

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Департамент образования и молодежной политики
Ханты-Мансийского автономного округа-Югры
Комитет образования Берёзовского района
МБОУ «Саранпаульская СОШ»

РАССМОТРЕНО
на заседании ТЛ
Протокол № 1
от "30" августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УВР
Протокол № 1
от "30" августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директором
Приказ № 295
от "31" августа 2023 г.

АДАптированная рабочая программа

Коррекционный курс

«Двигательное развитие»

для обучающегося 1г дополнительного класса

АООП образования для обучающихся расстройствами аутистического спектра. Вариант 8.4.

Индивидуальное обучение на 2023-2024 учебный год

Составитель: Мороз Ольга Евгеньевна
учитель физической культуры.

с. Саранпауль 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа коррекционного курса «Двигательное развитие» для 1 класса составлена на основе

- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) утвержденной приказом Минпросвещения РФ от 24.11.2022 № 1026

- АООП образования обучающихся расстройствами аутистического спектра. Вариант 8.4. Индивидуальное обучение

- Положения МБОУ «Саранпаульская СОШ» о рабочих программах учебного предмета, курса, дисциплины (модуля), разрабатываемых по ФГОС- 2021»

Рабочая программа соответствует учебному плану МБОУ «Саранпаульская СОШ».

Рабочая программа по дисциплине «Двигательное развитие» составлена с учётом интеллектуальных и психологических особенностей обучающихся данной категории детей.

Целью программы является:

- коррекционно-развивающее обучение,
- улучшение состояния здоровья,
- повышение функциональных возможностей организма.

Коррекционный курс направлен на решение основных задач:

- коррекция и компенсация нарушений физического развития;
- мотивация двигательной активности;
- формирование, развитие и совершенствование двигательных умений и навыков;
- расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений.

Коррекция недостатков психического и физического развития обучающихся заключается в следующем:

- коррекция наиболее распространенных дефектов (нарушение осанки, походки, слабость мышц брюшного пресса, туловища, конечностей);
- развитие координационных способностей учеников, их уровень тренированности, способов выполнения упражнений (активно, с помощью, пассивно);
- коррекция и компенсация недостатков физического развития (нарушения осанки, плоскостопие, отставание в росте, в массе тела, дисплазии и т. д.);
- коррекция нарушений в движениях (нарушение координации, ориентировки в пространстве, точность в движении, равновесия и т. д.) ;
- устранение недостатков в развитии двигательных и иных качеств (силы, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости, прыгучести и т. д.);
- формирование здорового образа жизни и дальнейшей социализации.

Общая характеристика учебного предмета

Программа по коррекционным занятиям на развитие физических качеств и возможностей «Двигательное развитие» учитывает особенности психических, физических и двигательных данных обучающихся, способствует физическому развитию, формирует основы

изучаемых двигательных умений и навыков, определяет оптимальный объем знаний и умений по коррекционным занятиям, который доступен большинству обучающихся.

Обучения ребенка самостоятельным движениям, действиям с предметами, элементарным операциям самообслуживания, способствует развитию познавательных процессов.

Программа учитывает особенности физического и психического развития и деятельности учащихся, способствует их физическому и умственному развитию.

Календарно-тематическое планирование.

№	Тема урока	Дата проведения	Количество часов	Материалы и оборудование	Содержание урока
Коррекционные упражнения					
1	Упражнения для коррекции мелкой моторики		1		Ознакомить с упражнениями для коррекции движений кисти и мелкой моторики пальцев
2	Коррекция и развитие мелкой моторики		1		Сформировать навык выполнения корригирующих упражнения для мелкой моторики
3	Профилактика плоскостопия		1		Обучить упражнениям для профилактики и коррекции опорно-двигательного аппарата
4	Укрепление мышечного корсета		1		Обучить упражнениям, корригирующим нарушения осанки.
5	Профилактика плоскостопия		1		Обучить упражнениям для профилактики и коррекции опорно-двигательного аппарата
6	Профилактика плоскостопия		1		Обучить упражнениям для профилактики и коррекции опорно-двигательного аппарата
7	Коррекция осанки		1		Обучить выполнению корригирующих упражнений для нарушения осанки
8	Коррекция осанки		1		Закрепить умение выполнять

					упражнения для коррекции и профилактика нарушений осанки.
9	Дыхательные упражнения.		1		Обучить и сформировать навык правильного дыхания.
10	Дыхательные упражнения с предметами		1		Обучить и сформировать навык правильного дыхания, используя гимнастическую палочку.
11	Дыхательные упражнения с предметами		1		Закрепить навык выполнения дыхательных упражнений с использованием гимнастической палочки.
12	Развитие равновесия		1		Сформировать навык выполнения упражнений для правильной осанки в различных положениях тела. Укрепить вестибулярный аппарат
13	Развитие равновесия		1		Сформировать навык выполнения упражнений для правильной осанки в различных положениях тела. Укрепить вестибулярный аппарат
14	Развитие координации		1		Обучить комплексу упражнений для развития функций координации и вестибулярного аппарата
15	Упражнения с массажными мячами		1		Обучить упражнения с массажными мячами. Развить тактильную чувствительность
16	Упражнения с массажными мячами		1		Обучить упражнения с массажными мячами. Развить тактильную чувствительность

Развитие и коррекция основных двигательных навыков и умений.

