

*Государственное общеобразовательное казенное учреждение Иркутской области «Специальная (коррекционная) школа № 4 г. Иркутска»*

<b>«Рассмотрено»</b> Руководитель М.О. <i>Крикун</i> С. Е. Крикун Протокол № 1 от «23» 08 2024 г.	<b>«Согласовано»</b> Заместитель директора школы по УР ГОКУ СКШ № 4 г. Иркутска <i>Полоскова</i> Н. С. Полоскова «28» 08 2024 г.	<b>«Утверждаю»</b> Директор ГОКУ СКШ № 4 г. Иркутска <i>Анучин</i> И. В. Анучин Приказ № 121 от «28» 08 2024 г.
---	---	--

**Рабочая программа коррекционного курса**

«Двигательное развитие»  
(наименование учебного предмета)

для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), вариант 2, 1 «а» класс  
(ступень образования / класс)

на 2024-2025 уч. год.  
(срок реализации программы)

Программу составила: Бегаева Д.С.  
(Ф.И.О. учителя)

Иркутск

2024 г.

## **1. Пояснительная записка**

Рабочая программа коррекционного курса «Двигательное развитие» разработан на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) государственного общеобразовательного казённого учреждения Иркутской области «Специальная (коррекционная) школа №4 г. Иркутска.

Программа коррекционного курса «Двигательное развитие» разработана на основе:

- Требований к личностным и предметным результатам (возможным результатам) освоения АООП;
- Программы формирования базовых учебных действий;

Цель - коррекционно-развивающее обучение, улучшение состояния здоровья, повышение функциональных возможностей организма обучающихся.

Задачи коррекционного курса «Двигательное развитие»:

- 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.**

### **Содержание коррекционного курса**

Рабочая программа коррекционного курса «Двигательное развитие» рассчитана на 1 час в неделю, 33 учебные недели (33 часа).

- -Физическая подготовка. Ознакомительно-ориентировочные действия в предметно-развивающей среде. Знакомство обучающихся с оборудованием для уроков физкультуры. Правила поведения в спортивном зале.
- Построения и перестроения. Принятие исходного положения для построения и перестроения: основная стойка, стойка «ноги на ширине плеч». Построение парами, по одному в ряд, в колонну друг за другом. Простейшее перестроение из колонны в шеренгу, из шеренги в колонну.
- Физические упражнения для коррекции ходьбы. Ходьба по линии, по полоске. Ходьба с перешагиванием линий, перешагивание через кегли, набивные мячи, гимнастические скамейки. Ходьба с хлопками. Ходьба по кругу. Ходьба со сменой направления, с изменением темпа, направления движения. Ходьба с предметами. Движения руками при ходьбе: взмахи, вращения, отведение рук назад, в стороны, подъем вверх.
- Физические упражнения для коррекции бега. Ускоренная ходьба с переходом на бег. Бег в заданном направлении. Бег в различном темпе. Бег по кругу с остановкой по звуковому сигналу.
- Физические упражнения для коррекции осанки. Ознакомление с понятиями «осанка», правильное положение при ходьбе. Общеразвивающие упражнения с предметами (малые мячи, обручи, гимнастические палки) Общеразвивающие упражнения для коррекции осанки. Общеразвивающие упражнения для стопы. Гимнастические упражнения для коррекции осанки и плоскостопия.
- Физические упражнения для коррекции прыжков. Подскоки на месте. Подскоки на мячах – фитболах. Прыжки в глубину (спрыгивание). Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Прыжки на двух ногах через предметы. Выпрыгивание вверх из глубокого приседа «лягушка».
- Физические упражнения для коррекции лазания и перелезания. Ползание на животе и на четвереньках по прямой. Ползание на четвереньках в заданном направлении. Подлезание на четвереньках под дугой, рейкой. Пролезание в воротца, составленные из мягких модулей. Лазание по гимнастической стенке с помощью учителя и без.
- Физические упражнения для коррекции и развития мелкой моторики. Перекатывание, перебрасывание мяча из одной руки в другую. Удары мяча об пол и его ловля. Круговые движения кисти с мячами. Пальчиковая гимнастика. Упражнения с теннисными мячами, мячами «ёжиками». Упражнения на расслабление мышц кисти.

- Физические упражнения для коррекции метания. Прокатывание мяча двумя руками друг другу. Катание, бросание, ловля округлых предметов. Прокатывание мяча двумя руками. Прокатывание обручей. Метание прямой рукой на дальность, в горизонтальную и вертикальную цель. Удары по мячу ногой. Прокатывание мяча ударом ноги под планкой. Перебрасывание мяча через сетку. Удары по мячу пластмассовой клюшкой. Метание мяча в баскетбольный щит (по образцу и по словесной инструкции).
- Физические упражнения для коррекции расслабления и дыхания. Махи расслабленных рук и ног. Упражнения для контроля механизма полного дыхания. Упражнения с заданным ритмом дыхания. Бег с произвольным дыханием, ускорением, остановками.
- Коррекционные подвижные игры. Игры с элементами общеразвивающих упражнений: «Мы солдаты». Игры с бегом: «Веселая эстафета». Игры с прыжками: «Мячик кверху». Игры с метанием, ловлей: «Метко в цель».

### 3.

### Планируемые результаты освоения курса

Предметные результаты:

- ✓ Мотивация двигательной активности;
- ✓ Поддержка и развитие имеющихся движений, расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений;
- ✓ Овладение переходом из одной позы в другую;
- ✓ Овладение новыми способами передвижения;
- ✓ Формирование функциональных двигательных навыков;
- ✓ Развитие функции рук;
- ✓ Формирование ориентировки в пространстве;
- ✓ Обогащение сенсомоторного опыта.

