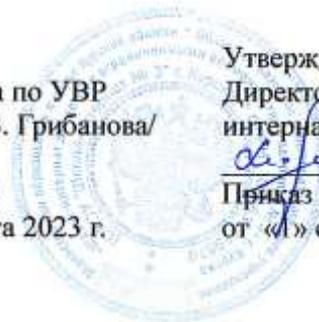


Областное казенное общеобразовательное учреждение
«Школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья №3» г. Курска

Рассмотрена
на заседании МО
специалистов службы
сопровождения
Руководитель МО
 /Ю.С. Цапенко/
Протокол № 1
от «29» августа 2023 г.

Согласована
Зам директора по УВР
 /М.В. Грибанова/
Протокол № 1
от «29» августа 2023 г.

Утверждаю
Директор-ОКОУ «Школа-
интернат №3» г. Курска
 /А.Н. Лежнёв/
Приказ № 139
от «1» сентября 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

коррекционного курса «Двигательное развитие»

для 1 доп., 1-4 классов

Разработана и реализуется в соответствии с ФГОС образования обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями развития, вариант 2

Составитель: Цапенко Юлия Сергеевна, высшая квалификационная категория

2023 г.
г. Курск

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по коррекционному курсу «Двигательное развитие» для обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми и инструктивно - методическими документами:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. №273-ФЗ;
- ФЗ ОТ 24.09.2022 № 371-ФЗ «О внесении изменений в ФЗ «Об образовании в РФ» и статью 1 ФЗ «Об обязательных требованиях в РФ»;
- Приказом Минпросвещения России от 24.11.2022 № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» (зарегистрирован в Минюсте России 30.12.2022 № 71930);
- Федеральным перечнем учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Минпросвещения России от 21 сентября 2022 г. №858 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключённых учебников»;
- Уставом ОКОУ «Школа-интернат №3» г. Курска;
- Учебным планом ОКОУ «Школа-интернат №3» г. Курска;
- Календарным учебным графиком ОКОУ «Школа-интернат №3» г. Курска на учебный год;
- Положением о разработке, принятии и утверждении рабочих программ учебных предметов, курсов ОКОУ «Школа-интернат №3» г. Курска.

При разработке рабочей программы были использованы программно-методические материалы:

- Федеральный государственный образовательный стандарт обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 г № 1599;
- Адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями развития ОКОУ «Школа-интернат №3» г. Курска (вариант 2);
- Комплект примерных рабочих программ для 1 дополнительного 1 классов по отдельным предметам и коррекционных курсам для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2).

Коррекционный курс «Двигательное развитие» входит в образовательную область «Коррекционные занятия», реализуется в 1 доп., 1 – 4 классах (вариант 2). Срок реализации программы: 5 лет.

Цель обучения – используя двигательную деятельность корректировать недостатки восприятия, внимания, зрительно-двигательной координации, пространственных представлений, а также их речи и связи с практической деятельностью

Основные 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.

2. 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 обучающихся с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся. Поэтому работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков является целью занятий.

Развитие двигательных умений у обучающихся с детским церебральным параличом тесно связано с профилактикой возникновения у них патологических состояний. В ходе работы тело обучающегося фиксируется в таких позах (горизонтальных, сидячих, вертикальных), которые снижают активность патологических рефлексов, обеспечивая максимально комфортное положение обучающегося 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, обучающегося самостоятельным движениям, действиям с предметами, элементарным операциям самообслуживания, способствует развитию познавательных процессов.

3. СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

Удержание головы в положении лежа на спине (на животе, на боку (правом, левом), в положении сидя. Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине или животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине или 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 или разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак и разгибание. Выполнение движений плечами.

Опора на предплечья, на кисти рук. 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). 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, влево). Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках). Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения "лежа на спине".

