

Аннотация рабочей программы коррекционного курса «Двигательное развитие»

Рабочая программа коррекционного курса «Двигательное развитие» ориентирована на обучающихся 10-12 классов с тяжёлыми множественными нарушениями развития (вариант 2). Программа составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с тяжёлыми множественными нарушениями развития (вариант 2), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026.

Коррекционный курс «Двигательное развитие» является обязательной частью учебного плана и входит в часть формируемую участниками образовательных отношений. В соответствии с учебным планом программа в 10-12 классах рассчитана на 34 учебные недели и составляет 68 занятий в год (по 2 занятия в неделю).

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.

Цель:

обогащение сенсомоторного опыта, поддержание и развитие способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков

Задачи:

- 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.

Содержание коррекционного курса «Двигательное развитие» представлено следующими разделами: «Общеразвивающие и корригирующие упражнения», «Прикладные упражнения», «Подвижные игры».

В состав УМК входит:

1. Венгер Л. А. О формировании познавательных способностей в процессе обучения дошкольников//Хрестоматия по возрастной и педагогической психологии.- Ч. II.- М., 1981. 2. Завалишина Д.Н. Психологическая структура способностей. М.: Проспект, 2006 – 309 с.
3. Запарожнов А.В. Восприятие и действие. М., Просвещение, 2007 –543 с.
4. Дружинин А., Дружинина О. Ваш ребёнок от 0 до 7 лет.-М.: ЗАО Центрполиграф, 2008.- 191 с.
5. Морозова О.Е.И. Тихеева. Дошкольный возраст: сенсорное развитие и воспитание // Дошкольное воспитание. -1993. – №5. - С. 54–55
6. Пилюгина Э.Г. «Сенсорные способности малыша» - М.: Просвещение: АО «Учебная литература» 1996г.
7. Плеханов А., Морозова О. Создатель детского сада и основоположник дошкольной педагогики // Дошкольное воспитание. -1995. – №7. - С. 64–67
8. Венгер Л А., Пилюгина Э. Г., Венгер Н. Б. .Воспитание сенсорной культуры ребенка - М.: Просвещение , 1988.-144с.

Содержание учебного предмета:

10 класс

Раздел/ количество часов	Содержание раздела
-----------------------------	--------------------

<p>Общеразвивающие и корректирующие упражнения (38 часов)</p>	<p>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). Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые». Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание. Выполнение движений плечами.</p> <p>Опора на предплечья, на кисти рук. Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине». Вставание на колени из положения «сидя на пятках». Вставание из положения «стоя на коленях». Выполнение движений ногами: подъем вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.</p> <p>Общеразвивающие упражнения для всех групп мышц Общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками Общеразвивающие упражнения с обручами Общеразвивающие упражнения с мячами. Выполнение общеразвивающих упражнений в движении.</p> <p>Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину. Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо. Лежа на спине велосипед, поочередное поднимание прямых и согнутых ног в коленях. Одновременное поднимание разноименных рук и ног. Выполнение упражнения «Ножницы» руками и ногами. Поднимание туловища с помощью рук из исходного положения лежа. В положении лежа поочередное сгибание ног в коленях к груди с помощью рук.</p> <p>Принятие правильного и.п. у гимнастической стенки. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки Комплексы упражнений для профилактики плоскостопия Ходьба по дорожке здоровья, выполнение массажа ног на массажерах. Катание ступнями массажных мячей.</p>
<p>Прикладные упражнения. (14 часов)</p>	<p>Ходьба на носках, на пятках, высоко поднимая бедро, с хлопком под бедром, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в полном приседе, со сменой направления, с остановкой по сигналу. Бег с высоким подниманием бедра, захлестывая голень назад, приставным шагом. Чередование ходьбы и бега с перепрыгиванием, подлезанием. Бег змейкой в медленном темпе.</p> <p>Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, вправо, влево). Прыжки на одной ноге. Спрыгивание с небольшой высоты. Прыжки на фитболах.</p> <p>Ходьба по скамейке с различными предметами и без, по наклонной скамейке вверх и вниз.</p> <p>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). Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега)</p>
<p>Подвижные игры (16 часов)</p>	<p>Игра «Бочке», «Вышибала», «Гонка мячей», Эстафеты с различным инвентарем. «Попади в мяч», «Меткий глаз», «Точный расчет».</p>

