

Кировское областное государственное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья г. Кирово-Чепецка»

Рассмотрено на заседании
методического совета
КОГОБУ ШОВЗ
г. Кирово-Чепецка
от «26» 08 2021 г.

«УТВЕРЖДЕНО»
Приказом по школе № 99
от «01» 09 2021 г.
Директор КОГОБУ ШОВЗ
г. Кирово-Чепецка
_____ М.Л.Шулятьева

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА
«ДВИГАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ»**

(1 дополнительный, 1-4 классы)

НА 2021-2022 УЧ.Г.

Автор-составитель:
И.А. Городилова,
А.В. Сайтова,
И.В. Питиримова
Н.В. Овсянникова,
О.П. Березина,
Н.В. Акаева

Кирово-Чепецк
2021

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа по коррекционному курсу «Двигательное развитие» разработана на основе следующих документов:

1. Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012г. N273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".
2. Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Утвержден приказом министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 года №1599).
3. Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2).
4. Программой воспитания КОГОБУ ШОВЗ г. Кирово-Чепецка на 2021-2022 уч год, составленной на основе Примерной программы воспитания (утверждена на заседании Федерального учебно-методического объединения по общему образованию в июне 2020 года)

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.

Цель обучения - обогащение сенсомоторного опыта, поддержание и развитие способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

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.
- формирование функциональных двигательных навыков;
- развитие функции руки, в том числе мелкой моторики;
- формирование ориентировки в пространстве;
- обогащение сенсомоторного опыта.

2. Общая характеристика учебного предмета

Целенаправленное развитие движений осуществляется на специально организованных занятиях, которые проводятся инструкторами лечебной физкультуры и/или учителями адаптивной физкультуры.

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,

3. Место коррекционного курса в учебном плане

В учебном плане коррекционный курс представлен в части, формируемой участниками образовательных отношений. В учебном плане курс представлен с 1 дополнительного по 13 год обучения.

Место коррекционного курса в учебном плане для первой ступени обучения (1(дополнительный) – 4 классы) в соответствии с годовым учебным планом образования обучающихся с умеренной, тяжёлой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (2 вариант) предоставлено в следующей таблице:

Класс	Количество учебных недель	Количество часов в неделю	Количество часов в год
1 (дополнительный)	33 учебные недели	2 часа	66 часов
1 класс	33 учебные недели	2 часа	66 часа
2 класс	34 учебные недели	2 часа	68 часа
3 класс	34 учебные недели	2 часа	68 часа
4 класс	34 учебные недели	2 часа	68 часа
			Всего: 336 часов

4. Возможные (примерные) личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

Ожидаемые личностные результаты

- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками
- формирование умения выполнять задание в течение определённого периода времени;
- формирование умения выполнять действия по образцу и подражанию;
- умение радоваться успехам

Возможные предметные результаты

- восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений
- освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: лежать, сидеть, стоять, передвигаться / с использованием технических средств.
- освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.

5. Примерное содержание коррекционных занятий

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). 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.

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).

6. Тематическое планирование (1 дополнительный, 1-4 классы)

№ п/п	Раздел	Виды деятельности
1.	«Лежачий» основной двигательный режим	<p>Упражнения в положении лежа на спине.</p> <p>Упражнения в положении лежа на животе.</p> <p>Упражнения в положении лежа на боку.</p> <p>Перевороты со спины на живот и наоборот.</p> <p>Повороты и развороты в положении лежа (на спине, на животе).</p> <p>То же самое, но манипулируя с различными предметами.</p> <p>Игры в лежачих положениях (на спине, на животе, на боку).</p>
2.	Ползательный основной двигательный режим	<p>Передвижение на спине.</p> <p>Передвижение на животе.</p> <p>Ползание по-пластунски.</p> <p>Упражнения на низких четвереньках на месте.</p> <p>Упражнения на средних четвереньках на месте.</p> <p>Упражнения на высоких четвереньках на месте.</p> <p>Ползание на низких четвереньках.</p> <p>Ползание на средних четвереньках.</p> <p>Ползание на высоких четвереньках.</p> <p>Бег на высоких четвереньках (по возможности).</p> <p>Упражнения на задних низких четвереньках на месте.</p> <p>Упражнения на задних средних четвереньках на месте.</p> <p>Ползание на задних низких четвереньках.</p> <p>Ползание на задних средних четвереньках.</p> <p>То же самое, но манипулируя с различными предметами.</p> <p>Игры с элементами ползания.</p>
3.	«Сидячий» основной двигательный режим	<p>Упражнения по пассивному высаживанию ребенка.</p> <p>Упражнения для развития статического</p>

