

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Иркутской области
Администрация Киренского района Иркутской области
МКОУ "Средняя школа п. Юбилейный"

РАССМОТРЕНО
Руководитель МО
Н.А. Набокова
Протокол №1
от «30» 08 2024 г.

СОГЛАСОВАНО
заместитель директора по
УВР Н.С. Чечугина
Приказ №93-0
от «30» 08 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор школы
Приказ №93-0
от «30» 08 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ДВИГАТЕЛЬНОМУ РАЗВИТИЮ
3 КЛАСС
(2 вариант)

Составитель:
учитель : Дзюба Г.А.

п. Юбилейный

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) имеются нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся. Поэтому работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков является целью занятий. В связи с выраженными нарушениями и (или) искажениями процессов познавательной деятельности, прежде всего: восприятия, мышления, внимания, памяти и др. у обучающихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) возникают непреодолимые препятствия в усвоении «академического» компонента школьного образования. Специфика эмоциональной сферы определяется не только ее недоразвитием, но и специфическими проявлениями гипо- и гиперсензитивности. В связи с незрелостью волевых процессов, дети не способны произвольно регулировать свое эмоциональное состояние в ходе любой организованной деятельности, что не редко проявляется в негативных поведенческих реакциях. Интерес к какой-либо деятельности не имеет мотивационно-потребностных оснований и, как правило, носит кратковременный, неустойчивый характер.

Предмет «Двигательное развитие» для учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью имеет практическую направленность и максимально индивидуализирован. Знание общих закономерностей и особенностей формирования двигательной сферы детей с различными отклонениями представляет особую важность для поиска эффективных педагогических средств и методов коррекции двигательных нарушений. У детей с умственной отсталостью имеется локализация органических поражений в ЦНС, которая приводит к недоразвитию моторики. Чем выше уровень поражения, тем грубее двигательные расстройства. Нижележащие уровни более сохранены, но они регулируют лишь элементарные двигательные акты. Поэтому в наибольшей степени оказываются нарушенными не элементарные движения, а сложно-координационные двигательные действия, требующие осмысления, словесного последования и регуляции со стороны коркового уровня (Вайзман Н. П., 1997)

Целью программы является обогащение сенсомоторного опыта обучающихся, поддержание и развитие у них 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).

Наряду с вышеуказанными задачами в коррекционном курсе «Двигательное развитие» решаются и **специальные задачи**, направленные на коррекцию умственной деятельности обучающихся:

- развитие тактильных ощущений кистей рук и расширение тактильного опыта;
- развитие зрительного восприятия;
- развитие зрительного и слухового внимания;

- развитие вербальных и невербальных коммуникативных навыков;
- формирование и развитие реципрокной координации;
- развитие пространственных представлений;
- развитие мелкой моторики, зрительно-моторной координации.

1.1. Учёт воспитательного потенциала уроков

Воспитательный потенциал предмета «Двигательное развитие» реализуется через:

- побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;
- применение на уроке интерактивных форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся;
- применение групповой работы или работы в парах, которые способствуют развитию навыков командной работы и взаимодействию с другими обучающимися;
- выбор и использование на уроках методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания;
- установление уважительных, доверительных, неформальных отношений между учителем и учениками, создание на уроках эмоционально-комфортной среды.

1.2. Психолого-педагогическая характеристика обучающихся

Особенности психофизического развития детей определяют специфику их потребностей.

Медицинская группа	Характеристика групп
Основная	К ней относятся: обучающиеся без отклонений в состоянии здоровья и физическом развитии, имеющие хорошее функциональное состояние и соответственную возрасту физическую подготовленность; учащиеся с незначительными(чаще функциональными) отклонениями, но не отстающие от сверстников в физическом развитии и физической подготовленности

Рекомендуемые виды упражнений при различных заболеваниях

Заболевания	Противопоказания и ограничения	Рекомендации
Сердечно-сосудистая система (неактивная фаза ревматизма, функциональные изменения и др.)	Упражнения, выполнение которых связано с задержкой дыхания, напряжением мышц брюшного пресса и ускорением темпа движений	Общеразвивающие упражнения, охватывающие все мышечные группы, в исходном положении лежа, сидя, стоя; ходьба, дозированный бег в медленном темпе

Органы дыхания (хронический бронхит, воспаление легких, бронхиальная астма и др.)	Упражнения, вызывающие задержку дыхания и чрезмерное напряжение мышц брюшного пресса	Дыхательные упражнения, тренировка полного дыхания и особенно удлиненного выдоха
Заболевания почек (нефрит, пиелонефрит, нефроз)	Недопустимы упражнения с высокой частотой движений, интенсивностью нагрузки и скоростно-силовой направленностью, переохлаждение тела	При проведении общеразвивающих упражнений особое внимание уделяется укреплению мышц передней стенки живота. При занятиях плаванием (по специальному разрешению врача) ограничивается время пребывания в воде (5-10 мин - первый год обучения, 10-15 мин - второй и последующий годы обучения)
Нарушения нервной системы	Упражнения, вызывающие нервное перенапряжение (упражнения в равновесии на повышенной опоре), ограничивается время игр и т. д.	Дыхательные упражнения, водные процедуры, аэробные упражнения

1.3. Место предмета в учебном плане

В соответствии с недельным учебным планом общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на коррекционный курс «двигательное развитие» в 3 классе отводится 1 час в неделю 34 учебных недели (34 ч/в год).

