

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

«Утверждаю»

Директор школы- интерната
Самойлова Т.И.

Приказ № 50/1 от 31.08.23г.

«Рассмотрено» на
заседании МО
Протокол № 1
от 29.08.2023 г.

«Согласовано»
Зам.директора по УВР
Станина Л.В.
от 30.08.2023г.

Принято решением
педсовета ГБОУ
с. Малый Толкай
Протокол №1
от 30.08.2023г.

Индивидуальная рабочая программа по предмету: «Двигательное развитие»

3 СИПР класс (2 вариант) для Чернова Ильи

Программу
составила учитель
Измайлова Марина Николаевна
Квалификационная категория: высшая

В основу разработки адаптированной рабочей программы по курсу «Двигательное развитие» положена: «Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью» под редакцией Л.Б. Баряевой СПб.: ЦДК проф. Л.Б.Баряева 2011г.

с. Малый Толкай

2023-2024 учебный год

1. 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 1-4 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. 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 № 28 .
6. Положение о рабочих программах отдельных учебных предметов (курсов), коррекционных курсов, внеурочной деятельности ГБОУ школы-интерната с. Малый Толкай от 30.08.21 №59/16.
7. 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 2021 г. № 115"
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 2023-2024 учебный год.

Рабочая программа «**Двигательное развитие**» адресована обучающимся с умеренной и тяжёлой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2), **3 СИПР класс**.

Срок реализации программы 2023-2024 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.

2. 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 двигательному развитию 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, мониторинг сформированности практических умений и навыков обучающихся проводится при выполнении обучающимися заданий практического характера.

Разделы курса.

1.Общеразвивающие и корригирующие упражнения

3. Описание места учебного предмета в учебном плане.

Рабочая программа по предмету «Двигательное развитие» в соответствии учебным планом ГБОУ школы-интерната на 2023/2024 учебный год рассчитана на **34 часа в год - 1 раза в неделю.**

4.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).

К концу 3 класса

Обучающиеся должны знать:

Соблюдение режима дня и ортопедического режима – главное условие правильного физического развития ребенка. Знать показатели самоконтроля (сон, аппетит, самочувствие, настроение, болевые ощущения, работоспособность). Значение самомассажа, очистительного дыхания, о физкультминутках в школе и дома, при выполнении домашнего задания.

Обучающиеся должны уметь:

Периодически контролировать правильность осанки (у зеркала, у стены, у гимнастической стенки, сидя на скамейке, с закрытыми глазами и др.) самостоятельно и под контролем взрослого; ходить с предметами на голове; выполнять комплекс у гимнастической стенки; элементы Хатха – йоги («Вытяжение», «Натянутый лук», «Складной нож», «Поза собаки», и др.); длительное время удерживать статические позы («Мост», «Складной нож», «Березка», «Поза саранчи» и др.).

Выполнять ритмическую гимнастику под музыкальное сопровождение; упражнения с гимнастической палкой.

Осуществлять самоконтроль за своим здоровьем, выполнять очистительное дыхание и элементы самомассажа.

Играть в подвижные игры – «Тише едешь – дальше будешь», «Мяч в кругу», «Ножной мяч», «Пятнашки елочкой», «Вышибалы на четвереньках» и др.

5. Содержание учебного предмета.

Название раздела	1 чет	2 чет	3 чет	4 Чет	ИТОГО:
Общеразвивающие и корректирующие упражнения	8ч	8ч	9ч	7ч	32 часа

6. Календарно – тематическое планирование по предмету «Двигательное развитие» на 2022-2023 уч.год (32часа)

№	Содержание программного материала	Кол- во часов	Дата проведения	Планируемый результат	Средства обучения	Деятельность обучающихся	Коррекционная работа
I четверть - 8 часов							
Общеразвивающие и корректирующие упражнения							
1-2	Мониторинг	2	05.09 12.09				
3	Движение руками в различных исходных положениях	1	19.09	Умеет выполнять различные движения руками	Спорт площадка	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые». Выполнение движений пальцами рук. Круговые движения кистью. Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «стоя», «сидя», «лежа» (на боку, на спине, на животе): вперед, назад, в стороны, вверх, вниз, круговые движения.	Развитие умения адекватно вести себя во время занятия.
4-5	Профилактика и коррекция навыка	2	26.09 03.10	Имеет представление о построение в	Сенсорная комната	Ходьба на коленях. Ходьба с удержанием рук на поясе (за спиной, на голове, в стороны).	Развитие умения адекватно вести

	правильной ходьбы			колонну по одному		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)	себя во время занятия.
6-7	Лазание по гимнастической стенке	2	10.10 17.10	Имеет представление лазать по гимнастической стенке	Гимнастическая стенка	Лазание по гимнастической стенке вверх (вниз, в стороны), по наклонной гимнастической скамейке вверх (вниз), по гимнастической сетке вправо (влево), по канату	Развитие координации движений.
8	Ползание на четвереньках	1	24.10	Умеет ползать на четвереньках	Сенсорная комната	Ползание на животе, на четвереньках	Умение ориентироваться в пространстве.

II четверть -8 часов

Общеразвивающие и корригирующие упражнения

9-11	Передача мяча двумя руками друг другу	3	07.11 14.11 21.11	Умеет повторять по образцу учителя.	Сенсорная комната	Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы), одной рукой (от груди, от уровня колен, из-за головы). Ловля мяча на уровне груди (на уровне колен, над головой).	Формирование навыков самоконтроля
12-14	Прыжки на двух ногах	3	28.11 05.12 12.12	Умеет последовательно выполнять действия.	Спортзал	Прыгание на двух ногах на месте (с продвижением (вперед, назад, вправо, влево)). Прыжки в длину с места	Развитие координации движений.
15-16	Ходьба по гимнастической скамейке	2	19.12 26.12	Умеет сохранять равновесие	Спорт площадка	Ходьба по доске, лежащей на полу. Ходьба по гимнастической скамейке: широкой (узкой) поверхности гимнастической	Развитие координации движений.

