

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение – средняя общеобразовательная школа №1
ЗАТО Озерный Тверской области**

«Согласовано»

На заседании методического объединения

Протокол № ___ от «___» _____ 2017 года

«Утверждаю»

Директор школы

Приказ № ___ от «___» _____ 2017 г.

_____/И.Г.Торопчина/

**Адаптированная рабочая программа
по курсу коррекционно-развивающие занятия
ДВИГАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ
(по программе специального коррекционного образования VIII вида,
(вариант D по ФГОС) индивидуальное обучение)
для учащихся 1 класса на 2017 – 2018 учебный год**

**Учитель
Гусева Ольга Николаевна**

**ЗАТО Озерный
2017**

1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа коррекционных занятий по двигательному развитию в 1 классе составлена на основе примерной адаптированной основной образовательной программы общего образования обучающихся с умственной отсталостью (вариант D).

Данная рабочая программа разработана на основе следующих документов:

- Федеральный «Закон об образовании в РФ» от 29.12.12. №273.
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования для умственно отсталых детей. (Проект) от 08.08.2014.
- Примерная адаптационная основная образовательная программа для умственно отсталых детей (вариант D). (проект) от 08.08.2014.

2.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Двигательное развитие является неотъемлемой частью образовательного процесса обучающихся с ОВЗ (со сложной структурой дефекта). Она решает образовательные, воспитательные, коррекционно-развивающие и лечебно-оздоровительные задачи.

Двигательная активность рассматривается и реализуется комплексно и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением; занимает одно из важнейших мест в подготовке этой категории обучающихся к самостоятельной жизни, производительному труду, воспитывает положительные качества личности, способствует социальной интеграции школьников в общество.

Цели и задачи образования с учетом специфики учебного предмета

Цель программы: обогащение сенсомоторного опыта, поддержание и развитие способности к движению через целенаправленное обучение и тренировку функциональных двигательных навыков.

Основные задачи программы:

- поддержание жизненно важных функций организма (дыхание, работа сердечно-сосудистой системы, мышечной и других физиологических систем);
- улучшение качества имеющихся движений, предупреждение их нарушений;
- стимуляция появления новых движений;
- обучение переходу из одной позы в другую;
- освоение новых способов передвижения;
- развитие и закрепление функционально важных навыков, необходимых для использования в повседневной жизни;
- мотивация двигательной активности;
- развитие моторной ловкости;
- развитие функции руки, в том числе мелкой моторики;
- формирование ориентировки в пространстве;

Коррекция недостатков психического и физического развития с учетом возрастных особенностей учащейся предусматривает:

- обогащение чувственного опыта;
- коррекцию и развитие сенсомоторной сферы;
- формирование навыков общения, предметно-практической и познавательной деятельности.

Программой предусмотрены следующие виды работы:

- беседы о содержании и значении двигательных упражнений для повышения качества здоровья и коррекции нарушенных функций;
- выполнение физических упражнений на основе показа учителя;
- выполнение упражнений без зрительного сопровождения, под словесную инструкцию учителя;
- самостоятельное выполнение упражнений;
- занятия в тренирующем режиме;
- формирование двигательных умений и навыков в процессе подвижных игр.

СТРУКТУРА КУРСА

Программа коррекционного курса «Двигательное развитие» включает в себя 5 разделов.

Название раздела	Название подразделов
Раздел 1. Восприятие собственного тела	1.1 Восприятие тактильных раздражителей 1.2 Восприятие вестибулярных/кинестетических раздражителей 1.3 Восприятие тела как единого целого 1.4 Восприятие различных частей тела 1.5 Развитие сенсомоторной координации
Раздел 2. Обучение двигательным действиям	2.1 Контроль положения головы 2.2 Контроль тела в положении лежа 2.3 Контроль тела в положении сидя 2.4 Контроль тела в положении стоя 2.5 Обучение двигательным переходам в горизонтальной плоскости 2.6 Обучение двигательным переходам в вертикальной плоскости 2.7 Передвижение (перемещение) в пространстве без использования технических средств 2.8 Передвижение (перемещение) в пространстве с использованием технических средств
Раздел 3. Развитие физических способностей	3.1 Развитие силовых способностей 3.2 Развитие выносливости 3.3. Развитие гибкости 3.4 Развитие способности к статическому и динамическому равновесию 3.5. Развитие способности ориентироваться в пространстве 3.6. Развитие чувства ритма 3.7 Развитие моторной ловкости
Раздел 4. Развитие функции руки	4.1 Знакомство с предметами с помощью рук 4.2 Обучение функциональным действиям руками

Содержание каждого раздела представлено по принципу «от простого к сложному».

