

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Основная общеобразовательная школа
№5» муниципального образования – городской округ город Скопин Рязанской области
(МБОУ«ООШ№5»)**

**391802, г. Скопин, ул. Орджоникидзе, д.139. Тел./факс: 8(49156)2-00-85 sosh5.skopin@ryazangov.ru
ОКПО 24313672, ОГРН 1026200780760, ИНН/КПП 6233002918/623301001**

Принята на заседании педагогического совета
Протокол № 1от 29.08.2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ«ООШ№5»
Приказ №87-Д от 29.08.2024г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 4417928)

Учебного предмета «Двигательная активность»

для обучающихся 5 класса

с умственной отсталостью

г. Скопин 2024

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по двигательному развитию разработана в соответствии с ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью, на основе АООП образования обучающихся с умственной отсталостью МОБУ СОШ с. Языково и на основе программно-методического материала «Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта» под редакцией И.М. Бгажноковой.

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций человека (дыхание, работа сердечно-сосудистой системы и других внутренних органов). У большинства детей с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся.

Целью программы является работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию 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).

2. Общая характеристика учебного предмета

Курс занятий является коррекционно-направленным: наряду с развитием общих способностей предполагается исправление присущих обучающимся, воспитанникам с ОВЗ недостатков психофизического развития и формирование у них относительно сложных видов психофизической деятельности. Данный курс занятий является коррекционно-направленным: наряду с развитием общих способностей предполагается исправление присущих умственно отсталым детям недостатков психофизического развития и формирование у них относительно сложных видов психической деятельности. Общая коррекционная работа, осуществляемая в процессе занятия, должна дополняться индивидуальной коррекцией недостатков, характерных для отдельных детей.

Тематический план курса занятий «Двигательное развитие» является вариативным и имеет адресную направленность на конкретного ребенка или подгруппу учеников, имеющих сходные затруднения.

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 учащихся. Поэтому работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков является целью занятий.

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.

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

Развитие двигательных умений у учащихся 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.

Особенности обучения

Занятия по коррекционному курсу «Двигательное развитие» проводятся 1 раз в неделю. На них ведущая роль принадлежит педагогу. Для обучения создаются такие условия, которые дают возможность ребенку работать в доступном темпе, проявляя возможную самостоятельность. Учитель подбирает материал по объему и komponует по степени сложности, исходя из особенностей развития каждого ребенка.

В процессе занятий учитель может использовать различные виды деятельности: игровую (сюжетно-ролевою, дидактическую, театрализованную, подвижную игру).

Индивидуальные формы работы на занятиях не ограничены.

3. Описание места учебного предмета в учебном плане

Согласно индивидуальному учебному плану обучающегося по АООП для детей с умственной отсталостью (вариант 2) МОБУ «ООШ №5» г. Скопина на изучение двигательного развития в 5 классе отводится 0,5 часов в неделю (всего 17 уроков в учебный год).

4. Планируемые результаты освоения программы

Развитие элементарных пространственных понятий

Знание частей тела человека

Знание элементарных видов движений

Умение выполнять исходные положения

Умение бросать, перекладывать, перекатывать.

Умение управлять дыханием

5. Содержание программы

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).

Коррекционный курс содержит разделы:

Раздел: Общеразвивающие и корригирующие упражнения

- дыхательные
- общеразвивающие

Дыхательные упражнения в образном оформлении. Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет. Грудное, брюшное и полное дыхание в исходном положении «лежа на спине», «сидя», «стоя». Дыхание через нос, через рот. Изменение длительности вдоха и выдоха. Дыхание в ходьбе с имитацией. Движение руками в исходном положении. Движение предплечий и кистей рук в различных направлениях. Наклоны. приседания

Раздел: Прикладные упражнения

- ходьба
- равновесие
- броски, ловля, передача предметов

Ходьба - ровным шагом, в колонне, по кругу, взявшись за руки, на носках, в медленном и быстром темпе

Равновесие – ходьба по линии, на носках.

Броски, ловля, передача предметов - правильный захват различных по величине и форме предметов одной и двумя руками, передача и перекаты мяча.

Раздел: Игры «Кошка и мышки», «Волшебный мешочек», «Вот так позы», «Аист ходит по болоту», «Запомни порядок»

6. Тематическое планирование

№ урока	Планируемая дата	Фактическая дата	Тема урока	Виды деятельности
1	01.09		Дыхательные упражнения в образном оформлении	Учить слушать инструкцию

				учителя и выполнять правильно упражнения по показу
2	15.09		Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки. Под счет.	Учить слушать инструкцию учителя и выполнять правильно упражнения по показу
3	29.09		Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях	Учить слушать инструкцию учителя и выполнять правильно упражнения по показу
4	13.10		Изменение длительности дыхания	Учить слушать инструкцию учителя и выполнять правильно упражнения по показу
5	27.10		Дыхание при ходьбе с имитацией	Учить слушать инструкцию учителя и выполнять правильно упражнения по показу
6	10.11		Движение руками в исходных положениях	Отработка умения выполнять движение руками в исходных положениях
7	08.12		Движение предплечий и кистей рук	Отработка умения выполнять движение предплечий и кисти рук
8	22.12		Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа	Отработка умения выполнять сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа
9	19.01		Наклоны головой	Отработка умения выполнять наклоны головой
10	02.02		Наклоны туловищем	Отработка умения выполнять наклоны туловища
11	16.02		Сгибание стопы	Отработка умения выполнять сгибание стопы
12	02.03		Перекаты с носков на пятки	Отработка умения выполнять перекаты с носков на пятки
13	16.03		Отстукивание и отхлопывание разного темпа	Отработка умения выполнять отстукивание и отхлопывание разного темпа
14	06.04		Выполнение по памяти комбинаций движения	Учить слушать инструкцию учителя и выполнять правильно упражнения по показу

15	20.04		Захват предметов. Передача предметов	Учить слушать инструкцию учителя и выполнять правильно упражнения по показу
16	04.05		«Волшебный мешочек»	Восприятие и повтор движений. Закрепление навыка соблюдения правил игры
17	18.05		«Запомни порядок»	Восприятие и повтор движений. Закрепление навыка соблюдения правил игры

7. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности.

Ковер

Игрушки

Литература

1. Программа обучения глубоко умственно отсталых детей. Составитель-НИИ дефектологии АПН СССР, 1983г.
2. Программно-методические материалы «Обучение детей с выраженным недоразвитие интеллекта» Под редакцией кандидата психологической наук, профессора - Бгажнокова И. М. Москва, 2012г
3. Программы специальных общеобразовательных школ для умственно отсталых детей (вспомогательная школа). Составитель-Госкомитет СССР по народному образованию, 1990.