

Адаптированная основная общеобразовательная рабочая программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2)

по двигательному развитию 5 класс

2024– 2025 учебный год

Рабочая программа по учебному предмету «Двигательное развитие» для обучающегося с умственной отсталостью (нарушениями интеллекта) разработана в соответствии с ФГОС ОВЗ (вариант 2) на основании следующих нормативных документов:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 N 99-ФЗ, от 23.07.2013 N 203-ФЗ);
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 года № 1599;
- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) БОУ «Русскополянская гимназия №1».
- Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: Подготовительный, 1-4 классы./ Под ред. И.М. Бгажноковой/ – М.: Просвещение, 2010 г.
- Программно-методический материал «Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта» под редакцией профессора И.М. Бгажноковой (Москва, 2007).
- Адаптивная физическая культура для обучения детей с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью в сочетании с двигательными нарушениями/ Андреева И.Н., Покровская И.А. - СПб, 2014г.

Целью программы является работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

Задачи:

- 1) мотивация двигательной активности;
- 2) поддержка и развитие имеющихся движений;
- 3) расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений;
- 4) 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 школьников:

- 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.

Место учебного предмета в учебном плане

Класс	Кол-во часов в неделю	Кол-во часов в год
5	2	66
6	2	68
7	2	68
8,9	2	68

Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты:

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «Я»;
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- освоение доступных социальных ролей, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- слушание и понимание инструкции педагога;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

Личностные результаты оцениваются в общей системе экспертной оценки, используемой в образовательной организации.

Предметные результаты связаны с овладением обучающимися содержанием образовательной области и характеризуют достижения обучающихся в усвоении знаний и умений, способность их применять в практической деятельности.

Личностные учебные действия

- развитие адекватных представлений о собственных возможностях и ограничениях, о насущно необходимом жизнеобеспечении, созданию специальных условий для пребывания в школе, своих нуждах и правах в организации обучения;
- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- овладение навыками коммуникации;
- дифференциация и осмысление картины мира и ее временно-пространственной организации;
- осмысление своего социального окружения и освоению соответствующих возрасту системы ценностей и социальных ролей.

Коммуникативные учебные действия

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель - ученик, ученик - ученик, ученик - класс, учитель-класс);

- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с учителем;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- обращаться за помощью и принимать помощь.

Регулятивные учебные действия

- ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения);
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
- работать с учебными принадлежностями и организовывать рабочее место под руководством учителя;
- выполнять задания в соответствии с определенными характеристиками:
- выполнение задания полностью (от начала до конца);
- выполнение задания с заданными качественными параметрами;
- переход от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами.

Познавательные учебные действия

- выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов с помощью учителя;
- ориентироваться на листе бумаги, у доски под руководством учителя;
- уметь слушать и отвечать на простые вопросы учителя;
- называть, характеризовать предметы по их основным свойствам (цвету, форме, размеру, материалу);
- группировать предметы на основе существенных признаков (одного-двух) с помощью учителя;
- уметь соблюдать технологические процессы в хозяйственно-бытовой деятельности;
- использовать знако-символические средства с помощью учителя;
- уметь соблюдать правила техники безопасности.

Содержание программы

	5класс	6класс	7 класс	4 класс
Коррекция и формирование правильной осанки	26	20	18	15
Формирование и укрепление мышечного корсета	13	15	14	14
Коррекция и развитие сенсорной системы	18	17	18	17
Развитие точности движений пространственной ориентировки	11	16	18	22
Итого	68	68	68	68

Раздел «Коррекция и формирование правильной осанки» проводится профилактика нарушения осанки и плоскостопия; профилактика выполнения имитационных упражнений. Профилактика выполнения упражнений в вытяжении. Планируется в соответствии с основными дидактическими требованиями: постепенное повышение нагрузки и переход в конце урока к успокоительным упражнениям; чередование различных видов упражнений, подбор упражнений, соответствующих возможностям учащихся.

Раздел «Формирование и укрепление мышечного корсета» Профилактика выполнения общеукрепляющих упражнений. Овладение пространственными ориентировками. Развитие подвижности в суставах. Учащиеся выполняют 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 «Коррекция и развитие сенсорной системы» включает в себя овладение упражнениями для развития тактильно-двигательного восприятия; развитие зрительного анализатора; овладения играми на совершенствование сенсорного развития.

