



Отдел образования администрации Невского района Санкт-Петербурга
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа №17 Невского района Санкт-Петербурга
192131, Санкт-Петербург, ул. Бабушкина д.58 корп.1
тел. 417-55-58 тел./факс 417-55-60
ОКПО 53250470 ОКОГУ 23280 ОГРН 1027806078266 ИНН 7811066830 КПП 781101001

ПРИНЯТО:

на Педагогическом совете
Протокол № 1
от « 31» августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНО:

Приказ № 77-ш от «01» сентября 2023
Директор ГБОУ школа № 17
Невского района Санкт-Петербурга
С.В. Сандеева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Внеурочной деятельности

Направление: «Спортивно-оздоровительная деятельность»

Коррекционно-развивающая область: «Двигательное развитие»

Для обучающихся с умственной отсталостью

(интеллектуальными нарушениями) вариант 2

Класс: 4в

Разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 2

Составила: Илавская Елизавета Фёдоровна

Санкт-Петербург
2023

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному курсу «Двигательное развитие» для обучающихся 4в класса с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) реализует требования в «Коррекционно-развивающей» области Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и является частью Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (принята решением Педагогического совета - протокол №... от _____ года, с учетом мнения родителей - протокол № ... от _____ года. Утверждена директором ГБОУ № 17 Невского района СПб – приказ № ... от _____ года.) (далее – АООП УО). Программа составлена в соответствии с:

- Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Минобрнауки России от 19 декабря 2014 г. № 1599 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)";
- Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. N 1026 "Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)"
- 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 РФ от 28.09.2020 № 28;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Минпросвещения России от 28.08.2020 № 442;
- Уставом Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения школы №17 Невского района Санкт-Петербурга и другими Локальными актами школы № 17.

Реализация учебной программы обеспечивается УМК, утвержденным ежегодным приказом по образовательному учреждению №17 и списком учебников, допущенных и рекомендованных к использованию Минпросвещения России в образовательном процессе.

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства обучающихся с ТМНР имеются тяжелые 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.

Целью занятий является обогащение сенсомоторного опыта учащихся с умеренной умственной отсталостью, тяжелыми множественными нарушениями развития, поддержание и развитие способности к движению через целенаправленное обучение и тренировку функциональных двигательных навыков.

Задачи:

- способствовать поддержанию жизненно важных функции организма (дыхание, работа сердечно-сосудистой системы, мышечной и других физиологических систем);
- способствовать улучшению качества имеющихся движений, предупреждению их нарушений;
- способствовать стимуляции появления новых движений;
- обучить переходу из одной позы в другую;
- способствовать освоению новых способов передвижения;

способствовать развитию и закреплению функционально важных навыков, необходимых для использования в повседневной жизни;

- способствовать развитию мотивации к двигательной активности;
- способствовать развитию моторной ловкости;
- способствовать развитию функций руки, в том числе мелкой моторики;
- способствовать формированию ориентировки в пространстве.

Общая характеристика курса в плане внеурочной деятельности.

Направление внеурочной деятельности	Название курса внеурочной деятельности	Кол-во часов в год	Кол-во часов в неделю
Спортивно-оздоровительное	Двигательное развитие	34	1

В соответствии с календарным учебным графиком, выходными и праздничными днями программа может быть скорректирована.

2. Планируемые результаты освоения курса.

Личностные результаты:

- умение радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал и др.;
- интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: спортивные и подвижные игры, физическая подготовка.

Предметные результаты

- знание правил подвижной игры и др.;
- 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 определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения, др.;
- умение играть в подвижные игры.

Оценка предметных результатов

Оценка предметных результатов проводится в соответствии с содержанием курса и оценивается по 10-ти бальной системе, проводится в начале и в конце года.

Обучение двигательным действиям: умение принимать основные исходные положения; выполнение упражнений на профилактики и коррекции плоскостопия; выполнение различных видов передвижений.

Развитие функций руки: выполнение упражнений, направленных на формирование и развитие точности и согласованности движений, пальцев и рук; выполнение упражнений с массажными мячиками.

Развитие физических способностей: выполнение упражнений на координацию и ловкость движений (равновесие); выполнение упражнений, направленных на развитие ориентировки в пространстве.