**Планируемые результаты освоения программы коррекционного курса
«Двигательное развитие» на конец 10 класса**

Предметные результаты	Базовые учебные действия
<p>1.Общеразвивающие и корригирующие упражнения -по показу выполнять общеразвивающие упражнения с различными предметами;</p> <p>2.Прикладные упражнения -выполнять ходьбу с остановками по сигналу; -бегать «змейкой» в медленном темпе; -прыгать на фитболах; -ходить высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в полном приседе; -бегать с высоким подниманием бедра, захлестывая голень назад, приставным шагом: -прыгать на двух ногах с продвижением вперед (вправо, влево, назад); -прыгать на одной ноге; -ударять мяч одной ногой с нескольких шагов, с разбега; -ходить по наклонной скамейке вверх и вниз; -бросать и ловить мяч на уровне груди, колен, над головой; -ударять по мячу ногой с разбега;</p> <p>3.Подвижные игры -целенаправленно действовать в подвижных играх под руководством учителя.</p>	<p>1. Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся.</p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в учебной среде; - ориентироваться в расписании; - обращаться за помощью, с просьбой к учителю или однокласснику; -адекватно относиться к поведению одноклассников; - поднимать руку для ответа и высказывания; - контролировать свои действия; -спокойно реагировать на изменения в окружении; - вступать в контакт и работать в коллективе. <p>2. Формирование учебного поведения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать спортивный инвентарь по назначению; - выполнять действия со спортивным инвентарем; -уметь переодеваться в спортивную форму; - соотносить одинаковые предметы и картинки; - адекватно использовать ритуалы школьного поведения; - организовывать рабочее место для занятий; <p>3. Формирование умения выполнять задание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять задания полностью (от начала до конца); - работать по показу; - переходить от одного задания к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.; - слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту. <p>4. Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять окончание задания; - доводить начатое дело до конца; - работать по карточкам, плану, пиктограммам.

11 класс

Раздел/ количество часов	Содержание раздела
-------------------------------------	---------------------------

<p>Общеразвивающие и корректирующие упражнения (38 часов)</p>	<p>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). Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые». Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание. Выполнение движений плечами.</p> <p>Опора на предплечья, на кисти рук. Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине». Вставание на колени из положения «сидя на пятках». Вставание из положения «стоя на коленях». Выполнение движений ногами: подъем вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.</p> <p>Общеразвивающие упражнения для всех групп мышц Общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками Общеразвивающие упражнения с обручами Общеразвивающие упражнения с мячами. Выполнение общеразвивающих упражнений в движении.</p> <p>Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину. Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо. Лежа на спине велосипед, поочередное поднимание прямых и согнутых ног в коленях. Одновременное поднимание разноименных рук и ног. Выполнение упражнения «Ножницы» руками и ногами. Поднимание туловища с помощью рук из исходного положения лежа. В положении лежа поочередное сгибание ног в коленях к груди с помощью рук.</p> <p>Принятие правильного и.п. у гимнастической стенки. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки. Комплексы упражнений для профилактики плоскостопия Ходьба по дорожке здоровья, выполнение массажа ног на массажерах. Катание ступнями массажных мячей.</p>
<p>Прикладные упражнения. (14 часов)</p>	<p>Ходьба на носках, на пятках, высоко поднимая бедро, с хлопком под бедром, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в полном приседе, со сменой направления, с остановкой по сигналу. Бег с высоким подниманием бедра, захлестывая голень назад, приставным шагом. Чередование ходьбы и бега с перепрыгиванием, подлезанием. Бег змейкой в медленном темпе.</p> <p>Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, вправо, влево). Прыжки на одной ноге. Спрыгивание с небольшой высоты. Прыжки на фитболах.</p> <p>Ходьба по скамейке с различными предметами и без, по наклонной скамейке вверх и вниз.</p> <p>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). Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега)</p>
<p>Подвижные игры (16 часов)</p>	<p>Игра «Бочке», «Вышибала», «Гонка мячей», Эстафеты с различным инвентарем. «Попади в мяч», «Меткий глаз», «Точный расчет».</p>

**Планируемые результаты освоения программы коррекционного курса
«Двигательное развитие» на конец 11 класса**

Предметные результаты	Базовые учебные действия
<p>1.Общеразвивающие и корригирующие упражнения -по показу выполнять общеразвивающие упражнения с различными предметами;</p> <p>2.Прикладные упражнения -выполнять ходьбу с остановками по сигналу; -бегать «змейкой» в медленном темпе; -прыгать на фитболах; -ходить высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в полном приседе; -бегать с высоким подниманием бедра, захлестывая голень назад, приставным шагом: -прыгать на двух ногах с продвижением вперед (вправо, влево, назад); -прыгать на одной ноге; -ударять мяч одной ногой с нескольких шагов, с разбега; -ходить по наклонной скамейке вверх и вниз; -бросать и ловить мяч на уровне груди, колен, над головой; -ударять по мячу ногой с разбега;</p> <p>3.Подвижные игры -целенаправленно действовать в подвижных играх под руководством учителя.</p>	<p>1. Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся.</p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в учебной среде; - ориентироваться в расписании; - обращаться за помощью, с просьбой к учителю или однокласснику; -адекватно относиться к поведению одноклассников; - поднимать руку для ответа и высказывания; - контролировать свои действия; -спокойно реагировать на изменения в окружении; - вступать в контакт и работать в коллективе. <p>2. Формирование учебного поведения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать спортивный инвентарь по назначению; - выполнять действия со спортивным инвентарем; -уметь переодеваться в спортивную форму; - соотносить одинаковые предметы и картинки; - адекватно использовать ритуалы школьного поведения; - организовывать рабочее место для занятий; <p>3. Формирование умения выполнять задание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять задания полностью (от начала до конца); - работать по показу; - переходить от одного задания к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.; - слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту. <p>4. Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять окончание задания; - доводить начатое дело до конца; - работать по карточкам, плану, пиктограммам;