Выраженные нарушения сенсорно-перцептивных процессов, преобладающие в структуре нарушения учащейся, усугубляют восприятие ребенком собственного тела, что дополнительно затрудняет произвольное овладение движениями и их синхронизацию.

Сложность и многообразие нарушений моторных функций в сочетании с тяжелыми формами психического недоразвития выдвигают определенные требования к организации учебной среды и междисциплинарному взаимодействию специалистов.

Современные подходы к работе требуют от педагогов овладения навыками не только безопасного, но и терапевтического (то есть соблюдающего принцип включенности и возможной самостоятельности в совместных действиях) сопровождения и перемещения ребенка в пространстве класса, школы.

Физическое сопровождение включает в себя правильно организованное рабочее место, индивидуальный ортопедический режим, использование техник и приемов перемещения.

3. ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Программа предусматривает проведение индивидуальных занятий во вторую половину дня. Индивидуальные занятия проводятся 2 раза в месяц. На индивидуальные занятия отводится 15-20 минут.

Количество часов, предусмотренных учебным планом – 10 часов (5 часов – аудиторная занятость; 5 часов – внеаудиторная занятость) за 5 месяцев (время реализации программы).

4. ОПИСАНИЕ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТИРОВ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека.

Дети с ОВЗ (со сложной структурой дефекта) отличаются не только крайне замедленным темпом психомоторного развития, но и явными нарушениями физического статуса. Степень тяжести этих нарушений усугубляется общим недоразвитием двигательного опыта, бедной организацией произвольных движений, скованностью и напряженностью мышечного тонуса. У многих детей отмечаются нарушения осанки, сколиоз, деформации костно-мышечной системы, изменения формы стопы, контрактуры конечностей. Двигательное развитие обогащает сенсомоторный опыт, развивает способности к движению через целенаправленное обучение и тренировку функциональных двигательных навыков.

5. ЛИЧНОСТНЫЕ, И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КОНКРЕТНОГО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА

В соответствии с требованиями ФГОС к адаптированной основной образовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью (вариант D) результативность обучения может оцениваться только строго индивидуально с учетом особенностей психофизического развития и особых образовательных потребностей каждого обучающегося.

Методы и средства оценки результативности программы (методы исследования и контроля)

Методы и средства оценки: Наблюдение, контрольные упражнения.

Критерии: Степень потребности посторонней помощи (полное, частичное, периодическая, самостоятельно)

Выводы:

0 баллов - нет продвижения, полная потребность

1 балл - минимальное продвижение, частичная потребность

2 балла - среднее, периодическая потребность

3 балла - значительное, самостоятельное выполнение.

Описание возможных результатов обучения:

- мотивация двигательной активности
- поддержка и развитие имеющихся движений
- расширение диапазона основных доступных движений для профилактики возможных нарушений и обеспечения безопасности жизнедеятельности ребенка;
- освоение новых способов передвижения (включая передвижение с помощью технических средств реабилитации);
- формирование функциональных двигательных навыков, в том числе мелкой моторики;
- обогащение сенсомоторного опыта и ориентировка в микропространстве.

6. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Практический материал:

Ходьба. Ходьба парами по кругу, взявшись за руки. Обычная ходьба в умеренном темпе в колонне по одному в обход зала за учителем. Ходьба по прямой линии, ходьба на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Ходьба с сохранением правильной осанки. Ходьба в чередовании с бегом. Ходьба с изменением скорости. Ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Ходьба с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. Ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра. Ходьба в медленном, среднем и быстром темпе. Ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д. Ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами.

Бег. Перебежки группами и по одному 15—20 м. Медленный бег с сохранением правильной осанки, бег в колонне за учителем в заданном направлении. Чередование бега и ходьбы на расстоянии. Бег на носках. Бег на месте с высоким подниманием бедра. Бег с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад. Бег с преодолением простейших препятствий (канавки, подлезание под сетку, обегание стойки и т. д.). Челночный бег.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед, назад, вправо, влево. Перепрыгивание через начерченную линию, шнур, набивной мяч. Прыжки с ноги на ногу на отрезках до. Подпрыгивание вверх на месте с захватом или касанием висящего предмета (мяча). Прыжки в длину с места. Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед, в стороны.