		<p>равновесия в положении сидя.</p> <p>Упражнения для самостоятельного принятия положения сидя из положения лежа или на четвереньках.</p> <p>Упражнения в передвижении в положении сидя (на ягодицах, на корточках).</p> <p>Упражнения для развития динамического равновесия при передвижении в положении сидя.</p> <p>Все то же самое, но манипулируя с различными предметами.</p> <p>Педалирование на стационарном велостанке.</p> <p>Педалирование на четырехколесном детском автомобиле.</p> <p>Педалирование на трехколесном велосипеде.</p> <p>Педалирование на двухколесном велосипеде.</p> <p>Все то же самое, но манипулируя с различными предметами.</p> <p>Игры в положении сидя</p>
4	Стоячий основной двигательный режим	<p>Упражнения в положении на низких коленях.</p> <p>Упражнения с вставанием на средние и высокие колени.</p> <p>Упражнения для развития статического равновесия в положении стоя на высоких коленях.</p> <p>Упражнения в передвижении на средних или высоких коленях.</p> <p>Упражнения в положении прямостояния.</p> <p>Упражнения для развития статического равновесия в положении стоя.</p> <p>Упражнения для формирования элементарных шаговых движений на месте.</p> <p>Все то же самое, но манипулируя с различными предметами руками и ногами.</p> <p>Игры в положении стоя.</p>
5	Ходьбовый основной двигательный режим	<p>Упражнения для формирования шаговых движений у опоры (держась за опору).</p> <p>Упражнения для формирования самостоятельных шаговых действий (без ручной опоры).</p> <p>Упражнения в ходьбе по прямолинейной траектории.</p> <p>Упражнения в ходьбе по криволинейной траектории.</p> <p>Упражнения в ходьбе с переступанием через незначительные препятствия (гимнастическую палку, обруч, тонкий канат и др.).</p> <p>Упражнения в ходьбе по относительно сложной траектории (по кругу в обе стороны, по «восьмерке», зигзагом, противоходом и т.д.).</p> <p>Упражнения в ходьбе с преодолением более сложных горизонтальных препятствий (жерди, деревянного «кирпичика», кубиков и т.д.).</p>

		<p>Упражнения в ходьбе с преодолением относительно сложных вертикальных препятствий (гимнастической скамейки, деревянного куба, поручня и т.д.).</p> <p>Упражнения в ходьбе по нетипичной опорной поверхности (сетке, которая положена на пол; по песку, траве, снегу, мелководью и т.д.).</p> <p>Упражнения в ходьбе по наклонной поверхности вверх.</p> <p>Упражнения в ходьбе по наклонной поверхности вниз.</p> <p>Упражнения в ходьбе по ступенькам в гору и с горы.</p> <p>Упражнения в ходьбе в ограниченном пространстве (по коридору, по условному «лабиринту», под ветвями деревьев, в условном «тоннеле» и т. п.).</p> <p>Упражнения в кросс-ходьбе (с преодолением естественных препятствий на открытой местности: по поляне, по оврагу, в лесу или парке).</p> <p>Упражнения в ходьбе по шатающейся поверхности (тренажеров).</p> <p>Упражнения в ходьбе по повышенной и ограниченной опоре (скамье, горизонтальному бревну, лежащим автомобильным покрывалам и др.).</p> <p>Упражнения в ходьбе с переносом мелких предметов (мячей, кеглей, кубиков и др.).</p> <p>Упражнения в ходьбе с переносом относительно крупных предметов (обручей, мячей, различных модулей).</p> <p>Упражнения в ходьбе с групповым переносом относительно длинных предметов (каната, шеста, веревочной лестницы и др.).</p> <p>Упражнения в ходьбе с элементами перелезания через стационарные вертикальные препятствия (барьер, невысокую лестницу, гимнастическую конструкцию и др.).</p> <p>Упражнения в ходьбе в шеренге парами, тройками или четверками.</p> <p>Упражнения в ходьбе в колонну по одному, взявшись за руки.</p> <p>Упражнения в групповой ходьбе в ограниченном пространстве зала или площадки.</p> <p>Упражнения в ходьбе навстречу друг другу.</p> <p>Ходьба без зрительного контроля (с закрытыми глазами) с соблюдением мер безопасности.</p> <p>Упражнения в ходьбе в сочетании с ручными и ножными предметно-манипулятивными действиями (набиванием мяча о пол, передвижением тележки, ведением мяча ногой и</p>
--	--	--