Восприятие собственного тела: выполнение упражнений с использованием сенсорных ковриков

За каждое упражнение выставляются баллы, в соответствии с качеством его выполнения:

- 0 – «задание не понимает, помощь не принимает, выражает негативизм»;
- 1 – «не выполняет, проявляет негативизм»;
- 2 – «задание не понимает, но принимает помощь взрослого»;

3 – «задание понимает, но не способен действовать по алгоритму даже с помощью взрослого, быстро устает, не способен выполнить даже одну операцию»;

4 – «задание понимает, способен выполнить одну операцию, но все действия выполнить не может»;

5- «выполняет действия только с пооперационной помощью учителя»;

6 – «выполняет самостоятельно по подражанию, показу, образцу»;

7 – «выполняет самостоятельно с педагогом при значительной помощи педагогического работника, например, средства альтернативной коммуникации»;

8 – «выполняет самостоятельно по словесной пооперационной инструкции»;

9 – «выполняет действие по инструкции, по образцу»;

10 – «выполняет действие самостоятельно».

3. Содержание курса.

Восприятие собственного тела:

1. Восприятие тактильных раздражителей;
2. Восприятие вестибулярных/кинестетических раздражителей;
3. Восприятие тела как единого целого;
4. Восприятие различных частей тела;
5. Развитие сенсомоторной координации.

Обучение двигательным действиям:

1. Контроль положения головы;
2. Контроль тела в положении лежа;
3. Контроль тела в положении сидя;
4. Контроль тела в положении стоя;
5. Обучение двигательным переходам в горизонтальной плоскости;
6. Обучение двигательным переходам в вертикальной плоскости;
7. Выполнение упражнений с предметами.

Развитие физических способностей:

1. Развитие силовых способностей;
2. Развитие выносливости;
3. Развитие гибкости;
4. Развитие способности к статическому и динамическому равновесию;
5. Развитие способности ориентироваться в пространстве;
6. Развитие чувства ритма;
7. Развитие моторной ловкости.

Развитие функции руки:

1. Знакомство с предметами с помощью рук;
2. Обучение функциональным действиям руками.

4. Учебно-методическое, материально-техническое и информационное обеспечение образовательного процесса.

- мягкие модули различных форм;
- гимнастические мячи разного диаметра;
- гимнастические палки;
- фитболы;
- тренажерно-информационная система «ТИСА»;
- мешочки с песком, кубики;
- гимнастические скамейки;
- музыкальное сопровождение;
- маты;
- гимнастическая стенка;
- сенсорные дорожки, коврики;
- игровые дорожки;
- набивные мячи.

**Календарно-тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Двигательное развитие»
АООП образования обучающихся с умственной отсталостью (ИН) вариант 2**

Класс: 4в на 2023-2024 уч. год

№ п/п	Название раздела	Дата план.	Дата корр.	Тема занятия	Содержание видов деятельности
1	Обучение двигательным действиям			Основные исходные положения	ОРКУ - Основные исходные положения. Коррекция ходьбы и бега. Бросок мяча двумя от груди.
2	Развитие функции руки			Развитие мелкой моторики	ОРКУ. Упражнения для пальцев рук и плечевого пояса. Игровые упражнения - знакомство с различными предметами с помощью рук, комплекс упражнений с массажными мячами.
3	Развитие физических способностей			Тестирование функционального состояния занимающихся	Тестирование функционального состояния занимающихся; игровые упражнения, способствующие развитию способности ориентироваться в пространстве.
4	Восприятие собственного тела			Упражнения с использованием сенсорных ковриков.	ОРУ- основные и.п. ; упражнения на профилактику и коррекцию плоскостопия.
5	Восприятие собственного тела			Упражнения, направленные на развитие сенсомоторной координации	Упражнения, направленные на развитие согласования движений рук и глаз. Комплекс общеразвивающих упражнений. Челночный бег 3х5м.
6	Обучение двигательным действиям			Воспитание навыка правильной осанки	Коррекция ходьбы и бега; ОРУ- основные и.п. упражнения для укрепления мышц спины и живота. Метание мяча двумя из-за головы.
7	Развитие физических способностей			Корректирующие упражнения.	Корректирующие упражнения; упражнения, способствующие развитию способности ориентироваться в пространстве. Лазания и перелезания через модули, перекаты.
8	Развитие физических способностей			Упражнения на статическое и динамическое равновесие.	Чередование ходьбы и бега. ОРКУ. Упражнения на г/скамейке. Упражнения с

