**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Средняя школа № 73 им. Т.В. Кравцова»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Рассмотрено**  **На заседании ПМПк**  **Протокол №1**  **От 29.08.2019 г.**  **Председатель ПМПк**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Г.Е. Искакова** | Утверждаю:  Директор МБОУ СШ № 73  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В. Хлебникова  Приказ № 03-02-251  От 29.08.2019 г. |

Программа

коррекционно-развивающих занятий

Курс «Двигательная коррекция»

Для детей с ОВЗ с нарушениями опорно-двигательного аппарата

Учитель: Вотин Алексей Валерьевич

Красноярск, 2019

1. **Пояснительная записка**

Рабочая программа по коррекционному курсу «Двигательное развитие» составлена на основе следующих нормативно-правовых и инструктивно-методических документов:

* Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
* Приказ МОиН Российской Федерации от 31 марта 2014 № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»;
* Письмо МОиН Российской Федерации № 07-3517 от 19.08.2016 «Об учебниках для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;

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:**

Работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию 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.

Целенаправленное развитие движений на специально организованных занятиях, которые проводятся учителями адаптивной физкультуры.

В ходе работы тело ребенка фиксируется в таких позах (горизонтальных, сидячих, вертикальных), которые снижают активность патологических рефлексов, обеспечивая максимально комфортное положение ребенка 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 ребенка самостоятельным движениям, действиям с предметами, элементарным операциям самообслуживания, способствует развитию познавательных процессов.

Структура программы учебного предмета «Двигательная коррекция» соответствует требованиям ФГОС образования, обучающихся с умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Тематическое планирование ежегодно конкретизируется в календарно-тематическом планировании, утверждаемом директором школы.

1. **Общая характеристика учебного предмета**

 В курсе «Двигательная коррекция» решаются специальные **задачи**, направленные на коррекцию умственной деятельности школьников:

* развитие тактильных ощущений кистей рук и расширение тактильного опыта;
* развитие зрительного восприятия;
* развитие зрительного и слухового внимания;
* развитие вербальных и невербальных коммуникативных навыков;
* формирование и развитие реципрокной координации;
* развитие пространственных представлений;
* развитие мелкой моторики, зрительно-моторной координации.

**Цель:**

Обогащение сенсомоторного опыта, поддержанию и развитие способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

Содержание предмета «Двигательная коррекция***»*** представлено следующими разделами: Коррекция и формирование правильной осанки, Формирование и укрепление мышечного корсета, Коррекция и развитие сенсорной системы, Развитие точности движений пространственной ориентировки.

При обучении учитывается неоднородность состава группы и осуществляется индивидуальный подход к учащимся.

**Формы организации**:

-индивидуальные,

-групповые,

-коллективные (фронтальные).

**Методы обучения**:

- **Практические методы** (метод строго регламентированного упражнения (разучивание по частям, в целом и принудительно-облегчающее) и частично регламентированного (игровой и соревновательный).

- **Методы использования слова** (две функции слова: смысловая, с помощью которой выражается содержание преподаваемого материала, и эмоциональная, позволяющую воздействовать на чувства ученика.)

- **Методы наглядного восприятия** (обеспечивают зрительное и слуховое восприятие изучаемого действия.  Просмотр, а иногда и прослушивание темпа, ритма движений создают у занимающихся более разностороннее представление о действии, что расширяет ориентировочную основу для последующего воспроизведения. Наглядное восприятие способствует более быстрому и прочному усвоению, повышает интерес к изучаемым действиям.)

Суть предложенной адаптированной программы по двигательному развитию заключается в том, чтобы учесть все возможные подходы для компенсации, коррекции отклонений в физическом развитии младшего школьника с ограниченными возможностями здоровья с тем, чтобы приблизить его телесные, духовные, нравственные возможности к полноценной социокультурной жизни.

**Принципы:**

-принцип коррекционно-речевой направленности,

-воспитывающий и развивающий принципы,

-принцип доступности обучения,

- принцип систематичности и последовательности,

-принцип наглядности в обучении,

- принцип индивидуального и дифференцированного подхода в обучении и т.д.