Вставание на колени из положения "сидя на пятках". Стояние на коленях. Ходьба на коленях. Вставание из положения "стоя на коленях". Стояние с опорой (например, вертикализатор, костыли, трость), без опоры. Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад. Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры), по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры), по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры). Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе). Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом). Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево). Прыжки на одной ноге. Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега).

4. ОПИСАНИЕ МЕСТА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

Коррекционный курс «Двигательное развитие» входит в образовательную область «Коррекционные занятия» адаптированной основной образовательной программы для обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) и реализуется

в урочной деятельности в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами.

Класс	Часов в неделю	Часов за год
1 доп.	1	33
1	1	33
2	1	34
3	1	34
4	1	34

**5. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
«ДВИГАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ»
1 ДОП. КЛАСС, 33 ч.**

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1	Разучивание основных положений рук, ног, туловища, головы.	1
2	Знакомство с движениями, имитирующими ходьбу и бег животных.	1
3	Упражнения для различных мышечных групп.	1
4	Упражнения с предметами и без них.	1
5	Упражнение для правильного дыхания (грудного, брюшного) Игра: «Дуем раз...».	1
6	Знакомство с ходьбой по гимнастической скамейке с различными положениями рук (в стороны, за голову, на пояс, вверх, вперёд, к плечам).	1
7	Строевые упражнения (право, лево, направо, налево, впереди, сзади, рядом).	1
8	Подвижные игры на сохранение правильной осанки: «Море волнуется», «Совушка».	1
9	Обучения комплекса упражнения с малым мячом для профилактики миопии.	1
10	Ходьба по различным предметам, передвижение боком. Игры: «Зоопарк», «Собери шишки».	1
11	Упражнения для увеличения гибкости и подвижности позвоночника.	1
12	Упражнения на ребристых досках, гимнастических палках, ортопедических ковриках.	1
13	Захват и передача предметов.	1
14	Ходьба по залу и линиям.	1
15	Ходьба по кругу с чередованием на пятках и носках.	1
16	Комплекс дыхательных упражнений.	1
17	Упражнения для мышц спины путем складывания.	1
18	Упражнения для мышц стоп.	1
19	Упражнения с мячами – ёжиками.	1
20	Упражнения с различными предметами.	1
21	Ходьба по залу с изменением направления, с обходом кеглей и т.д.	1
22	Ходьба на носках с закрытыми глазами.	1
23	Сгибание-разгибание стопы. Перекаты с носков на пятки.	1
24	Подвижные игры на сохранение правильной осанки: «Море волнуется», «Совушка».	1
25	Приседания с предметами и без.	1
26	Упражнения для мышц спины, брюшного пресса.	1
27	Лазанье по гимнастической скамье, стенке.	1
28	Упражнения с предметами на голове (мешочек с песком, кубик и т. д) стоя	1

	у стены, в движении, под музыку.	
29	Упражнения с гимнастическими палками.	1
30	Упражнения для увеличения гибкости и подвижности позвоночника.	1
31	Упражнения с малыми мячами разного диаметра.	1
32	Упражнение «Аист». Ходьба на носках с закрытыми глазами.	1
33	Упражнения у гимнастической стенки (движения головы, рук, ног, приседания, скольжение спиной по стенке).	1

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
«ДВИГАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ»
1 КЛАСС, 33 ч.

