Подписан:
Нархова Елена
Александровна
Основание: Я
являюсь
автором этого
документа
Дата: 2025.08.29
11:14:39+03'00'

Приложение к АООП образования
обучающихся с нарушением интеллекта,
тяжелыми множественными нарушениями
развития (вариант 2)

Министерство образования Ростовской области
государственное казенное общеобразовательное учреждение Ростовской области
«Шахтинская специальная школа-интернат №16»

346504 г. Шахты
Ростовская область,
пер. Тюменский,72

Тел. 8 (8636) 22-59-39; 22-61-47
Факс: 8 (8636) 22-59-39
E-mail: ski_shahti_16@rostobr.ru

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «ДВИГАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ»

ПРЕДМЕТНАЯ ОБЛАСТЬ «ВНЕУРОЧНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ»

АДАПТИРОВАННАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ОБРАЗОВАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С НАРУШЕНИЕМ ИНТЕЛЛЕКТА, ТЯЖЕЛЫМИ МНОЖЕСТВЕННЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ (ВАРИАНТ 2)

1 дополнительный класс

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа коррекционного курса «Двигательное развити» для обучающихся 1 класса составлена на основе Федеральной адаптированной основной образовательной программы обучающихся с нарушением интеллекта, (далее ФАООП НИ вариант 2), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026.9

ФАООП НИ (вариант 2) предполагает работу с ТМНР по варианту АООП НИ (вариант 2) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Рабочая программа коррекционного курса «Двигательное развитие» разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с нарушением интеллекта (далее ФГОС НИ) и федеральной адаптированной основной общеобразовательной программе образования обучающихся с нарушением интеллекта (далее ФАООП), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026. ФАООП НИ (вариант 2) и адресована обучающимся с нарушением интеллекта, тяжелыми множественными нарушениями развития (ТМНР).

Коррекционные занятия «Двигательное развитие» у обучающихся с нарушением интеллекта, ТМНР относятся к внеурочной части учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа коррекционных занятий «Двигательное развитие» рассчитана на 33 учебных недели и составляет 33 часа в год (1 час в неделю), продолжительность занятий 30-40 минут. Занятия проводятся с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся. Количество часов на каждый раздел программы определяется с учетом индивидуальных возможностей ребенка на основании личностно - ориентированного подхода.

Обучающийся с ТМНР, интеллектуальное развитие которого не позволяет освоить АООП НИ (вариант 1), либо он испытывает существенные трудности в ее освоении, получает образование по АООП НИ (вариант 2), на основе которой образовательная организация разрабатывает специальную индивидуальную программу развития (далее - СИПР), учитывающую индивидуальные образовательные потребности обучающегося с умственной отсталостью.

Одним из важнейших направлений работы с ребенком, имеющим нарушение интеллекта, ТМНР, является физическое развитие, которое происходит на занятиях по двигательному развитию.

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. Дети с ТМНР отличаются не только крайне замедленным темпом психомоторного развития, но и явными нарушениями физического статуса. Степень тяжести этих нарушений усугубляется общим недоразвитием двигательного опыта, бедной организацией произвольных движений, скованностью и напряженностью мышечного тонуса. У многих детей отмечаются нарушения осанки, сколиоз, деформации костно-мышечной системы, изменения формы стопы, контрактуры конечностей. Развитие двигательных умений у обучающихся с нарушениями ОДА тесно связано с профилактикой возникновения у них патологических состояний.

Выраженные нарушения сенсорно-перцептивных процессов, преобладающие в структуре нарушений при тяжёлой и глубокой умственно отсталости, усугубляют восприятие ребенком собственного тела, что дополнительно затрудняет произвольное овладение движениями и их синхронизацию.

Цель - обогащение сенсомоторного опыта, поддержание и развитие способности к движению через целенаправленное обучение и тренировку функциональных двигательных навыков.

Задачи:

- мотивация двигательной активности;
- поддержание жизненно важных функций организма (дыхание, работа сердечно-сосудистой системы, мышечной и других физиологических систем);
- улучшение качества имеющихся движений, предупреждение их нарушений;
- стимуляция появления новых движений;
- обучение переходу из одной позы в другую;
- освоение новых способов передвижения;

- развитие и закрепление функционально важных навыков необходимых для использования в повседневной жизни;
- развитие моторной ловкости;
- развитие функции руки, в том числе мелкой моторики;
- формирование ориентировки в пространстве.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Содержание учебного предмета «Двигательное развитие» в 1 дополнительном классе представлено следующими разделами:

- коррекционные подвижные игры;
- физическая подготовка".

Раздел «Коррекционные подвижные игры».