17	Основные положения движения		1		Сформировать основные двигательные навыки, научить самостоятельно выполнять двигательные действия.
18	Захват предметов		1		Сформировать умение захватывать предметы и удерживать их.
19	Бросок и ловля большого мяча		1		Обучить броскам и ловле большого мяча, развивать точность и меткость движения.
20	Имитационные упражнения		1		Ознакомить с упражнениями, имитирующими передвижения животных.
21	Преодоление препятствий		1		Обучить различным способам преодоления препятствия – гимнастической скамейки.
22	Преодоление препятствий		1		Обучить различным способам преодоления препятствия – гимнастической скамейки.
23	Эстафеты с ходьбой		1		Сформировать навык метания в горизонтальную цель с расстояния 2-3 метра.
24	Метание в горизонтальную цель		1		Отработка переброса и приема мяча в парах. Отработка элементов игрового взаимодействия.
25	Лазанье и перелезание.		1		Отработка умений перелезания и лазанья по гимнастической скамье.
26	Лазанье и		1		Отработка умений перелезания и

	перелезание.				лазанья по гимнастической стенке.
27	Прыжок		1		Отработка навыка прыжка в длину
28	Прыжок		1		Отработка навыка прыжка длину
29	Переноска предметов		1		Отработка навыка захвата, удержания и переноски спортивного инвентаря.
30	Имитационные упражнения		1		Отработка упражнений, имитирующие передвижения животных.
31	Бег с различной скоростью				Обучить технике бега с различной скоростью
32	Бег с различной скоростью				Обучить технике бега с различной скоростью
33	Броски и ловля мяча в парах				Обучить бросать ловить мяч, взаимодействовать с партнером.
34	Метание малого мяча в вертикальную цель				Развить умение бросать точно в вертикальную цель с расстояния 2-3метра
35	Метание малого мяча в вертикальную цель				Развить умение бросать точно в вертикальную цель с расстояния 2-3 метра
36	Подбрасывание мяча вверх и ловля его				Обучить приемам броскамяча вверх и ловлейего, с отскоком от пола.
37	Бросок малого мяча в стену				Научить бросать мяч в стену на разной высоте.
38	Коррекция бега				Ознакомить с беговыми коррекционными упражнениями
39	Коррекция ходьбы				Ознакомить с коррегирующими

					упражнениями для ходьбы.
40	Ходьба с эстафетой				Провести эстафету с выполнением различных способов ходьбы.
41	Прыжок				Отработка прыжка в глубину (спрыгивания с высоты до 50 см)
42	Прыжок				Обучить перепрыгиванию через препятствие (начерченную линию, шнур)
43	Ползание, переползание				Отработка навыка ползания и переползания через препятствие.
44	Ползание, переползание				Отработка навыка ползания и переползания через препятствие.
45	Передвижение по гимнастической стенке				Развитие навыка передвижения по гимнастической стенке вверх-вниз, в сторону
46	Передвижение по гимнастической стенке				Развитие навыка передвижения по гимнастической стенке вверх-вниз, в сторону
Общеразвивающие упражнения.					
47	ОРУ упражнения без предметов.		1		Закрепление и повторение основных положений движений, пройденных в предыдущем классе с увеличением амплитуды и темпа движения..
48	ОРУ с малыми мячами.		1		Обучить упражнениям с малыми мячами. Развивать мелкую моторику.

49	ОРУ с кубиками		1		Обучить упражнениям с кубиками. Развитие координационных способностей
50	ОРУ с кубиками		1		Обучить упражнениям с кубиками. Развитие координационных способностей
51	ОРУ с гимнастической палкой		1		Отработка способов перехвата палки. Координационные упражнения.
52	ОРУ с кеглями		1		Освоение упражнений с кеглями. Развитие координации, концентрации внимания, целевой точности.
53	ОРУ с малыми мячами		1		Обучить выполнению упражнений с малыми мячами (теннисными мячами). Развитие координационных способностей.
54	ОРУ с фитболами				Отработка объезда различных препятствий. Отработка упражнения «змейка».
55	ОРУ с фитболами		1		Совершенствование техники поворота, объезда препятствий. Проверка умения.
56	ОРУ со скакалкой		1		Отработка ходьбы в чередовании с бегом. Разучить ходьбу по ориентирам.
57	ОРУ с обручами		1		Преодоление дистанции 50 метров на скорость.

58	ОРУ с обручами		1		Развить скоростные способности. Обучить выполнению упражнений с обручем.
59	ОРУ с ленточками		1		Развить координационные способности помощью выполнения упражнений с ленточкой.
60	ОРУ без предметов		1		Обучить выполнению общеразвивающих упражнений без предметов для развития силы.
61	ОРУ с гимнастической палкой		1		Обучить выполнению общеразвивающих упражнений с гимнастической палкой на развитие скорости
62	ОРУ без предметов		1		Закрепить выполнение общеукрепляющих упражнений без предметов на развитие выносливости.
63	ОРУ с набивным мячом		1		Ознакомить с общеразвивающими упражнениям с набивным мячом для развития силы
64	ОРУ с набивным мячом		1		Ознакомить с общеразвивающими упражнениям с набивным мячом для развития силы
65	ОРУ с малыми мячами.		1		Обучить упражнениям с малыми мячами. Развивать мелкую моторику.
66	Тестирование				Оценка уровня развития опорно-двигательного аппарат, двигательных навыков и умений

