

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Буретская средняя общеобразовательная школа»
Боханского района Иркутской области

Рассмотрено
на заседании ШМО
Протокол №1
от «26» августа 2024 г.

Согласовано
с заместителем директора по
УВР Д.А. Синьковой
«30» августа 2024 г.

Утверждена приказом
директора школы
С.В. Серовой
№96 от «30» августа 2024 г

**Рабочая программа
коррекционно-развивающего занятия
«Двигательное развитие»**

Разработана
Нефедьевой Оксаной Александровной
Учителем начальных классов

Пояснительная записка

Цель курса: обогащение сенсомоторного опыта, поддержание и развитие способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

Задачи курса:

- формировать правильную осанку,
- формировать потребность к разным видам двигательной активности (основных движений и навыков, общеразвивающих умений, физическую и умственную работоспособность),
- приучать к процессам закаливания в разных видах двигательной активности,
- учить фиксировать двигательный опыт в словесных высказываниях.

Значимым достижением в двигательном развитии обучающихся 2 класса - являются зрительно-моторные комплексы и координации, повышающие социальную самостоятельность в быту и познавательный интерес к окружающей действительности, облегчающие процесс обучения и обеспечивающие его эффективность в доступной ученику форме.

Общая характеристика коррекционного курса

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства детей с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся. Целенаправленное развитие движений осуществляется на специально организованных занятиях.

Развитие двигательных умений у обучающихся с детским церебральным параличом тесно связано с профилактикой возникновения у них патологических состояний. В ходе работы тело ребенка фиксируется в таких позах (горизонтальных, сидячих, вертикальных), которые снижают активность патологических рефлексов, обеспечивая максимально комфортное положение ребенка в пространстве и возможность реализации движений. Придание правильной позы и фиксация обеспечивается при помощи специального оборудования и вспомогательных приспособлений с соблюдением индивидуального режима. Такая работа организуется в физкультурном зале, в классе и дома в соответствии с рекомендациями врача-ортопеда и специалиста по лечебной физкультуре. Обеспечение условий для придания и поддержания правильного положения тела создает благоприятные предпосылки для обучения ребенка самостоятельным движениям, действиям с предметами, элементарным операциям самообслуживания, способствует развитию познавательных процессов.

Описание места коррекционного курса «Двигательное развитие»

«Двигательное развитие» в 5-8 классе отводится 1 час в неделю (34 часа в год).

Планируемые результаты освоения курса «Двигательное развитие»

Личностные:

- положительное отношение к учителю, эмоционально-положительные проявления к сотрудничеству;
- положительное отношение к физическим упражнениям и оздоровительным мероприятиям,
- проявление интереса и потребности к передвижению в пространстве.

Предметные:

- овладение доступными способами обучения (совместно, по подражанию, по инструкции),
- появление практических способов действий в играх и манипуляциях с предметами (умений брать, держать, ловить, бросать, катить и т.д.).

Содержание коррекционного- развивающего курса «Двигательное развитие»

Двигательное развитие - это поэтапный процесс: от накопления двигательных ощущений к их дифференциации с учетом пространственной ориентировки и доступных способов передвижения. Важным мотивом, повышающим уровень двигательной активности, является потребность к взаимодействию с окружающей действительностью доступным обучающемуся способом.

Коррекционный курс реализуется в игровых ситуациях и в упражнениях с предметами. Учитывая профилактическую направленность коррекционного курса целесообразно использовать доступные обучающимся с нарушением интеллекта методы и приемы, а также способы обучения: совместно воспроизводимые движения и действия, движения по подражанию, показу и словесной инструкции.

Придерживаясь уровневого принципа построения движений необходимо соблюдать оптимальное соотношение уровня двигательных возможностей обучающихся и доступных им способов обучения, объемов обучающей нагрузки.

Систематическая коррекционная работа по двигательному развитию способствует физическому и психическому совершенствованию личности обучающегося, профилактике нарушений и укреплению физического здоровья.

4 раздела: «Способы передвижения» Ползание. Передвижение на четвереньках по коридору шириной 20—25 см, по гимнастической скамейке. Лазание, перелазание. Произвольное лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек. Подлезание под препятствие и перелезание через горку матов и гимнастическую скамейку. Повороты и перевороты. Повороты с фиксацией взгляда на разных ориентирах. Перевороты на гимнастических матах, кувьрки.

«Ходьба, бег, прыжки» Шаги вперед, назад, в сторону.

Прыжки в длину с места (с широким использованием подводящих, различных по форме прыжков)

Ходьба по заданным направлениям в медленном темпе. Ходьба за направляющим, с различным положением рук.

Медленный бег с сохранением осанки, бег с мешочками на голове, в колонне за учителем.