Подвижные игры. Соблюдение правил игры «Стоп, хоп, раз». Соблюдение правил игры «Болото». Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете «Полоса препятствий», бег по скамейке, прыжки через кирпичики, пролезание по туннелю, бег, передача эстафеты. Соблюдение правил игры «Пятнашки». Соблюдение правил игры «Рыбаки и рыбки». Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете «Собери пирамидку»: бег к пирамидке, надевание кольца, бег в обратную сторону, передача эстафеты. Соблюдение правил игры «Бросай-ка». Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете "Строим дом".

Раздел «Физическая подготовка».

Построения и перестроения. Принятие исходного положения для построения и перестроения: основная стойка, стойка «ноги на ширине плеч» (ноги на ширине ступни). Построение в колонну по одному, в одну шеренгу, перестроение из шеренги в круг. Размыкание на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед. Повороты на месте в разные стороны. Ходьба в колонне по одному, по двое. Бег в колонне.

Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Дыхательные упражнения: произвольный вдох (выдох) через рот (нос), произвольный вдох через нос (рот), выдох через рот (нос). Одновременное (поочередное) сгибание (разгибание) пальцев. Противопоставление первого пальца остальным на одной руке (одновременно двумя руками), пальцы одной руки пальцам другой руки поочередно (одновременно). Сгибание пальцев в кулак на одной руке с одновременным разгибанием на другой руке. Круговые движения кистью. Сгибание фаланг пальцев. Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях стоя, сидя, лежа (на боку, на спине, на животе): вперед, назад, в стороны, вверх, вниз, круговые движения. Круговые движения руками в исходном положении «руки к плечам». Движения плечами вперед (назад, вверх, вниз). Движения головой: наклоны вперед (назад, в стороны), повороты, круговые движения. Поднимание головы в положении «лежа на животе». Наклоны туловища вперед (в стороны, назад). Повороты туловища вправо (влево). Круговые движения прямыми руками вперед (назад). Наклоны туловища в сочетании с поворотами. Стояние на коленях.

Ходьба с высоким подниманием колен. Хлопки в ладони под поднятой прямой ногой. Движения стопами: поднимание, опускание, наклоны, круговые движения. Приседание. Ползание на четвереньках. Поочередные (одновременные) движения ногами: поднимание (отведение) прямых (согнутых) ног, круговые движения. Переход из положения лежа в положение сидя (из положения сидя в положение лежа). Ходьба по доске, лежащей на полу. Ходьба по гимнастической скамейке: широкой (узкой) поверхности гимнастической скамейки, ровной (наклонной) поверхности гимнастической скамейки, движущейся поверхности, с предметами (препятствиями).

Прыжки на двух ногах (с одной ноги на другую). Стойка у вертикальной плоскости в правильной осанке. Движение руками и ногами, стоя у вертикальной плоскости: отведение рук в стороны, поднимание вверх и возвращение в исходное положение, поочередное поднимание ног вперед, отведение в стороны. Отход от стены с сохранением правильной осанки.

Ходьба и бег. Ходьба с удержанием рук за спиной (на поясе, на голове, в стороны). Движения руками при ходьбе: взмахи, вращения, отведение рук назад, в стороны, подъем вверх. Ходьба ровным шагом, на носках, пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, приседе. Ходьба в умеренном (медленном, быстром) темпе. Ходьба с изменением темпа, направления движения. Бег в умеренном (медленном, быстром) темпе. Бег с

изменением темпа и направления движения. Преодоление препятствий при ходьбе (беге). Бег с высоким подниманием бедра (захлестыванием голени, приставным шагом).

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте (с поворотами, с движениями рук), с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед (назад, вправо, влево). Перепрыгивание с одной ноги на другую на месте, с продвижением вперед. Прыжки в длину с места, с разбега. Прыжки в высоту, глубину.

Ползание, подлезание, лазание, перелезание. Ползание на животе, на четвереньках. Подлезание под препятствия на животе, на четвереньках. Лазание по гимнастической стенке вверх (вниз, в стороны), по наклонной гимнастической скамейке вверх (вниз), через препятствия, по гимнастической сетке вправо (влево), по канату. Вис на канате, рейке. Перелезание через препятствия.

Броски, ловля, метание, передача предметов и перенос груза. Передача предметов в шеренге (по кругу, в колонне). Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку). Ловля среднего (маленького) мяча одной (двумя) руками. Бросание мяча на дальность. Сбивание предметов большим (малым) мячом. Броски (ловля) мяча в ходьбе (беге). Метание в цель (на дальность). Перенос груза.

Материально-техническое оснащение учебного предмета предусматривает как обычное для спортивных залов школ оборудование и инвентарь, так и специальное адаптированное оборудование для обучающихся с различными нарушениями развития, включая тренажеры, специальные велосипеды (с ортопедическими средствами), инвентарь для подвижных и спортивных игр.

