эмоциональность занятий;
- поощрение, похвала за малейшие успехи.

Урок целесообразно строить из 4 частей: вводной, подготовительной, основной, заключительной, которые должны быть методически связаны между собой.

**Основной формой организации учебного процесса является:**

- урок;
- урок с элементами игры;

При обучении детей с тяжёлой умственной отсталостью рекомендуется безотметочная система обучения, но мониторинг сформированности практических умений и навыков обучающихся проводится при выполнении обучающимися заданий практического характера.

### **Разделы курса.**

1.Общеразвивающие и корригирующие упражнения

#### **Описание места учебного предмета в учебном плане**

Рабочая программа по предмету «Двигательное развитие» в соответствии учебным планом ГБОУ школы-интерната на 2022/2023 учебный год рассчитана на **33 часов в год - 1 час в неделю.**

#### **Планируемые результаты освоения учебного предмета.**

##### **Личностные результаты:**

- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, бережному отношению к материальным ценностям.

##### **Предметные результаты:**

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, физического развития;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, подвижные игры).

##### **Базовые учебные действия:**

- адекватно использовать ритуалы школьного поведения;
- организовывать своё рабочее место;
- проявлять навыки ученого поведения;
- умение выполнять задания в определённое время, от начала до конца, с определёнными параметрами.

**Календарно – тематическое планирование по предмету «Двигательное развитие»  
на 2022-2023 уч.год (33 часов)**

№	Содержание программного материала	Кол-во часов	Дата проведения	Планируемый результат	Средства обучения	Деятельность обучающихся	Коррекционная работа
<b>Первое полугодие</b>							
<b>I четверть - 8 часов</b>							
<b>Общеразвивающие и корригирующие упражнения</b>							
1-2	Мониторинг	2	7.09 14.09				
3	Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет	1	21.09	Умеет выполнять различные дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет	Спорт площадка	Выполнение дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет	Развитие умения адекватно вести себя во время занятия.
4	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях	1	28.10	Выполняет грудное, брюшное и полное дыхание под руководством учителя.	Сенсорная комната	Выполнение дыхательные упражнения в исходных положениях.	Коррекция памяти через разучивание и выполнение упражнений.
5-6	Изменение длительности дыхания.	2	05.10 12.10	Имеет представления о правилах техники выполнения дыхательных действий.	Сенсорная комната	Выполнение дыхательные упражнения под руководством учителя.	Коррекция произвольного внимания через развитие умения слушать и слышать свое дыхание, наблюдая при этом за

							ощущениями тела.
7-8	Дыхание при ходьбе с имитацией.	2	19.10 26.10		Сенсорная комната	Разучивание приемов дыхания при ходьбе с имитацией.	Коррекция произвольного внимания через развитие умения слушать и слышать свое дыхание, наблюдая при этом за ощущениями тела
<b>Первое полугодие</b>							
<b>II четверть -7 часов</b>							
<b>Общеразвивающие и корригирующие упражнения</b>							
9-10	Движение руками в исходных положениях.	2	16.11 23.12	Умеет самостоятельно переходить от одного задания к другому.	Сенсорная комната	Выполняет действия по образцу по подражанию.	Формирование навыков самоконтроля
11-13	Движение предплечий и кистей рук.	3	30.11 7.12 14.12	Умеет последовательно выполнять действия.	Спортзал	Выполняет действия по образцу последовательно	Корректировать недостатки общей моторики через достижение координации дыхания, движений тела.

14-15	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа.	2	21.12 2.12	Умеет последовательно выполнять действия.	Кабинет Монтессори	Выполнение упражнений под руководством учителя.	Коррекция памяти на основе упражнений в запоминании.
-------	---	---	---------------	---	--------------------	---	--

**Второе полугодие**

**III четверть - 10 часов**

**Общеразвивающие и корригирующие упражнения**

16-18	Упражнения для развития координации движений. Ходьба по залу с изменением направления.	3	11.01 18.01 25.01	Умеет ориентироваться в пространстве	Сенсорная комната	Ходьба по залу с изменением направления, с обходом кеглей и т.д.	Совершенствование двигательной-моторной координации. Коррекция гибкости, моторики.
19-21	Упражнения для мышц стоп.	3	01.02 8.02 15.02	Может повторить упражнения за учителем.	Комната Монтессори	Выполнение простейших заданий по инструкции учителя.	Развитие зрительного восприятия. Развитие общей моторики

22-23	Упражнения с мячами – ёжиками.	2	22.03 1.03	Выполнение двигательных действий, использование их в игровой деятельности.	Спорт площадка	Выполнение упражнений под руководством учителя.	Развивать ловкость, быстроту реакции.
24-25	Упражнения с различными предметами.	2	15.03 22.03	Умеет выполнять упражнения с различными предметами.	Спорт площадка	Слушают правила выполнения упражнений, разучивают основные действия с предметами.	Формировать навыки выполнения действий по словесной инструкции педагога.

#### IV четверть - 8 часов

#### Общеразвивающие и корригирующие упражнения

26-27	Приседания. Упражнения для ног.	2	05.04 12.04	Имеет представление о	Сенсорная комната	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад. Движения стопами: поднимание, опускание, наклоны, круговые движения	Развитие общей моторики
28-29	Упражнения с мячами. Захват предметов. Передача предметов.	2	19.04 26.04	Умеет последовательно выполнять действия.	Спорт площадка	Броски мяча на дальность. Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой). Ударение по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега)	Развитие зрительного восприятия. Развитие общей моторики

30-31	Броски мячей. Перекачивание мячей. Игра «Аист ходит по болоту»	2	3.05 10.05	Может последовательно выполнять действия.	Сенсорная комната	Выполнение двигательных действий, использование их в игровой деятельности.	Развитие умения адекватно вести себя во время игры.
32-33	Подвижные игры на сохранение правильной осанки: «Море волнуется», «Совушка».	2	17.05 24.05	Выполнение двигательных действий, использование их в игровой деятельности	Спорт площадка	Слушают правила выполнения игры, выполняют по команде.	Совершенствование двигательно-моторной координации.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Адаптированной основной образовательной программы общего образования, разработанной на основе ФГОС для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2)
2. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. - Под ред. Л. Б. Баряевой – СПб.: ЦДК проф. Л. Б. Баряевой, 2011.
3. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушением в развитии /Под ред. проф. Л.В. Шапковой (Коллектив авторов) — М.: «Советский спорт», 2002. (<http://pedlib.ru/Books/6/0301/6-0301-1.shtml> )