					б/мячами.
9	Развитие функции руки			Комплекс упражнений с массажными мячиками	ОРКУ. Упражнения для пальцев, рук и плечевого пояса. Игровые упражнения - знакомство с различными предметами с помощью рук, комплекс упражнений с массажными мячами.
10	Восприятие собственного тела			Упражнения для приобретения навыка в расслаблении мышц и развитие гибкости.	ОРКУ. Упражнения, направленные на развитие гибкости; дыхательные упражнения.
11	Развитие физических способностей			Упражнения, направленные на развитие ориентировки в пространстве	Коррекция ходьбы и бега; игровые упражнения, способствующие развитию способности ориентироваться в пространстве.
12	Развитие функции руки			Развитие точности и согласованности движений пальцев и рук.	ОРКУ. Упражнения на формирование и развитие точности и согласованности движений, пальцев и рук. Коррекция метания мяча.
13	Восприятие собственного тела			Упражнения, направленные на развитие сенсомоторной координации.	Упражнения, направленные на развитие согласования движений рук и глаз. Метание мяча в цель. Игра «Самый меткий».
14	Обучение двигательным действиям			Коррекция ходьбы и бега.	Разновидности ходьбы, бег с заданиями, упражнения с использованием различных видов передвижений. ОРКУ.
15	Развитие физических способностей			Упражнение на коррекцию и развитие координации и ловкости движений.	Упражнения в равновесии на г/скамейке. Упражнения на координационной лестнице. Лазания, перелезания через модули.
16	Развитие физических способностей			Корректирующие упражнения.	ОРКУ; игровые упражнения, способствующие развитию способности ориентироваться в пространстве.
17	Развитие функции руки			Комплекс упражнений с массажными мячиками.	ОРКУ. Знакомство с различными предметами с помощью рук, комплекс упражнений с массажными мячами

18	Обучение двигательным действиям			Упражнения для профилактики и коррекции плоскостопия.	Упражнения, направленные на профилактику и коррекцию плоскостопия, разновидности ходьбы с заданиями
19	Развитие физических способностей			Нейродинамические упражнения	Чередование ходьбы и легкого бега. ОРКУ. Упражнения на г/скамейке. Лазания, перелезания. Упражнения с б/мячами.
20	Развитие функции руки			Развитие мелкой моторики.	ОРКУ. Упражнения для пальцев, рук и плечевого пояса. Игровые упражнения - знакомство с различными предметами с помощью рук, комплекс упражнений с массажными мячами.
21	Восприятие собственного тела			Упражнения, направленные на развитие сенсомоторной координации.	Упражнения, направленные на развитие согласования движений рук и глаз. Метание мяча в цель. Комплекс общеразвивающих упражнений.
22	Обучение двигательным действиям			Коррекция ходьбы и бега.	Разновидности ходьбы, бег с заданиями, упражнения с использованием различных видов передвижения.
23	Развитие функции руки			Развитие точности и согласованности движений, пальцев и рук.	ОРКУ. Коррекция метания мяча.
24	Восприятие собственного тела			Упражнения с использованием сенсорных ковриков.	Упражнения, направленные на развитие восприятия тактильных раздражителей; упражнения на профилактику и коррекцию плоскостопия. Прыжковые упражнения.
25	Обучение двигательным действиям			Воспитание навыка правильной осанки.	Разновидности ходьбы; упражнения для укрепления мышц спины и живота. Игра «Хоп, стоп, раз».
26	Развитие физических способностей			Корректирующие упражнения	Корректирующие упражнения; упражнения, способствующие развитию способности ориентироваться в пространстве. Игра «Робот».
27	Развитие физических способностей			Нейродинамические упражнения.	Упражнения, способствующие развитию способности к статическому и

					динамическому равновесию, моторной ловкости-лазания, перелезания, перекаты.
28	Развитие физических способностей			Упражнения на гимнастических снарядах и тренажерах.	Упражнения на координационной лестнице, велотренажере. Дыхательные упражнения.
29	Обучение двигательным действиям			Воспитание навыка правильной осанки	Разновидности ходьбы; упражнения для укрепления мышц спины и живота. Игра «Хоп, стоп, раз»
30	Развитие функции руки			Комплекс упражнений с массажными мячиками	ОРКУ. Упражнения для пальцев, рук и плечевого пояса. Игровые упражнения - знакомство с различными предметами с помощью рук, комплекс упражнений с массажными мячами
31	Восприятие собственного тела			Упражнения, направленные на развитие сенсомоторной координации	Упражнения, направленные на развитие согласования движений рук и глаз. Комплекс общеразвивающих упражнений
32	Обучение двигательным действиям			Упражнения для профилактики и коррекции плоскостопия	ОРКУ с г/палкой. Упражнения, направленные упражнения на профилактику и коррекцию плоскостопия. Прыжковые упражнения.
33	Развитие физических способностей			Тестирование функционального состояния занимающихся.	Тестирование функционального состояния занимающихся; упражнения, способствующие развитию способности ориентироваться в пространстве
34	Обучение двигательным действиям			Подведение итогов года	Разновидности ходьбы и бега. Коррекционно-развивающие подвижные игры. Подведение итогов года.