В образовании детей с ОВЗ особое значение придается практической стороне специального образования - развитию жизненной компетенции. Компонент жизненной компетенции рассматривается как овладение знаниями и навыками, уже сейчас необходимыми обучающимся в обыденной жизни. Формируемая жизненная компетенция обеспечивает развитие отношений с окружением в настоящем.

Программа ориентирована на обязательный учёт индивидуально-психологических особенностей учащихся, так как учащиеся представляют собой весьма разнородную группу детей по сложности дефекта. Поэтому важен не только дифференцированный подход в обучении, но и неоднократное повторение, закрепление. Процесс обучения носит развивающий характер и одновременно имеет коррекционную направленность. При обучении происходит развитие познавательной деятельности, речи, эмоционально-волевой сферы воспитанников с ограниченными возможностями здоровья.

Процесс обучения неразрывно связан с ре­шением специфической задачи — коррекцией и развитием познавательной деятельности, личностных ка­честв ребенка, а также воспитанием трудолюбия, самостоя­тельности, терпеливости, настойчивости, любознательнос­ти, формированием умений планировать свою деятельность.

1. **Описание места учебного предмета в учебном плане**

«Двигательная коррекция» входит в коррекционный курс.

1 - 4 класс- в объёме 1 часа в неделю

**4. Планируемые результаты**

Предметом итоговой оценки освоения обучающимися курса двигательной коррекции должно быть достижение предметные и личностные.

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

Основными критериями оценки планируемых результатов являются соответствие / несоответствие науке и практике; прочность усвоения (полнота и надежность). Чем больше верно выполненных заданий к общему объему, тем выше показатель надежности полученных результатов.

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

**Личностные результаты:**

* освоение доступной социальной роли обучающейся, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
* развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
* развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выход из спорных ситуаций;
* основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определённому полу, осознание себя как «Я»;
* социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
* овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.

Предметные мотивация двигательной активности; поддержка и развитие имеющихся движений; расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений.

**Результаты форсированности базовых учебных действий:**

Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся:

* входить и выходить из учебного помещения со звонком;
* ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения), пользоваться предметами, сопровождающими действие;
* адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
* принимать цели и включаться в деятельность (с помощью);
* следовать предложенному плану;
* передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения.
  1. **Содержание курса**

Методика лечебной физкультуры в зависимости от заболевания ребенка содержит примерные комплексы оздоровительных физических упражнений, рекомендуемые виды двигательной активности, специальные упражнения при различных заболеваниях.

Содержание предмета «Двигательное развитие*»* представлено следующими разделами:

Коррекция и формирование правильной осанки,

Формирование и укрепление мышечного корсета,

Коррекция и развитие сенсорной системы,

Развитие точности движений пространственной ориентировки**.**

**Укрепление мышц спины**

* игровые упражнения на формировании правильной осанки: «Делай как я», «Пройди не упади», «Прямая спина»;
* формирование знаний о положении тела при правильной осанке;
* упражнения на коврике на укрепление мышц спины;
* комплекс ОРУ для мышц спины;
* комплекс упражнений с гимнастическими палками для мышц спины;
* формирование правильной осанки «Книжка», «Кошечка».

**Укрепление мышц брюшного пресса**

* упражнения на пресс. Упражнения: «Змея», «Ящерица», «Велосипед».
* упражнение с гимнастическим мячом.
* комплекс упражнений для укрепления мышц брюшного пресса.
* комплекс упражнений с гимнастической палкой.

**Профилактика и коррекция стоп**

* упражнения развитие стоп: «Ходьба», «Лошадка».
* комплекс ОРУ для стоп.
* легкий бег на носках. Ходьба с имитацией походки птиц и животных
* ходьба с заданиями для стоп.

**Развитие и укрепление плечевого пояса**

* упражнение «Пчелка», «Дощечка», «Мельница».
* силовые упражнения в игровой форме у стены и полу.
* ОРУ для укрепления плечевого пояса.
* комплекс упражнений с гимнастической палкой.

**Укрепление мышц тазового пояса, бёдер, ног**

* упражнения в равновесии, «Елочка», «Зайчик», Бабочка».
* ОРУ для укрепления мышц тазового пояса, бёдер, ног
* ходьба и бег с заданием.
* легкий бег, прыжковые упражнения.