2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

2.1. Краткая характеристика содержания учебного предмета

Курс может проводиться в разных оздоровительных средах: в спортзале, в классе, на прогулке, на дому. Материально-техническое оснащение и дидактический материал может использоваться аналогично предмету «Адаптивная физкультура», а также состоять из дополнительных наборов спортивного инвентаря, безопасного для жизни обучающихся (мячи, маты и т.д.).

Содержание коррекционного курса реализуется как в групповой, так и в индивидуальной форме обучения

№ п/п	Раздел	Кол-во часов
1.	Движения рук	6
2.	Движения туловища	14
3.	Движения ног	6
4.	Подвижные игры	6
5.	Динамический контроль	2
Итого: 34 часа		

Содержание каждого раздела представлено по принципу от простого к сложному. Сначала проводится работа, направленная на расширение диапазона воспринимаемых ощущений ребенка, стимуляцию активности. Под активностью подразумеваются психические, физические, речевые реакции ребенка, например:

эмоционально-двигательная отзывчивость, концентрация внимания, вокализация. В дальнейшем в ходе обучения формируются сенсорно-перцептивные действия. Ребенок учится не только распознавать свои ощущения, но и перерабатывать получаемую информацию, что в будущем поможет ему лучше ориентироваться в окружающем мире.

Основное содержание этих разделов построено с учетом закономерностей формирования двигательных умений у детей с тяжелыми множественными нарушениями развития:

- первый этап – **ознакомление** с двигательным действием на этом этапе используются словесные методы (рассказ, описание, объяснение, разбор) и наглядные методы (непосредственный, опосредованный, замедленный показ).
- второй этап – **начальное разучивание** используется метод упражнения, контактный метод обучения в сочетании со словесным, метод физического сопровождения и т.д.
- третий этап – **углубленное разучивание** применяются словесные, наглядные методы и их сочетание, вспомогательные методы (направляющая помощь). педагога по ходу выполнения движения, фиксация положения тела, принудительное ограничение движения) и т.п.
- четвертый этап – **повторение** используются словесный метод (задание, указание и др.), целостный метод с обработкой отдельных частей по ходу выполнения упражнения, игровой.
- пятый этап – **закрепление** используются игровой метод, целостный и т.д.

Количество этапов освоения движения может быть увеличено до семи (Л.Н. Ростомашвили, 2015). Продолжительность каждого из этапов может индивидуально корректироваться. Но, как правило, на первом уроке при

2.2. освоении каждого из разделов происходит ознакомление с новым движением и его начальное разучивание. Ключевые темы в их взаимосвязи, преемственность по годам изучения.

Большинство разделов программы по предмету «Двигательное развитие» изучается ежегодно с 1 дополнительного класса по 4 класс, благодаря чему программа обеспечивает необходимую систематизацию знаний.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Учебный предмет «Двигательное развитие» в 3 классе осваивают обучающиеся (с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью, с тяжелыми и множественными нарушениями в развитии). Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе, от общих занятий не освобождаются, а занимаются на уроке со всеми. К ним применяется индивидуальный подход.

Планируемые результаты освоения программы коррекционного курса «Двигательное развитие» обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) связаны с поддержкой и совершенствованием двигательной активности в специально созданной ситуации, доступной физическим возможностям и опыту ребенка, с помощью взрослого.

3.1. Обучающимися с умеренной умственной отсталостью

Личностные:

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определённому полу, осознание себя как «Я»
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- положительное отношение к физическим упражнениям и оздоровительным мероприятиям,

- проявление интереса и потребности к передвижению в пространстве.

Предметные:

- выполнение движений и действий по речевой инструкции, или по показу взрослого самостоятельно или с помощью взрослого;
- выполнение действий с мячом: броски мячей разного размера; прокатывание мяча одной, двумя руками;
- ходьба по ровной дорожке (или по скамейке), друг за другом, в паре, с руками на поясе;
- умение стоять друг за другом, стоять взявшись за руки, строиться в круг;
- прыгать на двух, на одной ноге на месте;
- ползание, подползание, переползание через препятствие;
- выполнение разминочных упражнений

3.2. умение пользоваться спортивными снарядами или орудиями (мячами, кеглями, обручами и пр.). Оценка планируемых результатов освоения программы

Для оценки сформированности каждого действия используется балловая система оценки. Балльная система оценки позволяет объективно оценить промежуточные и итоговые достижения каждого учащегося в овладении конкретными учебными действиями, получить общую картину сформированности учебных действий у всех учащихся, и на этой основе осуществить корректировку процесса их формирования на протяжении всего времени обучения. Контроль предусматривает выявление индивидуальной динамики качества усвоения предмета обучающимся и не подразумевает его сравнение с другими детьми.