Упражнения в ходьбе, беге, различными прыжками

Гимнастические построения и перестроения

«Ручные умения» Сгибание, разгибание пальцев рук в кулак. Упражнения для пальчиков. Игра «Фигуры из пальцев».

Переключивание мяча из руки в руку, катание мяча. Подбрасывание мяча на разную высоту. Упражнения с массажными мячами. Игра «Прокати мяч».

Метание мяча в цель. Подготовка кистей рук к метанию. Упражнения на правильный захват мяча, своевременное освобождение (выпуск) его. Броски и ловля мячей.

Метание малого мяча с места правой и левой рукой

Фиксация предметов с липкой лентой, собирание мозаики, лепка.

Кегли. Набрасывание колец на кегли. Детский боулинг (игра: «Сбей мячом кегли»).

Развитие мышц рук и пальцев, с применением эспандера, гимнастической палки.

«Комплексы движений»

ОРУ для всех групп мышц без предметов. Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы, выполняемые на месте и в движении.

Эстафеты с применением мячей, скакалок, гимнастических палок.

Игры с элементами общеразвивающих упражнений

4 направления:

"Ориентировка в пространстве",

"Двигательные умения",

"Мелкая моторика",

"Общеразвивающие двигательные умения".

Тематическое планирование «Двигательное развитие» 5 класс

№	Тема урока	Количество часов	Возможные виды деятельности
1	Коррекция и закрепления навыка правильной осанки.	1	Знать какие части тела соприкасаются со стеной при правильной осанке; Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки;
2	Формирование знаний о положении тела при правильной осанке. Разучивание основных положений рук, ног, туловища, головы.	1	Выполнять правильно имитационные упражнения; Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев;
3	Выполнение движений головой: наклоны, повороты.	1	Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила
4	Упражнения у гимнастической стенки смешанные висы. Ходьба по ровной горизонтальной поверхности.	1	
5	Движение: ходьба и бег	1	
6	Формирование и укрепление мышечного корсета	1	Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие дыхательные упражнения без сочетания с физическими упражнениями.
7	Упражнения для укрепления мышц живота и спины из различных и.п.	1	Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами.
8	Упражнения для укрепления тазового пояса, бёдер, ног и рук.	1	
9	Упражнения с предметами и без них.	1	
10	Игра: «День и ночь»	1	Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие дыхательные упражнения без сочетания с физическими упражнениями.
11	Упражнение для правильного дыхания с использованием звуковой гимнастики.	1	Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами.
12	Разучивание игр на совершенствование сенсорного развития. Знакомство с ходьбой по гимнастической скамейке с положениями рук в стороны.	1	
13	Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, Изменения позы в положении стоя: поворот, наклон	1	Знать какие части тела соприкасаются со стеной при правильной осанке; Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки;
14	Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, Изменения позы в положении стоя: поворот, наклон	1	Выполнять правильно имитационные упражнения; Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев;
15	Упражнения с предметами на голове (мешочек с песком, кубик	1	Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знать названия и

	и т. д) стоя у стены, в движении, под музыку.		правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила.
16	Упражнения с предметами на голове (мешочек с песком, кубик и т. д) стоя у стены, в движении, под музыку.	1	
17	Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево)	1	
18	Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево)	1	
19	Подвижные игры на сохранение правильной осанки: «Море волнуется», «Совушка-сова».	1	
20	Ходьба на носках, пятках высоко поднимая бедро.	1	Принимать правильно положение головы, туловища, ног в различных и.п. стоя, сидя, лёжа на спине, на животе. Следить за правильным дыханием, вдох – через нос, выдох – через рот. Уметь выполнять упражнения для укрепления мышц глаз.
21	Обучения комплекса упражнения с малым мячом.	1	
22	Обучения комплекса упражнения с малым мячом.	1	
23	Ходьба по различным предметам, передвижение боком.	1	
24	Игры: «День и ночь», «У медведя во бору», «Ищи»	1	
25	Игры: «День и ночь», «У медведя во бору», «Ищи»	1	
26	Право, лево. Направо, налево.	1	
27	Право, лево. Направо, налево.	1	
28	Впереди, сзади, рядом	1	
29	Впереди, сзади, рядом	1	
30	Вставание на четвереньки. Ползание на животе	1	Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила.
31	Вставание на четвереньки. Ползание на животе .	1	
32	Упражнения на ребристых досках, гимнастических палках, ортопедических ковриках. Ходьба на коленях.	1	
33	Упражнения на ребристых досках, гимнастических палках, ортопедических ковриках. Ходьба на коленях.	1	
34	Итоговое занятие	1	
	Итого:	34	По выбору

