Рабочая программа коррекционного курса «**Двигательное развитие**» составлена для обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2).

Данная рабочая программа разработана на основе:

- Федеральный Закон РФ от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 2 вариант.

**Пояснительная записка**

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.

**Цель:** работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

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. Целенаправленное развитие движений на специально организованных занятиях, которые проводятся инструкторами лечебной физкультуры и (или) учитель адаптивной физкультуры.

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.

**2. 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).

**3. Планируемые результаты**

Личностные

1. Знание частей тела человека.

2. Знание элементарных видов движений.

3. Умение выполнять исходные положения.

4. Умение бросать, перекладывать, перекатывать мячи.

5. Умение управлять дыханием.

6. Освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться с помощью учителя.

7. Освоение двигательных навыков, последовательности движений с помощью учителя, развитие координации

8. Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости с помощью учителя.

9. Умение радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал и др. с помощью учителя

10. Интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: подвижные игры, физическая подготовка с помощью учителя

**Базовые учебные действия.**

Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся: - входить и выходить из спортзала со звонком; - ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения), пользоваться учебной мебелью, спортивным инвентарем; - адекватно использовать ритуалы школьного поведения; - принимать цели и произвольно включаться в деятельность; - передвигаться по школе, находить свой класс, спортзал, другие необходимые помещения.

**Личностные:** осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями; самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей; понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в обществе; готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе. Потребность в занятиях физической культуры Установка на здоровый образ жизни и реализация ее в реальном поведении и поступках; Стремление заботиться о своем здоровье.

**3. Тематическое планирование**

Деятельность педагога с учетом Программы воспитания школы

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **Количество часов** | **Электронный ресурс** |
| 1. | Восприятие собственного тела  Восприятие вестибулярных/кинестетических раздражителей  Восприятие тела как единого целого  Восприятие различных частей тела | 8 |  |
| 2. | Обучение двигательным действиям  Контроль положения головы  Контроль тела в положении лежа | 8 |  |
| 3. | Развитие физических способностей  Развитие чувства ритма  Развитие выносливости  Развитие гибкости  Развитие функции руки | 10 |  |
| 4. | Знакомство с предметами с помощью рук  Обучение функциональным действиям руками | 8 |  |
|  | Итог | 34 |  |