**Развитие вестибулярного аппарата**

* упражнения в равновесии. Стойка с закрытыми глазами.
* Ходьба по прямой линии, по кубика, точкам.
* Ходьба и бег с заданием.
* Выполнять ходьбу боком по гимнастической палке, по обручу, по канату, по гимнастической стенке;

**Оздоровительная гимнастика**

* дыхательная гимнастика
* упражнения на мелкую моторику.
* упражнения на гимнастическом мяче.
* комплекс общеразвивающих упражнений.
  1. **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения**

**Личностные результаты:**

— активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

— проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.

**Метапредметные результаты:**

– формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

– находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

— видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

— оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

**Предметные результаты:**

– формирование первоначальных представлений о значении лечебной физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной  учебы и социализации;

— планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

– овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

— представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

— выполнять гимнастические комбинации до максимально правильного уровня, характеризовать признаки техничного исполнения;

— организовывать и проводить занятия лфк с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки.

* 1. **Критерии и нормы оценки достижения планируемых результатов освоения программы учебного предмета**

При оценке результативности обучения должны учитываться особенности психического, неврологического и соматического состояния каждого обучающегося.

При предъявлении и выполнении всех видов заданий обучающимся должна оказываться помощь: разъяснение, показ, дополнительные словесные, графические и жестовые инструкции; задания по подражанию, совместно распределенным действиям и др.

При оценке результативности достижений необходимо учитывать степень самостоятельности ребенка.

Оценка выявленных результатов обучения осуществляется в оценочных показателях, основанных на качественных критериях по итогам выполняемых практических действий: «выполняет действие самостоятельно», «выполняет действие по инструкции» (вербальной или невербальной), «выполняет действие по образцу», «выполняет действие с частичной физической помощью», «выполняет действие со значительной физической помощью», «действие не выполняет»; «узнает объект», «не всегда узнает объект», «не узнает объект».

Оценка по курсу Двигательное развитие» определяется в зависимости от степени овладения учащимися умениями и результатом, строго индивидуально.

* 1. **Описание материально-технического обеспечения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование объектов и средств материально-технического оснащения | Количество |
| 1. | Компьютер | 1 |
| 1. | колонки | 1 |
| 1. | коврики | 6 |
| 1. | степплатформа | 6 |
| 1. | Гимнастические мячи | 8 |
| 1. | спортивная форма | личная |