Тематическое планирование «Двигательное развитие» 6 класс

№	Тема урока	Количество часов	Виды деятельности
1	Опора на предплечья, на кисти рук. Выполнение движение плечами.	1	
2	Опора на предплечья, на кисти рук. Выполнение движение плечами.	1	
3	Ходьба с мешочками на голове, руки на поясе (за направляющим	1	
4	Ходьба с мешочками на голове, руки на поясе (за направляющим	1	
5	Упражнение «Змея», «Ящерица», «Кошка»	1	
6	Упражнение «Змея», «Ящерица», «Кошка»	1	
7	Ходьба по залу.	1	
8	Ходьбой по залу и линиям. Бросание мяча двумя руками	1	
9	Ходьбой по залу и линиям. Бросание мяча двумя руками	1	
10	Ходьба по кругу с чередованием на пятках и носках.	1	
11	Ходьбой по залу по «следам» с обходом кеглей и т.д	1	
12	Ходьба приставным шагом	1	
13	Ходьба с подниманием бедра	1	
14	Ходьба на носках с закрытыми глазами	1	
15	Упражнение «Аист»	1	
16	Ходьба с мешочками на голове, руки на поясе. Ходьба на носках, пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом	1	
17	Ходьба с мешочками на голове, руки на поясе. Ходьба на носках, пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом	1	
18	Ходьба по ровной горизонтальной поверхности	1	
19	Ходьба по ровной горизонтальной поверхности	1	
20	Упражнение «Птичка», «Веточка	1	
21	Упражнения со скакалками	1	
22	Упражнения со скакалками	1	
23	Упражнения с мячами	1	
24	Упражнения с мячами	1	
25	Упражнения с различными	1	

	малыми мячами		
26	Упражнения с различными малыми мячами	1	
27	Упражнения с гимнастической палкой.	1	
28	Упражнения с гимнастической палкой.	1	
29	Упражнения с ленточками.	1	
30	Упражнения с ленточками.	1	
31	Упражнение с обручами	1	
32	Упражнение с обручами	1	
33	Упражнение с обручами	1	
34	Итоговое занятие	1	
	итого	34	

Тематическое планирование «Двигательное развитие» 7 класс

№ п/п	Тема урока
1	Вводное занятие. Обучение правильному дыханию. Упражнения в «вытяжении».
2	Упражнения у стены. Игра «Замри». Упражнения для позвоночника
3	Упражнения на растягивание мышц спины. Упражнения на гимнастической скамейке.
4	Упражнения на координацию движения. Ходьба с предметом на голове по ориентирам. Упражнения с
5	Упражнения на координацию движения. Ходьба с предметом на голове по ориентирам. Упражнения с
6	Ходьба по ориентирам. Бег по начерченным на полу ориентирам.
7	Ходьба по гимнастической скамейке.
8	Ходьба по гимнастической скамейке Эстафета.
9	Упражнения с кеглями. Игра «Запретное движение»
10	Упражнения для развития мелкой моторики с мелкими предметами. Игра «Домики»
11	Упражнения для развития мелкой моторики с мелкими предметами. Игра «Домики»
12	Упражнения с мячами. Метание мяча в цель. Упражнения со скакалкой. Игра «Рыболов».
13	Упражнения с мячами. Метание мяча в цель. Упражнения со скакалкой. Игра «Рыболов».
14	Упражнения для развития мышц плечевого пояса и верхних конечностей.
15	Упражнения для развития мышц плечевого пояса и верхних конечностей.
16	Эстафеты с мячами.
17	Упражнения для укрепления мышц живота
18	Прыжки на одной ноге на месте. Прыжки на месте на двух ногах с поворотом на 45 градусов.
19	Прыжки с одной ноги на две.
20	Прыжок в глубину с двух ног на две (с гимнастической скамейки на мат).
21	Прыжки из положения ноги врозь (гимнастическая скамейка между ног) прыжки на двух ногах с пр
22	Выполнение общеразвивающих упражнений с удержанием мяча.
23	Правильный захват различных по форме и величине предметов одной и двумя руками.
24	Правильный захват мяча руками.
25	Выполнение основных движений удержание мяча.
26	Подбрасывание мяча вверх .Передача мяча в шеренге.
27	Ловля мяча на уровне груди(на уровне колен, над головой)
28	Ловля мяча на уровне груди(на уровне колен, над головой)

29	Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, над головой).
30	Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, над головой).
31	Преодоление полосы препятствий. Эстафеты.
32	Упражнения сидя и лежа на полу. Игра «Подними предмет».
33	Упражнения в висе спиной к стене.
34	Подъем туловища без помощи Игра «Попади в цель»
	Итого 34 часа

Материально – техническое обеспечение образовательного процесса.

1.Технические средства обучения (ТСО).

- Классная доска с набором приспособлений для крепления постеров и картинок.
- Компьютер.
- Мячи и шары разного размера и цвета.
- Скакалки, флажки, ленты.
- Обручи, кегли.
- Гимнастические палки.
- Гимнастические скамейки