№	Тема	Кол-во часов
1	Построение в колонну по одному с помощью учителя	1
2	Выполнение движений по командам с учителем «Встать!», «Пошли!», «Остановились!»	1
3	Ходьба группой (без построения в колонну)	1
4	Упражнения у гимнастической стенки (движения головы, рук, ног, приседания, скольжение спиной по стенке), смешанные висы	1
5	Упражнения для укрепления мышц живота и спины.	1
6	Упражнения для укрепления мышц бёдер, ног и рук	1
7	Упражнения с предметами и без них	1
8	Упражнение для правильного дыхания с использованием звуковой гимнастики	1
9	Разучивание игр на совершенствование сенсорного развития	1
10	Знакомство с ходьбой по гимнастической скамейке с различными положениями рук (в стороны, за голову, на пояс, вверх, вперёд, к плечам)	1
11	Упражнения с предметами на голове (мешочек с песком, кубик и т.д.) стоя у стены, в движении, под музыку	1
12	Обучение специальным упражнениям в вытяжении и самовытяжении	1
13	Подвижные игры на сохранение правильной осанки: «Море волнуется», «Совушка - Сова»	1
14	Упражнения для увеличения гибкости и подвижности позвоночника и суставов при помощи фитболов, больших мячей.	1
15	Комплекс упражнений с малым мячом для профилактики миопии	1
16	Ходьба по различным предметам, передвижение боком	1
17	Игры: «Летающие носочки», «Зоопарк», «Собери шишки».	1
18	Впереди, сзади, рядом.	1
19	Упражнения для увеличения гибкости и подвижности позвоночника.	1
20	Упражнения на ребристых досках, гимнастических палках, ортопедических ковриках.	1
21	Ходьба с мешочками на голове, руки на поясе (за преподавателем)	1
22	Ходьба с мешочками на голове, руки на поясе (за направляющим)	1
23	Упражнение «Змея», «Ящерица», «Кошка»	1
24	Ходьба по залу.	1
25	Ходьбой по залу и линиям.	1
26	Ходьба по кругу с чередованием на пятках и носках.	1
27	Ходьбой по залу по «следам» с обходом кеглей и т.д.	1

28	Ходьба приставным шагом.	1
29	Ходьба с подниманием бедра.	1
30	Ходьба на носках с закрытыми глазами.	1
31	Упражнение «Аист»	1
32	Ходьба с мешочками на голове, руки на поясе (за преподавателем)	1
33	Ходьба с мешочками на голове, руки на поясе (за направляющим)	2

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
«ДВИГАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ»
2 КЛАСС, 34 ч.

№	Тема	Кол-во часов
1	Движение руками в различных исходных положениях	1
2	Профилактика и коррекция навыка правильной ходьбы	1
3	Захват предметов	1
4	Метание мешочков в горизонтальную цель	1
5	Броски и ловля большого мяча	1
6	Упражнения в равновесии	1
7	Перекатывание мячей	1
8	Дыхательные упражнения по подражанию	1
9	Прыжки на двух ногах	1
10	ОРУ с малыми мячами.	1
11	Коррекция мелкой моторики рук	1
12	Переноска предметов	1
13	Пролезание и подлезание под препятствием	2
14	Упражнения с обручем	1
15	Прыжки	1
16	Передача предметов	1
17	Броски и ловля мяча на разную высоту	1
18	Самомассаж рук, головы, ног, живота	1
19	Упражнения для мышц ног	1
20	Упражнения у гимнастической стенки	1
21	Броски и ловля мяча в парах	1
22	Подражательные упражнения (движения животных)	1
23	Упражнения в равновесии	1
24	Метание малого мяча в вертикальную цель	2
25	Упражнения с кеглями. Лазания по г/стенке	2
26	ОРУ с теннисными мячами	1
27	Профилактика и коррекция плоскостопия	1
28	Коррекция мелкой моторики рук	2
29	Тестирование	1

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
«ДВИГАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ»
3 КЛАСС, 34 ч.