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО КУРСУ «Двигательная коррекция»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №**занятия** | **Тема занятия** | **УУД**  **Деятельность учащихся** | **Дата урока** | |
| **план** | **факт** |
| 1. | Укрепление мышц спины. Игровые упражнения на формировании правильной осанки: «Делай как я», «Пройди не упади», «Прямая спина». | **Знать**и применять правила поведения на занятиях.  **Соблюдать** правила температурного режима, приёма пищи, наличие удобной формы перед занятиями ЛФК.  **Осваивать** двигательные действия при изучении новых упражнений, а также с начальными элементами йоги.  **Проявлять** внимание, гибкость и координацию при выполнении упражнений.  **Уметь** создавать свой комплекс упражнений в домашних условиях.  **Проявлять** дисциплинированность, самоконтроль над эмоциями и стремление к физическому совершенству.  **Формирование** положительного отношения к занятиям. |  |  |
| 2. | Укрепление мышц спины Упражнения на формирование осанки. Упражнения: «Кошечка», «Книжка». Игра: «Кошки-мышки». |  |  |
| 3. | Укрепление мышц брюшного пресса. Упражнения на пресс. упражнения: «Змея», «Ящерица», «Велосипед». |  |  |
| 4. | Оздоровительная гимнастика.  Дыхательная гимнастика. |  |  |
| 5. | Профилактика и коррекция стоп. Упражнения развитие стоп: «Ходьба», «Лошадка». |  |  |
| 6. | Развитие и укрепление плечевого пояса. Упражнение «Пчелка», «Дощечка», «Мельница». |  |  |
| 7. | Укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног. Упражнения в равновесии, «Елочка», «Зайчик», |  |  |
| 8. | Укрепление мышц спины. Комплекс ОРУ для мышц спины. |  |  |
| 9. | Развитие вестибулярного аппарата. Упражнения в равновесии. Стойка с закрытыми глазами. |  |  |
| 10. | Оздоровительная гимнастика. Упражнения на мелкую моторику. |  |  |
| 11. | Укрепление мышц спины. Комплекс упражнений с гимнастическими палками для мышц спины. |  |  |
| 12. | Укрепление мышц брюшного пресса. упражнение с гимнастическим мячом. |  |  |
| 13. | Укрепление мышц спины. Упражнения на коврике на укрепление мышц спины. |  |  |
| 14. | Оздоровительная гимнастика. Упражнения на гимнастическом мяче. |  |  |
| 15. | Профилактика и коррекция стоп.  Комплекс ОРУ для стоп. |  |  |
| 16. | Развитие и укрепление плечевого пояса. Силовые упражнения в игровой форме у стены и полу |  |  |
| 17. | Оздоровительная гимнастика. Развитие мелкой моторики пальцев рук (работа с тренажером). |  |  |
| 18. | Укрепление мышц спины. Упражнения на коврике на укрепление мышц спины. |  |  |
| 19. | Укрепление мышц брюшного пресса.  Упражнения с гимнастическим мячом. |  |  |
| 20. | Оздоровительная гимнастика. Комплекс общеразвивающих упражнений. |  |  |
| 21. | Профилактика и коррекция стоп. Легкий бег на носках. Ходьба с имитацией походки птиц и животных |  |  |
| 22. | Развитие и укрепление плечевого пояса. ОРУ для укрепления плечевого пояса. |  |  |
| 23. | Укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног. ОРУ для укрепления мышц тазового пояса, бёдер, ног |  |  |
| 24. | Развитие вестибулярного аппарата.  Ходьба и бег с заданием. |  |  |
| 25. | Укрепление мышц спины. ОРУ с гимнастическими палками. |  |  |
| 26. | Оздоровительная гимнастика. Упражнение на развитие мелкой моторики «Лепка комков». |  |  |
| 27. | Укрепление мышц спины. Комплекса ОРУ для мышц спины. |  |  |
| 28. | Укрепление мышц спины.  Формирование знаний о положении тела при правильной осанке. |  |  |
| 29. | Укрепление мышц брюшного пресса.  ОРУ с малым мячом. |  |  |
| 30. | Профилактика и коррекция стоп.  Ходьба с заданием на стопы |  |  |
| 31. | Укрепление мышц плечевого пояса.  Комплекс упражнений с гимнастической палкой. |  |  |
| 32. | Укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног. Легкий бег, прыжковые упражнения. |  |  |
| 33. | Развитие  Вестибулярного аппарата.  Ходьба по прямой линии, по кубика, точкам, гимнастической палке, по обручу, по канату, по гимнастической стенки. |  |  |
| 34. | Развитие  Вестибулярного аппарата.  Ходьба по прямой линии, по кубика, точкам, гимнастической палке, по обручу, по канату, по гимнастической стенки. |  |  |

**9. СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ**

1. Полный справочник здоровья опорно-двигательного аппарата по системам Бубновского, Дикуля, Ниши, Брегга, Касьяна / составитель В. Карпухина. – М.:АСТ: Полиграфиздат, 2012.
2. «Теория и практика йоги» / Л. Нимбрук. – М.: Астрель; СПб.: Сова, 2012.
3. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья 1-5 классы», Н.И.Дереклеева; Москва: «ВАКО»,2007.
4. «Пилатес. 9 программ для всех уровней подготовки» / Кетлин Мураками; (пер. с англ. А. Антоновой). – М.: Эксмо, 2011.
5. Рабочая программа по лечебной физкультуре для 1-4 класса. - Режим доступа:http://gigabaza.ru/doc/8349.html
6. Рабочая программа по физкультуре по теме: лечебная физическая культура. - Режим доступа: http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2014/03/22/lechebnaya-fizicheskaya-kultura
7. Рабочая программа по лечебной физкультуре для начальных классов (1-4 класс). - Режим доступа: http://videouroki.net/filecom.php?fileid=98711416