Раздел «Развитие точности движений пространственной ориентировки» построен с учетом профилактики нарушения осанки и плоскостопия; овладением пространственными ориентировками. Ходьбу - 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.

В разделе используются следующие виды коррекционных игр:

- формирование способности вести совместные действия с партнером;
- развитие тактильной чувствительности;
- активизация психических процессов: восприятия, внимания, памяти;
- развитие речевой деятельности, способности к звукоподражанию.

Освоение одного комплекса общеразвивающих и корригирующих упражнений происходит в течение двух уроков при этом могут быть использованы разные предметы в зависимости от индивидуальных возможностей и особенностей обучающихся. Освоение правил одной коррекционной подвижной игры также происходит в течение двух уроков.

Контроль предметных результатов предусматривает выявление индивидуальной динамики качества усвоения предмета обучающимся, не подразумевает его сравнение с другими детьми.

5 класс (2 вариант)

Тематический раздел	Кол-во часов	КЭС	Планируемые образовательные результаты				Контроль и оценка
			Личностные	Метапредметные	Предметные		
					Ученик научится	Ученик получит возможность научиться	
Коррекция и формирование правильной осанки	20	<p>Правила техники безопасности, личной гигиены на уроке. Значение лечебной гимнастики в укреплении здоровья детей. Профилактика нарушения осанки и плоскостопия; профилактика выполнения имитационных упражнений. Профилактика выполнения упражнений в вытяжении.</p>	<p>развитие адекватных представлений о собственных возможностях и ограничениях, о насущно необходимом жизнеобеспечении, созданию специальных условий для пребывания в школе, своих нуждах и правах в организации обучения; овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;</p>	<p>Регулятивные: ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения); выполнять задания в соответствии с определенными характеристиками: выполнение задания полностью (от начала до конца); выполнение задания заданными качественными параметрами; активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия</p> <p>Познавательные: уметь слушать и отвечать на простые вопросы учителя; называть, характеризовать предметы по их основным свойствам (цвету, форме, размеру, материалу); использовать знаково-символические средства с помощью учителя; уметь соблюдать правила техники безопасности.</p>	<p>правилам техники безопасности, личной гигиены на уроке. Правильно выполнять упражнения по примеру учителя. Сохранять правильную осанку. Значение лечебной гимнастики в укреплении здоровья детей, правила ортопедического режима (не поднимать и не носить тяжести, книги носить в ранце за спиной, не прыгать с высоты, спать на жесткой постели с маленькой подушкой, правильно сидеть, чаще менять позы при выполнении домашнего задания)</p>	<p>Проверять осанку у стены, у зеркала, сохранять положение правильной осанки на уроках и дома с напоминаниями и взрослых; выполнять правила ортопедического режима с помощью взрослого. Ориентироваться в схеме тела.</p>	

				<p>Коммуникативные:</p> <p>использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с учителем; слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту; обращаться за помощью и принимать помощь.</p>			
<p>Формирование и укрепление мышечного корсета</p>	15	<p>Профилактика выполнения общеукрепляющих упражнений. Овладение пространственными ориентировками и. Развитие подвижности в суставах. Дыхательные упражнения. Наклоны. Приседания.</p>		<p>Регулятивные :</p> <p>ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения); выполнять задания в соответствии с определенным и характеристиками: выполнение задания полностью (от начала до конца); выполнение задания с заданными качественными параметрами; активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия</p> <p>Познавательные:</p> <p>уметь слушать и отвечать на простые вопросы учителя; называть, характеризовать предметы по их основным свойствам (цвету, форме, размеру, материалу); использовать зна-</p>	<p>Значение лечебной гимнастики для здоровья ребенка, правильного дыхания.</p> <p>Профилактике выполнения общеукрепляющих упражнений. Овладение пространственными ориентировками и. Развитие подвижности в суставах. Учащиеся выполняют дыхательные упражнения в образном оформлении. Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет. Грудное, брюшное и полное дыхание. Изменение длительности вдоха и выдоха. Дыхание в ходьбе имитацией. Движение руками в исходном положении. Движение предплечий и кистей рук в</p>	<p>ходить с предметом на голове, выполняя различные задания; отжиматься от скамейки, от пола (на коленях); выполнять упражнения для развития гибкости: подтягивания в положении лежа, перекаты по позвоночнику вперед – назад в группировке, наклоны вперед – назад в различных И.П.; дышать носом, выполнять упражнения для восстановления дыхания. Следить за правильным дыханием, вдох – через нос, выдох – через рот.</p>	