№	Тема	Кол-во часов
1	Основные положения и движения	1
2	Захват предметов	1

3	Броски и ловля большого мяча	1
4	Упражнения с массажными мячами	1
5	ОРУ с кубиками	1
6	Коррекция и развитие мелкой моторики	1
7	Равновесие	1
8	Перекачивание мяча	1
9	Эстафеты с ходьбой	1
10	Передача мяча в парах	1
11	Метание в горизонтальную цель	1
12	Лазанье и перелезание	1
13	Прыжки на месте на двух ногах, поочередно на одной ноге.	1
14	Преодоление простейших препятствий	1
15	Метание мяча в вертикальную цель	1
16	Броски и ловля мяча	1
17	Упражнения на развитие равновесия	1
18	Прыжки	1
19	Профилактика и коррекция плоскостопия	1
20	Упражнения на гимнастической стенке	1
21	Упражнения с обручами	1
22	Имитационно-подражательные движения	1
23	Спрыгивание с высоты до 50 см	1
24	Перепрыгивание через начерченную линию, шнур	1
25	Бег с различной скоростью	1
26	Броски и ловля мяча в парах	1
27	Передвижение по гимнастической стенке в сторону приставными шагами	1
28	Равновесие	1
29	Метание малого мяча в вертикальную цель	2
30	Подбрасывание мяча вверх и ловля его	1
31	Броски малого мяча в стену	2
32	Передача мяча в колонне	1
33	Подлезание под препятствие высотой 40-50 см, лежа на животе.	1
34	Тестирование	1

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
«ДВИГАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ»
4 КЛАСС, 34 ч.

№	Тема	Кол-во часов
1	Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет.	1
2	Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа.	1
3	Движение плечами.	1
4	Наклоны головой.	1
5	Наклоны туловищем.	1
6	Сгибание стопы.	1
7	Построение в обозначенном месте (в кругах, в квадратах).	1
8	Корректирующие упражнения. Игра с мячом.	1
9	Прыжок в длину с места в ориентир.	1
10	Повороты на месте.	1
11	Построение в круг по ориентиру.	1

12	Упражнения на равновесие.	1
13	Упражнения с мячом.	1
14	Катание ступнями кеглей. Игра «Кто быстрее снимет»	1
15	Ходьба по дорожке. (змейка)	1
16	Ходьба на носках, на пятках.	1
17	Игра «Передай мяч»	1
18	Ловля мяча после хлопка над головой.	1
19	Упражнения с большим мячом.	1
20	Упражнения с обручем и без него. Игра «Проскачи через круг».	1
21	Упражнения для мышц брюшного пресса.	1
22	Ловля мяча с поворотом на месте.	1
23	Упражнения с гантелями.	1
24	Самомассаж рук, головы, ног. Игра «Ну-ка отними».	1
25	Ходьба с мешочками песка на голове.	1
26	Подбрасывание мяча вверх, три хлопка. Игра «Поймай мяч».	1
27	Подъем предметов различной величины.	1
28	Катание мяча руками от себя.	1
29	Массаж пальцев, кистей рук. Игра «Морские фигуры»	1
30	Катание мяча руками к себе.	1
31	Эстафеты с применением скакалок, гимнастических палок.	1
32	Перелазания через препятствия.	1
33	Игра «Балалайка».	1
34	Ходьбой по залу по «следам» с обходом кеглей и т.д.	1

6. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (вариант 2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. Основным ожидаемым результатом освоения обучающимися АООП 2 варианта является развитие жизненной компетенции, позволяющей достичь максимальной самостоятельности (в соответствии с физическими и психическими возможностями) в решении повседневных жизненных задач, включение в жизнь общества через индивидуальное поэтапное и планомерное расширение социальных контактов и жизненного опыта.

Ожидаемые личностные результаты:

- 1) основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как "Я";
- 2) социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- 3) формирование уважительного отношения к окружающим;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- 6) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

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

Возможные результаты освоения коррекционного курса «Двигательное развитие»:

1) восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений:

- освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в том числе с использованием технических средств);
- освоение двигательных навыков, координации, последовательности движений;
- совершенствование физических качеств: ловкости, силы.

2) соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью:

- умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения и другое;
- повышение уровня самостоятельности в освоении и совершенствовании двигательных умений.

3) Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: спортивные игры, туризм.

- интерес к физической подготовке;
- умение кататься на санках, играть в подвижные игры и др.

Возможные результаты освоения коррекционного курса:

К концу 1 – го года обучения:

Обучающиеся должны знать:

Параметры правильной осанки (подбородок должен находиться под прямым углом к остальному телу, плечи прямые, грудная клетка поднята вверх, но не чрезмерно, живот подтянут, но не втянут глубоко внутрь. Все это можно выразить одним словом: «Выпрямись!»).