Игры.

Теоретические сведения. Элементарные сведения о правилах игр и поведении во время игр. Правила игр. Элементарные игровые техникотактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником). Элементарные сведения по овладению игровыми умениями (ловля мяча, передача, броски, удары по мячу).

Практический материал. Подвижные игры. Коррекционные игры. Игры с элементами общеразвивающих упражнений: игры с бегом; прыжками; лазанием; ловлей мяча; подвижные игровые упражнения; построениями и перестроениями.

7. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО – ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА.

Материально-техническое обеспечение

1.Музыкальные инструменты:

фортепиано, синтезатор, барабан, бубны, маракасы, румбы, бубенцы, тарелки, ложки, дудки, палочки, ударные установки, колокольчики.

2.Оборудование:

музыкальный центр, компьютер, ковёр, аудиозаписи, видео с показом различных простейших детских танцев, гимнастические предметы (гимнастическая палка, мяч, обруч), предметы для постановки танцев (флажки, цветы, куклы, маски).

Список литературы

- 1.«Двигательное развитие» Адаптированная основная образовательная программа общего образования обучающихся с умственной отсталостью (вариант D). Проект.
- 2.«Музыкально-ритмические занятия» (А.П.Зарин). Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта. Программно-методические материалы. / Под редакцией канд.псих. наук, профессора И.М. Бгажноковой. — М: ВЛАДОС, 2010г.

Интернет-ресурсы

- 1.<http://www.uchportal.ru>
- 2.<http://www.proshkolu.ru>
- 3.<http://nsportal.ru>
- 4.<http://www.twirpx.com>
5. <http://www.4stupeni.ru>
- 6.http://www.prosv.ru/ebooks/Voronkova_Prog_podgot_1-4kl/3.html.
- 7.http://ccenter.68edu.ru/metod_rab.html.
- 8.www.edu.ru/ Российское образование федеральный портал.
- 9.<http://www.fipi.ru> Федеральный институт педагогических измерений.
- 10.<http://ps.1september.ru> Газета «Первое сентября».

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО КУРСУ «ДВИГАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ» 1 класс

№	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Вид контроля	Дата
1-вн	Занятие 1 Растяжки Глазодвигательное упражнение Телесные упражнения Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Когнитивное упражнение	1	Комбинированный	Текущий	
2-А	Занятие 2 Растяжки Дыхательное упражнение Глазодвигательное упражнение Телесные упражнения Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Когнитивные упражнения Релаксация	1	Комбинированный	Текущий	13.09.
3-вн, вн	Занятие 3 Растяжки Дыхательное упражнение Глазодвигательное упражнение Телесные упражнения Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Когнитивное упражнение Релаксация	1	Комбинированный	Текущий	
4-А	Занятие 4 Растяжки Дыхательное упражнение Глазодвигательное упражнение Телесные упражнения Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Когнитивные упражнения Релаксация	1	Комбинированный	Текущий	27.09.

5-вн	Занятие 5 Растяжки Дыхательное упражнение Глазодвигательное упражнение Телесные упражнения Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Когнитивные упражнения Коммуникативное упражнение с правилами	1	Комбинированный	Текущий	
6-А	Занятие 6 Растяжки Дыхательное упражнение Глазодвигательное упражнение Телесные упражнения Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Когнитивные упражнения	1	Комбинированный	Текущий	11.10.
7-вн, вн	Занятие 7 Растяжки Дыхательное упражнение Когнитивное упражнение Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Коммуникативное упражнение Телесные упражнения	1	Комбинированный	Текущий	
8-А	Занятие 8 Растяжки Дыхательное упражнение Глазодвигательное упражнение Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Коммуникативное упражнение с правилами Телесные упражнения Релаксация	1	Комбинированный	Текущий	25.10
9-А	Занятие 9 Растяжки Дыхательное упражнение Глазодвигательное упражнение Телесные упражнения	1	Комбинированный	Текущий	08.11.

	Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Когнитивное упражнение Релаксация				
10-вн, вн	Занятие 10 Растяжки Дыхательное упражнение Глазодвигательное упражнение Телесные упражнения Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Когнитивное упражнение Коммуникативные упражнения	1	Комбинированный	Текущий	
11-А	Занятие 11 Растяжки Дыхательное упражнение Глазодвигательное упражнение Коммуникативные упражнения Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Когнитивное упражнение Телесные упражнения	1	Комбинированный	Текущий	22.11.
12-вн	Занятие 12 Растяжки Дыхательное упражнение Глазодвигательное упражнение Телесные упражнения Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Когнитивное упражнение Коммуникативные упражнения	1	Комбинированный	Текущий	
13-А	Занятие 13 Растяжки Глазодвигательное упражнение Дыхательное упражнение Телесные упражнения Когнитивные упражнения Коммуникативное упражнение	1	Комбинированный	Текущий	06.12.

14-вн, вн	Занятие 14 Растяжки Дыхательное упражнение Глазодвигательное упражнение Телесные упражнения Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Коммуникативное упражнение с правилами Когнитивные упражнения	1	Комбинированный	Текущий	
15	Занятие 15 Растяжки Дыхательное упражнение Глазодвигательное упражнение Телесные упражнения Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Когнитивные упражнения	1	Комбинированный	Текущий	20.12.
16	Занятие 16 Растяжки Дыхательное упражнение Глазодвигательное упражнение Телесные упражнения Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Когнитивные упражнения Коммуникативное упражнение	1	Комбинированный	Текущий	
17 18	Занятие 17 Растяжки Дыхательное упражнение Глазодвигательное упражнение Телесные упражнения Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Когнитивные упражнения Коммуникативное упражнение	2	Комбинированный	Текущий	
19 20	Занятие 18 Растяжки Глазодвигательное упражнение Телесные упражнения	2	Комбинированный	Текущий	

	Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Когнитивные упражнения				
21 22	Занятие 19 Растяжки Дыхательное упражнение Глазодвигательное упражнение Телесные упражнения Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Когнитивные упражнения Коммуникативное упражнение Релаксация	2	Комбинированный	Текущий	
23 24	Занятие 20 Растяжки Дыхательное упражнение Глазодвигательное упражнение Телесные упражнения Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Когнитивные упражнения Коммуникативное упражнение	2	Комбинированный	Текущий	
25 26	Занятие 21 Растяжки Дыхательное упражнение Глазодвигательное упражнение Телесные упражнения Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Когнитивные упражнения Коммуникативное упражнение	2	Комбинированный	Текущий	
27 28	Занятие 22 Растяжки Дыхательное упражнение Глазодвигательное упражнение Телесные упражнения Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Когнитивные упражнения Коммуникативное упражнение	2	Комбинированный	Текущий	

29 30	Занятие 23 Растяжки Дыхательное упражнение Глазодвигательное упражнение Телесные упражнения Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Когнитивные упражнения Коммуникативное упражнение Релаксация	2	Комбинированный	Текущий	
31 32	Занятие 24 Растяжки Дыхательное упражнение Глазодвигательное упражнение Телесные упражнения Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Коммуникативное упражнение	2	Комбинированный	Текущий	
33 34	Занятие 25 Растяжки Дыхательное упражнение Глазодвигательное упражнение Телесные упражнения Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Когнитивные упражнения Коммуникативное упражнение Релаксация	2	Комбинированный	Текущий	
35 35	Занятие 26 Растяжки Дыхательное упражнение Глазодвигательное упражнение Телесные упражнения Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Коммуникативное упражнение	2	Комбинированный	Текущий	
36 37	Занятие 27 Растяжки Глазодвигательное упражнение	2	Комбинированный	Текущий	

	Телесные упражнения Дыхательное упражнение Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Когнитивные упражнения Удержание двигательных программ Коммуникативное упражнение				
38 39	Занятие 28 Растяжки Глазодвигательное упражнение Телесные упражнения Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Удержание двигательных программ Релаксация	2	Комбинированный	Текущий	
40 41	Занятие 29 Растяжки Глазодвигательное упражнение Телесные упражнения Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Удержание двигательных программ Коммуникативное упражнение Релаксация	2	Комбинированный	Текущий	
42 43	Занятие 30 Растяжки Дыхательное упражнение Глазодвигательное упражнение Телесные упражнения Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук Когнитивные упражнения Удержание двигательных программ Коммуникативное упражнение	2	Комбинированный	Текущий	
44 45	Занятие 31 Растяжки Телесные упражнения Коммуникативное упражнение Релаксация	2	Комбинированный	Текущий	

	Итого	45			
--	-------	----	--	--	--