						скамейки, ровной (наклонной) поверхности гимнастической скамейки, движущейся поверхности, через препятствия	
III четверть - 11 часов							
Общеразвивающие и корригирующие упражнения							
17-19	Бег между мягкими модулями	3	09.01 16.01 23.01	Умеет ориентироваться в пространстве	Сенсорная комната	Преодоление препятствий при ходьбе (беге): перешагивание, перепрыгивание, подлезание, перелезание, обход (оббегание)	Развивать ловкость, быстроту реакции.
20-22	«Кольцеброс»	3	30.01 06.02 13.02	Может метать в цель	Комната Монтессори	Метание в цель	Развитие зрительного восприятия. Развитие общей моторики
23-24	Бег	2	20.02 27.02	Может бегать с изменением темпа	Спорт площадка	Бег в умеренном (медленном, быстром) темпе. Бег с изменением темпа, направления движения	Развивать ловкость, быстроту реакции.
25-27	Ходьба с изменением темпа	3	05.03 12.03 19.03	Может ходить с изменением темпа	Спорт площадка	Ходьба в умеренном (медленном, быстром) темпе. Ходьба с изменением темпа (направления движения)	Развитие координации движений.
IV четверть - 7 часов							
Общеразвивающие и корригирующие упражнения							
28-30	Упражнения для ног	3	02.04 09.04 16.04	Имеет представление о движениях	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
31-32	Упражнения с мячами	2	23.04 07.05	Умеет последовательно	Спорт площадка	Броски мяча на дальность. Отбивание мяча от пола двумя	Развитие зрительного

				выполнять действия.		руками (одной рукой). Ударение по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега)	восприятия. Развитие общей моторики
33	Различные движения руками в различных исходных положениях	1	14.05	Может последовательно выполнять действия.	Сенсорная комната	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые». Выполнение движений пальцами рук. Круговые движения кистью. Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «стоя», «сидя», «лежа» (на боку, на спине, на животе): вперед, назад, в стороны, вверх, вниз, круговые движения.	Развитие умения адекватно вести себя во время занятия.
34	Прыжки	1	21.05	Умеет последовательно выполнять действия.	Спорт площадка	Прыгание на двух ногах на месте (с продвижением (вперед, назад, вправо, влево)). Прыжки в длину с места	Развитие координации движений.

7. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса.

1. шведская стенка;
2. ковровое покрытие;
3. настольный теннис;
4. скамейки гимнастические длиной 2,5 м;
5. мячи резиновые разных диаметров;
6. мячи мягкие набивные;
7. кегли;
8. обручи;
9. скакалки разной длины;
10. флажки, ленты;
11. мешочки с песком;
12. музыкальное сопровождение.

Технологии обучения.

В условиях реализации программы актуальными становятся технологии:

1) Информационно-коммуникационная технология. Применение ИКТ способствует достижению основной цели модернизации образования – улучшению качества обучения, обеспечению гармоничного развития личности, ориентирующейся в информационном пространстве, приобщенной к информационно-коммуникационным возможностям современных технологий и обладающей информационной культурой, а также представить имеющийся опыт и выявить его результативность.

2) Игровые технологии – направленные на воссоздание и усвоение общественного опыта, в котором складывается и совершенствуется самоуправление поведением

3) Технология развивающего обучения – взаимодействие педагога и учащихся на основе коллективно-распределительной деятельности, поиске различных способов решения учебных задач посредством организации учебного диалога в исследовательской и поисковой деятельности обучающихся.

4) Здоровьесберегающие технологии. Обеспечение школьнику возможности сохранения здоровья за период обучения в школе, формирование у него необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни и применение полученных знаний в повседневной жизни.

8. Приложения к программе.

Учебно-методический комплекс:

- Программы специальной (коррекционной) школы по лечебной физкультуре для детей с нарушением интеллекта, 1 – 4 классы» - г. С.-Петербург, «Образование»
- Физическая культура в специальном образовании. А.А. Дмитриев, Москва. Академия.
- Физическая культура в специальном образовании. Е.С. Черник, Москва. Просвещение.
- Программа обучения глубоко умственно отсталых детей. Составитель-НИИ дефектологии АПН СССР, 1983.
- Программно-методические материалы «Обучение детей с выраженным недоразвитие интеллекта» Под редакцией кандидата психологических наук, профессора - Бгажнокова И. М. Москва, 2012.
- Программы специальных общеобразовательных школ для умственно отсталых детей (вспомогательная школа). Составитель-Госкомитет СССР по народному образованию, 1990.

- Системная коррекция последствий сколиоза у детей и подростков средствами адаптивной физической культуры: Программно-методический комплекс. Н.А. Потапова, Л.М. Кротова, Р.Р. Гатиатулин. - Москва, Издательство НЦ ЭНАС, 2006.
- Сборник программ по физической культуре для образовательных организаций, реализующих адаптивные образовательные программы для детей с ограниченными возможностями здоровья (для учащихся с легкой и умеренной умственной отсталостью). – СПб.: Владос Северо-Запад, 2013.
- Адаптированной основной образовательной программы общего образования, разработанной на основе ФГОС для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2)
- Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. - Под ред. Л. Б. Баряевой – СПб.: ЦДК проф. Л. Б. Баряевой, 2011.
- 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>)