Значение лечебной гимнастики для здоровья ребенка, правильного дыхания; правила техники безопасности, личной гигиены на уроке, правила нескольких игр целенаправленного и общего характера.

Обучающиеся должны уметь:

Проверять осанку у стены; соблюдать симметрию положения тела при выполнении упражнений, 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; ходьба на носках, на наружных сводах стопы по ребристой доске; медленно бегать, расслаблять мышцы в положении лежа, используя образные сравнения: «рука отдыхает», «нога спит», и др.; играть в игры целенаправленного («Делай так, делай эдак», «Не урони мешочек», «Тише едешь – дальше будешь») и общего характера («Совушка», «Попади мячом в булавку», «Пятнашки с мячом», «Бездомный заяц»); ходить в различных И.П., бегать в медленном темпе, выполнять упражнения с гантелями, с обручами, без предметов. Соблюдать порядок, дисциплину, гигиенические правила на уроке.

К концу 2 – го года обучения:

Обучающиеся должны знать:

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); оздоровительное направление гимнастики А.Н. Стрельниковой, оздоровительного плавания.

Обучающиеся должны уметь:

Проверять осанку у стены, у зеркала, сохранять положение правильной осанки на уроках и дома с напоминаниями взрослых; выполнять правила ортопедического режима с помощью взрослого.

Выполнять упражнения для растяжения мышц и связок позвоночника (висы, «Вытяжения», «Группировка», «Кошка под забором», «Плуг», «Натянутый лук»); упражнения для развития силы («Укрепление диафрагмы», «Крестики», «Велосипед», «Брасс руками», «Лодочка», «Мост», «Медуза»; отжимания от скамейки, от пола, подтягивания на перекладине; упражнения с гантелями; выполнять упражнения для развития координации движений (комбинация специальных упражнений различной координационной сложности: «Крестики», «Брасс руками», «Брасс ногами»; комплекс с гимнастической палкой; подвижные игры. Комплекс для профилактики плоскостопия (ходьба в различных И.П. по канату, по палке, вытяжение носков, подошвенное сгибание стоп и пальцев, захват ногами разных предметов). Уметь правильно дышать, выполняя гимнастику Стрельниковой; играть в подвижные игры целенаправленного (2 – 3 игры) и общего характера (4 – 5 игр); Выполнять полное произвольное расслабление мышц туловища и конечностей, используя образные сравнения; выполнять ежедневно 4 – 8 упражнений ЛФК под контролем взрослого. Произвольно расслаблять мышцы. Соблюдать правила безопасности на уроке.

К концу 3 – го года обучения:

Обучающиеся должны знать:

Соблюдение режима дня и ортопедического режима – главное условие правильного физического развития ребенка. Знать показатели самоконтроля (сон, аппетит, самочувствие, настроение, болевые ощущения, работоспособность). Значение самомассажа, очистительного дыхания, о физкультминутках в школе и дома, при выполнении домашнего задания.

Обучающиеся должны уметь:

Периодически контролировать правильность осанки (у зеркала, у стены, у гимнастической стенки, сидя на скамейке, с закрытыми глазами и др.) самостоятельно и под контролем взрослого; ходить с предметами на голове; выполнять комплекс у гимнастической стенки; элементы Хатха – йоги («Вытяжение», «Натянутый лук», «Складной нож», «Поза собаки», и др.); длительное время удерживать статические позы («Мост», «Складной нож», «Березка», «Поза саранчи» и др.).

Выполнять ритмическую гимнастику под музыкальное сопровождение; упражнения с гимнастической палкой.

Осуществлять самоконтроль за своим здоровьем, выполнять очистительное дыхание и элементы самомассажа.

Играть в подвижные игры – «Тише едешь – дальше будешь», «Мяч в кругу», «Ножной мяч», «Пятнашки елочкой», «Вышибалы на четвереньках» и др.