		др.). Игры с элементами ходьбы.
--	--	------------------------------------

7. Материально-техническое обеспечение:

- технические средства реабилитации (кресла-коляски, ходунки, вертикализаторы);
- средства для фиксации ног, груди, таза;
- мягкие формы и приспособления для придания положения лежа, сидя, стоя;
- ограничители; автомобильные кресла;

гимнастические мячи различного диаметра, гимнастические палки, гимнастические обручи, кольца, веревки длиной 0,5-1 м, гантели цельные резиновые или пластмассовые насыпные, вращающиеся диски, теннисные мячи, теннисные шарики, наборы кеглей, надувные пляжные мячи, мячи резиновые среднего размера (стандартные)

гамак, тележки, коврики, набивные мячи, набивные поролоновые модули различной формы и размера

- доски рельефные различных видов для коррекции нарушений стопы (обычная, «ребристая», «елочкой», «сферическая», «желобом», «двухскатная» и другие)

Стационарное крупногабаритное физкультурное оборудование

- специальный велосипед, тренажеры («Пони», «Мотомед» и др.), подъемники и др.
- шведские лестницы
- поролоновые гимнастические маты
- набивные поролоновые модули различной формы и размера
- ковровое покрытие (ковролин или аналогичное покрытие)
- гимнастические скамейки (длинные и укороченные)
- перекладины

Список литературы по коррекционному курсу:

1. Детский церебральный паралич / В.А.Бронников, А.В. Одинцова, Н.А.Абрамова, А.А.Наумов, О.К.Малышева. – Пермь: Здравствуй, 2000. -256 с. (В семье больной ребенок)
2. Методика учебно-воспитательной работы в центре коррекционно-развивающего обучения и реабилитации: Учеб.-метод.пособие / М. Вентланд, С.Е. Гайдукевич, Т.В. Горудко и др.; Науч. Ред. С.Е. Гайдукевич. – Мн.: БГПУ, 2009. – 276 с., ил.
3. Миненкова, И.Н. Использование метода базальной стимуляции в коррекционно-педагогической работе с детьми с тяжёлыми и (или) множественными нарушениями психофизического развития / И.Н. Миненкова // Обучение и воспитание детей в условиях центра коррекционно-развивающего обучения и реабилитации: учеб.-метод. Пособие / С.Е. Гайдукевич и др.; науч. Ред. С.Е. Гайдукевич. – Мн: УО «БГПУ им. М. Танка», 2007. – С. 69–74.
4. Физическая реабилитация детей с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата / Под ред. Н. А. Гросс. – М.: Советский спорт, 2000. – 224 с.; ил.
5. Шапкова Л.В. Средства адаптивной физической культуры: Методические рекомендации по физкультурно-оздоровительным и развивающим занятиям детей с отклонениями в интеллектуальном развитии / Под ред. Проф. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт,
6. Ефименко Н.Н., к.п.н. - Программа «Адаптивное физическое воспитание и оздоровление», Киев 2012 год.