

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Ленинградской области
«Сясьстройская школа-интернат, реализующая адаптированные образовательные
программы»

Приложение 1.1

к адаптированной основной общеобразовательной программе
начального общего образования
обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями) (вариант 2)
утвержденной приказом от 31.08.2023 № 224-од

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

коррекционного курса «Двигательное развитие»

для 1-9 классов

Программу составила:
учитель-дефектолог
ГБОУ ЛО «Сясьстройская
школа-интернат»
Хохлина Инна Игоревна

Квалификационная категория: высшая

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа коррекционного курса «Двигательное развитие» для 1-9 классов разработана на основе федеральной адаптированной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)/ Приказ Минпросвещения от 24.11 2022 №1026/ и составлена в соответствии с адаптированной основной образовательной программой для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ГБОУ ЛО «Сясьстройская школа-интернат» /Приказ № 224-од от 31 августа 2023/ и является приложением к Адаптированной основной общеобразовательной программе начального общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2) В рабочей программе учебный материал адаптирован с учетом психофизических особенностей и особых образовательных потребностей обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Общей целью коррекционного курса «Двигательное развитие» является работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

Общие задачи учебного предмета:

- 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.

МЕСТО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

1 класс

Количество часов в неделю	Количество часов в четверть			
	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть
2	16	16	16	18
Итого: 66 часов в год				

2 класс

Количество часов в неделю	Количество часов в четверть			
	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть
2	16	16	20	16
Итого: 68 часов в год				

3 класс

Количество часов в неделю	Количество часов в четверть			
	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть

2	16	16	20	16
Итого: 68 часов в год				

4 класс

Количество часов в неделю	Количество часов в четверть			
	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть
2	16	16	20	16
Итого: 68 часов в год				

5 класс

Количество часов в неделю	Количество часов в четверть			
	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть
2	16	16	20	16
Итого: 68 часов в год				

6 класс

Количество часов в неделю	Количество часов в четверть			
	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть
2	16	16	20	16
Итого: 68 часов в год				

7 класс

Количество часов в неделю	Количество часов в четверть			
	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть
2	16	16	20	16
Итого: 68 часов в год				

8 класс

Количество часов в неделю	Количество часов в четверть			
	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть
2	16	16	20	16
Итого: 68 часов в год				

9 класс

Количество часов в неделю	Количество часов в четверть			
	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть

2	16	16	20	16
Итого: 68 часов в год				

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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);
- руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые»;
- пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание;
- 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);
- ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.

Изменение позы в положении

- лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину.
- сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево).
- стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево).

Передвижение

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.

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).

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 класс

№ п/п	Раздел.Тема занятия	Количество часов
1	Удержание головы в положении лежа на спине	5
2	Удержание головы в положении лежа на животе	5
3	Удержание головы в положении лежа на боку	5
4	Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине	6
5	Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на животе	6
6	Выполнение движений руками: вперед, вверх, в стороны, лежа на спине	6
7	Выполнение движений руками: вверх, в стороны, лежа на животе	6
8	Выполнение движений руками: вперед, вверх, в стороны, в положении сидя	6
9	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх в положении лежа	5
10	Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину.	10
11	Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев	6

2 класс

№ п/п	Раздел.Тема занятия	Количество часов
1	Удержание головы в положении лежа на спине, на животе, на боку	4
2	Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине	6
3	Выполнение движений головой: повороты (вправо, влево в положении лежа на животе	6
4	Сидение на полу (с опорой, без опоры)	6
5	Выполнение движений головой: повороты (вправо, влево в положении сидя	6
6	Выполнение движений руками: вперед, вверх, в стороны, лежа на спине	6
7	Выполнение движений руками: вверх, в стороны, лежа на животе	6
8	Выполнение движений руками: вперед, вверх, в стороны, назад в положении сидя	6
9	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх в положении лежа, сидя	6
10	Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину	10
11	Выполнение движений пальцами рук: сгибание пальцев в кулак /разгибание	6

3 класс

№ п/п	Раздел.Тема занятия	Количество часов
1	Удержание головы в положении лежа на спине, на животе, на боку	2
2	Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине, на животе)	6
3	Выполнение движений головой: повороты (вправо, влево в положении лежа на спине, на животе)	6
4	Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении сидя)	5
5	Выполнение движений головой: повороты (вправо, влево в положении сидя)	5
6	Выполнение движений руками: вперед, вверх, в стороны, лежа на спине, на животе	5
7	Выполнение движений руками: вперед, вверх, в стороны, назад в положении сидя	5
8	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх в положении лежа, сидя	6
9	Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево)	6
10	Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев/ сгибание пальцев в кулак /разгибание	6
11	Выполнение движений плечами: опора на предплечья, на кисти рук	6
12	Изменение позы в положении сидя: наклоны (вправо, влево)	10