0 баллов - действие отсутствует, обучающийся не понимает его смысла, не включается в процесс выполнения вместе с учителем;

1 балл - смысл действия понимает, связывает с конкретной ситуацией, выполняет действие только по прямому указанию учителя, при необходимости требуется оказание помощи;

2 балла - преимущественно выполняет действие по указанию учителя, в отдельных ситуациях способен выполнить его самостоятельно;

3 балла - способен самостоятельно выполнять действие в определенных ситуациях, нередко допускает ошибки, которые исправляет по прямому указанию учителя;

4 балла - способен самостоятельно применять действие, но иногда допускает ошибки, которые исправляет по замечанию учителя;

3.4. Виды деятельности обучающихся, направленные на достижение планируемых результатов

Обучение двигательным умениям является лишь необходимой базовой основой повышения двигательной активности для обучающихся с интеллектуальными нарушениями. Главная задача состоит в том, чтобы результаты этой деятельности нашли применение в жизни, быту, спорте, стали потребностью человека. Для этого процесс обучения должен быть эмоционально насыщенным, разнообразным, мобилизующим адаптационные резервы организма и личностные качества занимающихся.

В практической деятельности это может быть достигнуто следующими методами и методическими приемами:

- сочетанием различных физических упражнений;
- стандартных, упрощенных и усложненных;
- упражнений-образов с ориентировочной основой действий, дробного выполнения упражнений, имитационных, подводящих, на тренажерах и др.;
- вариативностью техники физических упражнений: исходного положения, темпа, ритма, усилий, скорости, направления, амплитуды и т. п.;
- разнообразием вербальных и невербальных методов и методических приемов, словесных и наглядных способов воздействия, музыки, внушения, медитации,

психотренингов, активизирующих все органы чувств

3.5. Система оценки достижения планируемых результатов

Система оценки личностных результатов

Оценка личностных результатов предполагает оценку продвижения ребенка в овладении социальными (жизненными) компетенциями. Во время обучения целесообразно всячески поощрять и стимулировать работу учеников, используя только качественную оценку. Во время обучения центральным результатом является появление значимых предпосылок учебной деятельности, одной из которых является способность ее осуществления не только под прямым и непосредственным руководством и контролем учителя, но и с определенной долей самостоятельности во взаимодействии с учителем и одноклассниками.

Оценивание проводится по результату наличия динамики в развитии обучающегося, при этом заполняется «Лист наблюдений за развитием учащегося» с помощью следующих критериев: положительная динамика, незначительная динамика, отсутствие динамики. Результаты анализа представляются в форме оценки, характеризующей наличный уровень жизненной компетенции.

Система оценки предметных результатов. Главными требованиями при оценивании умений и навыков является создание благоприятных условий для выполнения изучаемых упражнений и их качественное выполнение:

- как ученик овладел основами двигательных навыков;
- как проявил себя при выполнении, старался ли достичь желаемого результата;
- как понимает и объясняет разучиваемое упражнение;
- как пользуется предлагаемой помощью и улучшается ли при этом качество выполнения;
- как понимает объяснение учителя, спортивную терминологию;
- как относится к урокам;
- каков его внешний вид;
- соблюдает ли дисциплину.

Отметки за коррекционный курс «Двигательное развитие» не выставляются.

№ п/п	Тема	Кол- во часов	
1. Раздел Движения рук 6 часа			
1-2.	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые» движения.	2	
3-4.	Движения пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание.	2	
5.	Динамический контроль	1	
6.	Опора на предплечья, на кисти рук.	1	
7.	Бросание и ловля мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы).	1	
2. Раздел Движения туловища 14 часов			
8-9.	Изменение позы в положении лежа: повороты, перекаты	2	
10-11.	Изменение позы в положении сидя: поворот, наклон	2	
12-13.	Изменение позы в положении стоя: поворот, наклон	2	
14-15.	Вставание и передвижение на четвереньках.	2	

16-17.	Ползание на животе (на четвереньках).	2	
18-19.	Перекаты с боку на бок	2	
20-21.	Корригирующая гимнастика	2	
Раздел Движения ног 6 часов			
22.	Подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	1	
23.	Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры)	1	
24.	Ходьба по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры)	1	
25-26.	Ходьба по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры).	2	
27.	Ходьба приставным шагом	1	
Раздел Подвижные игры 6 часов			
28.	«А ну-ка, повтори»	1	
29.	«Море волнуется»	1	
30.	«День-ночь»	1	
31.	«Ручеёк»	1	
32.	«Найди своё место»	1	
33.	«Цапля»	1	
34.	Динамический контроль	1	
ИТОГО: 34 часа			