12 класс

Раздел/ количество часов	Содержание раздела
Общеразвивающие и корригирующие	Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), повороты (вправо,

<p>упражнения (38 часов)</p>	<p>влево в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки). Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые». Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание. Выполнение движений плечами.</p> <p>Опора на предплечья, на кисти рук. Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине». Вставание на колени из положения «сидя на пятках». Вставание из положения «стоя на коленях». Выполнение движений ногами: подъем вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.</p> <p>Общеразвивающие упражнения для всех групп мышц Общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками Общеразвивающие упражнения с обручами Общеразвивающие упражнения с мячами. Выполнение общеразвивающих упражнений в движении.</p> <p>Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину. Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо. Лежа на спине велосипед, поочередное поднимание прямых и согнутых ног в коленях. Одновременное поднимание разноименных рук и ног. Выполнение упражнения «Ножницы» руками и ногами. Поднимание туловища с помощью рук из исходного положения лежа. В положении лежа поочередное сгибание ног в коленях к груди с помощью рук.</p> <p>Принятие правильного и.п. у гимнастической стенки. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки Комплексы упражнений для профилактики плоскостопия Ходьба по дорожке здоровья, выполнение массажа ног на массажерах. Катание ступнями массажных мячей.</p>
<p>Прикладные упражнения. (14 часов)</p>	<p>Ходьба на носках, на пятках, высоко поднимая бедро, с хлопком под бедром, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в полном приседе, со сменой направления, с остановкой по сигналу. Бег с высоким подниманием бедра, захлестывая голень назад, приставным шагом. Чередование ходьбы и бега с перепрыгиванием, подлезанием. Бег змейкой в медленном темпе.</p> <p>Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, вправо, влево). Прыжки на одной ноге. Спрыгивание с небольшой высоты. Прыжки на фитболах.</p> <p>Ходьба по скамейке с различными предметами и без, по наклонной скамейке вверх и вниз.</p> <p>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). Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега)</p>
<p>Подвижные игры (16 часов)</p>	<p>Игра «Бочке», «Вышибала», «Гонка мячей», Эстафеты с различным инвентарем. «Попади в мяч», «Меткий глаз», «Точный расчет».</p>

Планируемые результаты освоения программы коррекционного курса

«Двигательное развитие» на конец 12 класса

Предметные результаты	Базовые учебные действия
<p>1.Общеразвивающие и корригирующие упражнения -по показу выполнять общеразвивающие упражнения с различными предметами;</p> <p>2.Прикладные упражнения -выполнять ходьбу с остановками по сигналу; -бегать «змейкой» в медленном темпе; -прыгать на фитболах; -ходить высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в полном приседе; -бегать с высоким подниманием бедра, захлестывая голень назад, приставным шагом: -прыгать на двух ногах с продвижением вперед (вправо, влево, назад); -прыгать на одной ноге; -ударять мяч одной ногой с нескольких шагов, с разбега; -ходить по наклонной скамейке вверх и вниз; -бросать и ловить мяч на уровне груди, колен, над головой; -ударять по мячу ногой с разбега;</p> <p>3.Подвижные игры -целенаправленно действовать в подвижных играх под руководством учителя.</p>	<p>1. Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся.</p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в учебной среде; - ориентироваться в расписании; - обращаться за помощью, с просьбой к учителю или однокласснику; -адекватно относиться к поведению одноклассников; - поднимать руку для ответа и высказывания; - контролировать свои действия; -спокойно реагировать на изменения в окружении; - вступать в контакт и работать в коллективе. <p>2. Формирование учебного поведения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать спортивный инвентарь по назначению; - выполнять действия со спортивным инвентарем; -уметь переодеваться в спортивную форму; - соотносить одинаковые предметы и картинки; - адекватно использовать ритуалы школьного поведения; - организовывать рабочее место для занятий; <p>3. Формирование умения выполнять задание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять задания полностью (от начала до конца); - работать по показу; - переходить от одного задания к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.; - слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту. <p>4. Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять окончание задания; - доводить начатое дело до конца; - работать по карточкам, плану, пиктограммам.