К концу 4 – го года обучения:

Обучающиеся должны знать:

Назначение и строение позвоночника, значение правильного питания и здорового образа жизни для здоровья человека; иметь представление о механизме лечебного действия упражнений, классического массажа, аутогенной тренировки; знать простейшие правила одной из выбранных спортивных игр.

Обучающиеся должны уметь:

Корректировать осанку самостоятельно всеми изученными способами; элементы классического массажа в парах; упражнения для растяжения мышц и связок позвоночника; в положении лежа осуществлять перекаты с живота на спину без помощи рук, ходить на прямых руках и ногах в упоре стоя согнувшись; передвигаться лежа на животе по скамье, подтягивая себя руками; ползать по скамье на четвереньках с опорой руками на пол.

Выполнять упражнения Хатха – йоги, мысленно пропуская ток энергии через тело («Йога мудра», «Поза кобры», «Плуг», «Березка», «Натянутый лук», «Поза лотоса», «Поза полного расслабления»).

Упражнения для развития силы в парах, оказывая помощь и сопротивление, длительное время (до 1 минуты и больше) удерживать статические позы; выполнять упражнения для расслабления мышц и укрепления нервной системы:

Для психологической установки на выздоровление выполнять аутогенную тренировку; играть в подвижные игры («Китайские пятнашки», «Попади мячом в булаву», «Мяч в кругу», «Ножной мяч» и любые другие игры тренирующего и направленного характера); играть в волейбол сидя на полу воздушным, волейбольным мячом или другую игру по выбору.

Самостоятельно выполнять комплекс ЛФК и оздоровительные упражнения по выбору детей.

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

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

Освоение коррекционного курса «Двигательное развитие» направлено на формирование следующих **базовых учебных действий**.

БАЗОВЫЕ УЧЕБНЫЕ ДЕЙСТВИЯ

Программа формирования базовых учебных действий (БУД) обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) тяжёлыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) направлена на формирование готовности у детей к овладению содержания АООП по предмету, реализуется в процессе всего школьного обучения.

№ п/п	Группа БУД	Перечень учебных действий
1	Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся	-Понимание правил образовательного учреждения, как нужно себя вести, адекватное использование ритуалов школьного поведения.. -Эмоциональное, коммуникативное взаимодействие с группой обучающихся..
2	Формирование учебного поведения	-Направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание). -Умение выполнять инструкции педагога. -Умение использования по назначению учебный материал. -Умение выполнять действия по образцу и по подражанию.
3	Формирование умения выполнять задание	-Умение выполнять задание в течение определенного периода времени. -Умение выполнять задание от начала и до конца. -Умение выполнять задание с заданными качественными параметрами.
4	Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.	-Ориентируется в режиме дня, расписании уроков с помощью педагога. -Выстраивает алгоритм предстоящий деятельности (словесный или наглядный план) с помощью педагога. -Ориентируется в режиме дня, расписании уроков самостоятельно. -Умение самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с алгоритмом.

В процессе обучения осуществляется мониторинг всех групп БУД, который будет отражать индивидуальные достижения обучающихся.

7. КРИТЕРИИ НОРМЫ ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

В соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к адаптированной основной общеобразовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2) результативность обучения может оцениваться только строго индивидуально с учётом особенностей психофизического развития и особых

образовательных потребностей каждого обучающегося по критериям:

- действие выполняется взрослым (ребенок пассивен).
 - действие выполняется ребенком:
- со значительной помощью взрослого;
 - с частичной помощью взрослого;
 - по последовательной инструкции (по изображению или вербально);
 - по подражанию или по образцу;
 - самостоятельно.

8. МАТЕРИАЛЬНО- ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

- ковровое покрытие;
- настольный теннис;
- скамейки гимнастические длиной 2,5 м;
- мячи резиновые разных диаметров;
- мячи мягкие набивные;
- кегли;
- обручи;
- скакалки разной длины;
- флажки, ленты;
- мешочки с песком;
- музыкальное сопровождение.