4 класс

№ п/п	Раздел.Тема занятия	Количество часов
1	Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении сидя	6
2	Выполнение движений головой: повороты (вправо, влево в положении сидя	6
3	Выполнение движений руками: вперед, вверх, в стороны, назад в положении сидя	6
4	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх в положении лежа, сидя	6
5	Изменение позы в положении сидя: наклоны вперед, назад	6
6	Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев/ сгибание пальцев в кулак /разгибание	6
7	Выполнение движений плечами: опора на предплечья, на кисти рук	6
8	Бросание мяча двумя руками (одной рукой) от груди	8
9	Ловля мяча двумя руками на уровне груди	10
10	Ползание на животе (на четвереньках)	8

5 класс

№ п/п	Раздел.Тема занятия	Количество часов
1	Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в	2

	положении сидя, повороты (вправо, влево в положении сидя)	
2	Выполнение движений руками: вперед, вверх, в стороны, назад в положении сидя	3
3	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх в положении лежа, сидя, отведение ноги в сторону	2
4	Изменение позы в положении сидя: наклоны (вправо, влево, вперед, назад)	3
5	Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев/ сгибание пальцев в кулак /разгибание	2
6	Выполнение движений плечами: опора на предплечья, на кисти рук	3
7	Сидение на стуле	4
8	Ловля мяча на уровне колен	4
9	Бросание мяча двумя руками (одной рукой) из-за головы	4
10	Вставание на колени из положения «сидя на пятках»	4
11	Стояние на коленях. Ходьба на коленях	3

6 класс

№ п/п	Раздел. Тема занятия	Количество часов
1	Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении стоя), повороты (вправо, влево в положении сидя)	2
2	Выполнение движений головой: «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки)	3
3	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх в положении лежа, сидя	2
4	Выполнение движений ногами: отведение ноги в сторону, назад	3
5	Стояние с опорой (вертикализатор, костыли, трость и др.), без опоры	2
6	Выполнение движений руками: вперед, в стороны, вверх, назад в положении стоя	2
7	Выполнение движений ногами: отведение ноги в сторону, назад	3
8	Передвижение: садиться из положения «лежа на спине»	3
9	Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево)	3
10	Изменение позы в положении стоя: наклон вперед, назад	4
11	Бросание мяча двумя руками (одной рукой) от уровня колен	3
12	Ловля мяча над головой	4

7 класс

№ п/п	Раздел. Тема занятия	Количество часов
1	Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении стоя), повороты (вправо, влево в положении, стоя), «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки)	2
2	Выполнение движений руками: круговые движения	3
3	Выполнение движений руками: вперед, в стороны, вверх, назад в положении стоя	2
4	Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы)	3
5	Ловля мяча двумя руками (у груди, у колен, над головой)	3

6	Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры)	3
7	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх в положении лежа, сидя, отведение ноги в сторону, назад	3
8	Изменение позы в положении стоя: наклон вперед, назад, вправо, влево	4
9	Бросание мяча одной рукой (от груди, от уровня колен, из-за головы)	4
10	Ловля мяча двумя руками (у груди, у колен, над головой)	3
11	Ходьба по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры)	4

8 класс

№ п/п	Раздел. Тема занятия	Количество часов
1	Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении стоя), повороты (вправо, влево в положении, стоя), «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки)	2
2	Выполнение движений руками: вперед, в стороны, вверх, назад, круговые движения	2
3	Выполнение движений руками: в положении стоя	2
4	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх в положении лежа, сидя, отведение ноги в сторону, назад	2
5	Передвижение: садиться из положения «лежа на спине»	2
6	Передвижение: вставание из положения «стоя на коленях»	2
7	Изменение позы в положении стоя: наклон вперед, назад, вправо, влево	3
8	Ходьба по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры)	3
9	Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой)	5
10	Ходьба по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры)	6
11	Прыжки на двух ногах на месте	5

9 класс

№ п/п	Раздел. Тема занятия	Количество часов
1	Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении стоя), повороты (вправо, влево в положении, стоя), «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки)	1
2	Выполнение движений руками: вперед, в стороны, вверх, назад, круговые движения	1
3	Выполнение движений руками: в положении стоя	1
4	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх в положении лежа, сидя, отведение ноги в сторону, назад	1
5	Передвижение: садиться из положения «лежа на спине»	1
6	Передвижение: вставание из положения «стоя на коленях»	1
7	Ходьба по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры), по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры)	3
8	Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе)	5
9	Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад,	5

	приставным шагом)	
10	Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево)	5
11	Прыжки на одной ноге	5
12	Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега)	5

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА

1. Аксенова О. Э. Адаптивная физическая культура в школе. Начальная школа/ О. Э. Аксенова, С. П. Евсеев// Под общей редакцией С. П. Евсеева, СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта. СПб., 2003
2. Баряева Л.Б. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. Спб ЦДК. 2011
3. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями развития/Под общей редакцией проф. Л. В. Шапковой, М.: Советский спорт, 2002
4. Программы для 1-4 классов специальных (коррекционных) учреждений VIII вида под редакцией И.М. Бгажноковой, Издательство М., «Владос», 2011

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ

1. Спортивный инвентарь
2. Музыкальный центр
3. Гимнастические коврики