Материально- техническое оснащение учебного предмета «Двигательное развитие» включает:

1. Дидактический материал:

- изображения (картинки, фото, пиктограммы) туристического инвентаря;
- альбомы с демонстрационным материалом в соответствии с темами занятий;

2. Спортивный инвентарь:

- маты, батуты;
- гимнастические мячи разного диаметра;
- гимнастические скамейки, гимнастические лестницы;
- обручи, кегли, мягкие модули различных форм;
- гимнастические коврики, корзины;
- футбольные, волейбольные, баскетбольные мячи;
- бадминтон.

Предметные результаты освоения учебного предмета «Двигательное развитие».

Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений:

- освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться;
- освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей;
- совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости;
- умение радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал.

Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью:

- умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения.

Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: спортивные игры:

- интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: спортивные и подвижные игры, физическая подготовка;
- умение играть в подвижные игры.

III. Тематическое планирование

№	Тема урока	Кол-во часов	Основные виды деятельности
1.	Дыхательные упражнения в образном оформлении.	1	Выполнение имитационных упражнений. Слушание инструкции учителя и выполнение упражнений по показу учителя
2.	Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, подсчет.	1	Выполнение упражнений по показу учителя.
3.	Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях.	1	Слушание инструкции учителя и выполнение упражнений по показу учителя.
4.	Изменение длительности дыхания.	1	Соблюдений правил выполнения упражнений.
5.	Дыхание при ходьбе с имитацией.	1	Выполнять правильно имитационные упражнения.
6.	Ловля мяча с отскоком от пола.	1	Выполнение имитационных упражнений. Слушание инструкции учителя и выполнение упражнений по показу учителя
7.	Преодоление малых препятствий.	1	Выполнение упражнений по показу учителя.
8.	Движение руками в исходных положениях.	1	Выполнение двигательных действий, использование их в игровой деятельности.
9.	Движение предплечий и кистей рук.	1	Выполнение упражнений.
10.	Сгибание пальцев в кулаки разгибание с изменение темпа.	1	Выполнение движений пальцами рук: сгибание (разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак) разгибание.
11.	Движение плечами.	1	Выполнение движений плечами вперед-назад, вверх-вниз (двумя одновременно, по одному правым, левым).
12.	Наклоны головой.	1	Выполнение движений головой: наклоны вправо, влево, dперед в положении лежа на спине, на животе, стоя, сидя
13.	Наклоны туловищем.	1	Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.
14.	Сгибание стопы.	1	Слушание инструкции учителя и выполнение упражнений по показу учителя.
15.	Построение в обозначенном месте (в кругах, в квадратах).	1	Выполнение построений в обозначенном месте по команде
16.	Упражнения на равновесие.	1	Выполнение упражнений по образцу, по команде.
17.	Упражнения для укрепления мышц туловища	1	Слушание инструкции учителя и выполнение упражнений по показу учителя.
18.	Движение руками в исходных положениях	1	Выполнение двигательных действий, использование их в игровой деятельности.
19.	Движение предплечий и кистей рук.	1	Выполнение упражнений.
20.	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменение темпа.	1	Выполнение движений пальцами рук: сгибание (разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак) разгибание.
21.	Работа с пластилином. Заполнение контурного изображения. Дом.	1	Выполнение упражнений по показу учителя

22.	Отбивание мяча от пола двумя руками ,одной рукой.	1	Выполнение упражнений по показу учителя
23.	Ловля мяча на уровне груди на уровне колен, над головой.	1	Выполнение упражнений по показу учителя
24.	Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину	1	Выполнение упражнений по показу учителя
25.	Изменение позы в положении сидя: поворот вправо, влево, наклон вперед, назад, вправо, влево.	1	Выполнение упражнений по показу учителя
26.	Ходьба на носках, на пятках. Упражнения стоя и стоя на четвереньках.	1	Выполнение упражнений по показу учителя
27.	Упражнения на мягких модулях.	1	Выполнение упражнений по показу учителя
28.	Подбрасывание мяча на разную высоту. Метание мяча в цель.	1	Выполнение упражнений по показу учителя
29.	Элементы спортивных игр и спортивных упражнений	1	Выполнение упражнений по показу учителя
30.	Подвижные игры. Соблюдение правил игры «Ловишки».	1	Выполнение упражнений по показу учителя. Игры.
31.	Подвижные игры. Соблюдение правил игры «Кто раньше дойдёт до флажка?».	1	Выполнение упражнений по показу учителя. Игры
32.	Подвижные игры. Соблюдение правил игры «Зайчики в домике».	1	Выполнение упражнений по показу учителя. Игры.
33.	Подвижные игры. Соблюдение правил игры «Пчёлки	1	Выполнение упражнений по показу учителя. Игры.