#### Личностные результаты:

- ✓ осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «Я»; социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- ✓ формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
- ✓ формирование уважительного отношения к окружающим;
- ✓ овладение начальными навыками адаптации в динамично меняющемся и развивающемся мире;
- ✓ освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына/дочери, пассажира, покупателя и др., развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- ✓ развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- ✓ формирование эстетических потребностей, ценностей, чувств;
- ✓ развитие этических чувств, доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- ✓ развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- ✓ формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.
- ✓ Ожидаемые личностные результаты отражаются в СИПР обучающегося с учетом его индивидуальных возможностей и специфических образовательных потребностей.

### Тематическое планирование с определением основных видов деятельности обучающихся

№ темы	Тема занятия	Основные виды деятельности обучающихся
1.	Вводное занятие.	Знакомство учащихся с оборудованием для уроков физкультуры. Правила поведения в спортивном зале.
2.	Построение в шеренгу.	Построение в шеренгу, колонну. Строевые упражнения (право, лево, направо, налево, впереди, сзади, рядом).
3.	Построение в шеренгу.	Построение в шеренгу, колонну. Строевые упражнения (право, лево, направо, налево, впереди, сзади, рядом).
4.	Ходьба по линиям.	Ходьба по залу, по линиям. Ходьба с изменением темпа и ритма. Перешагивание через препятствия.
5.	Ходьба по линиям.	Ходьба по залу, по линиям. Ходьба с изменением темпа и ритма. Перешагивание через препятствия.
6.	Движения при ходьбе.	Движения руками при ходьбе: взмахи, вращения, отведение рук назад, в стороны, подъем вверх.
7.	Движения при ходьбе.	Движения руками при ходьбе: взмахи, вращения, отведение рук назад, в стороны, подъем вверх.
8.	Ходьба.	Ускоренная ходьба с переходом на бег. Бег в заданном направлении. Бег в различном темпе. Игра «Веселая эстафета».
9.	Ходьба.	Ускоренная ходьба с переходом на бег. Бег в заданном направлении. Бег в различном темпе. Игра «Веселая эстафета».
10.	Бег.	Бег с подскоками. Бег змейкой между предметами. Бег по кругу с остановкой по звуковому сигналу.

11.	Бег.	Бег с подскоками. Бег змейкой между предметами. Бег по кругу с остановкой по звуковому сигналу.
12.	Ходьба, бег.	Ускоренная ходьба с переходом на бег. Бег в заданном направлении. Бег в различном темпе.
13.	Ходьба, бег.	Ускоренная ходьба с переходом на бег. Бег в заданном направлении. Бег в различном темпе.
14.	Работа с мячом.	Перекачивание, перебрасывание мяча из одной руки в другую. Удары мяча об пол и его ловля. Круговые движения кисти с мячами.
15.	Работа с мячом.	Перекачивание, перебрасывание мяча из одной руки в другую. Удары мяча об пол и его ловля. Круговые движения кисти с мячами.
16.	Работа с мячом.	Прокатывание мяча двумя руками друг другу. Катание, бросание, ловля округлых предметов.
17.	Работа с мячом.	Прокатывание мяча двумя руками друг другу. Катание, бросание, ловля округлых предметов.
18.	Пальчиковая гимнастика.	Пальчиковая гимнастика. Игра «Метко в цель».
19.	Пальчиковая гимнастика.	Пальчиковая гимнастика. Игра «Метко в цель».
20.	Работа с мячом.	Прокатывание мяча двумя руками. Прокатывание обручей. Метание прямой рукой на дальность, в горизонтальную и вертикальную цель.
21.	Работа с мячом.	Прокатывание мяча двумя руками. Прокатывание обручей. Метание прямой рукой на дальность, в горизонтальную и вертикальную цель.
22.	Махи.	Махи расслабленных рук и ног. Бег с высоким подниманием с переходом на бег «трусой».
23.	Махи.	Махи расслабленных рук и ног. Бег с высоким подниманием с переходом на бег «трусой».
24.	Построение в шеренгу.	Построение в шеренгу, колонну. Строевые упражнения (право, лево, направо, налево, впереди, сзади, рядом). Подвижная игра «Мы солдаты».
25.	Построение в шеренгу.	Построение в шеренгу, колонну. Строевые упражнения (право, лево, направо, налево, впереди, сзади, рядом). Подвижная игра «Мы солдаты».

26.	Ходьба.	Ходьба по залу, по линиям. Ходьба с изменением темпа и ритма. Перешагивание через препятствия.
27.	Ходьба.	Ходьба по залу, по линиям. Ходьба с изменением темпа и ритма. Перешагивание через препятствия.
28.	Движения руками.	Движения руками при ходьбе: взмахи, вращения, отведение рук назад, в стороны, подъем вверх.
29.	Движения руками.	Движения руками при ходьбе: взмахи, вращения, отведение рук назад, в стороны, подъем вверх.
30.	Ходьба, бег.	Ускоренная ходьба с переходом на бег. Бег в заданном направлении. Бег в различном темпе.
31.	Ходьба, бег.	Ускоренная ходьба с переходом на бег. Бег в заданном направлении. Бег в различном темпе.
32.	Работа с мячом.	Перекатывание, перебрасывание мяча из одной руки в другую. Удары мяча об пол и его ловля. Круговые движения кисти с мячами.
33.	Работа с мячом.	Перекатывание, перебрасывание мяча из одной руки в другую. Удары мяча об пол и его ловля. Круговые движения кисти с мячами.
Итого: 33 часа		