				<p>символические средства с помощью учителя;</p> <p>уметь соблюдать правила техники безопасности.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с учителем;</p> <p>слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;</p> <p>обращаться за помощью и принимать помощь.</p>	<p>различных направлениях.</p> <p>Наклоны.</p> <p>Приседания.</p>		
<p>Коррекция и развитие сенсорной системы</p>	17	<p>Упражнения для развития тактильно-двигательного восприятия; зрительный анализатор; игры на совершенствование сенсорного развития.</p>	.	<p>Регулятивные :</p> <p>ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения); выполнять задания в соответствии с определенным и характеристиками:</p> <p>выполнение задания полностью (от начала до конца);</p> <p>выполнение задания с заданными качественными параметрами;</p> <p>активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия</p> <p>Познавательные:</p> <p>уметь слушать и отвечать на простые вопросы учителя; называть,</p>	<p>овладение упражнениями для развития тактильно-двигательного восприятия; развитие зрительного анализатора.</p> <p>Правила нескольких игровых целенаправленного и общего характера.</p> <p>Правильному захвату различных по величине и форме предметов одной и двумя руками</p>	<p>овладения играми на совершенствование сенсорного развития.</p> <p>бегать в медленном темпе, выполнять упражнения с гантелями, с обручами, без предметов.</p> <p>Соблюдать порядок, дисциплину, гигиенические правила на уроке.</p>	

				<p>характеризовать предметы по их основным свойствам (цвету, форме, размеру, материалу);</p> <p>использовать знаково-символические средства с помощью учителя;</p> <p>уметь соблюдать правила техники безопасности.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с учителем;</p> <p>слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;</p> <p>обращаться за помощью и принимать помощь.</p>			
<p>Развитие точности движений пространственной ориентировки</p>	16	<p>Пространственные ориентировки. Ходьба. Равновесие. Броски, ловля, передача предметов.</p>		<p>Регулятивные:</p> <p>ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения);</p> <p>выполнять задания в соответствии с определенными характеристиками:</p> <p>выполнение задания полностью (от начала до конца);</p> <p>выполнение задания с заданными качественными параметрами;</p> <p>активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать</p>	<p>Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами.</p> <p>овладением пространственными ориентировками и. Ходьбу - ровным шагом, в колонне, по кругу,</p> <p>взявшись за руки, на носках, в медленном и быстром темпе</p> <p>Равновесие – ходьба по линии, на носках.</p> <p>Броски, ловля, передача предметов – правильный захват различных по величине и форме</p>	<p>играть в игрово-целенаправленного («Делай так, делай эдак», «Ну урони мешочек», «Тише едешь – дальше будешь») и общего характера («Совушка», «Попади мячом в булаву», «Пятнашки с мячом», «Бездомный заяц»); ходить в различных И.П., ; ходьба на носках, на наружных сводах стопы по ребристой доске;</p> <p>медленно бегать, расслаблять</p>	

			<p>свои действия</p> <p>Познавательные:</p> <p>уметь слушать и отвечать на простые вопросы учителя; называть, характеризовать предметы по их основным свойствам (цвету, форме, размеру, материалу); использовать знаково-символические средства с помощью учителя;</p> <p>уметь соблюдать правила техники безопасности.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с учителем; слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту; обращаться за помощью и принимать помощь.</p>	<p>предметов одной и двумя руками, передача и перекаты мяча.</p>	<p>мышцы в положении лежа, используя образные сравнения: «рука отдыхает», «нога спит», и др</p>	
--	--	--	--	--	---	--