

**муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа д. Охона»
Пестовского района Новгородской области**

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
протокол № 1 от 30.08.2021г.

Согласовано с
методическим советом
Протокол №1 от 30.08.2021г.



Утверждаю
директор МБОУ «СШ д.Охона»
/Т.В. Чучман/
приказ № 77 от 30.08.2021 г.

**Рабочая программа
по предмету «двигательное развитие»
5-9 ССД класс
(340часов)**

Разработала:
Панкова Анна Александровна
учитель начальных классов
первой квалификационной категории.

д. Охона

2021 г

Пояснительная записка

Рабочая программа по коррекционному курсу «Двигательное развитие» разработана для обучающихся, воспитанников с умственной отсталостью в умеренной, тяжелой степени, составлена по адаптированной основной образовательной программы общего образования, разработанной на основе ФГОС для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2).

Целью реализации рабочей программы по курсу является усвоение содержания предмета и достижение обучающимися результатов изучения в соответствии с требованиями ФГОС НОО.

Задачами учебного предмета являются:

- развитие двигательных качеств и устранение недостатков физического развития;
- развитие выразительности движений и самовыражения;
- развитие мобильности;
- коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер благодаря согласованному воздействию музыки и движения;
- развитие общей и речевой моторики;
- развитие ориентировки в пространстве;
- формирование навыков здорового образа жизни и укрепление здоровья.

Рабочая программа по курсу «Двигательное развитие» рассчитана на 4 года.

Общее количество часов за уровень обучения составляет 340 часов, со следующим распределением по классам:

5 класс – 68 часов.

6 класс – 68 часов.

7 класс – 68 часов.

8 класс – 68 часов.

9 класс- 68 часов

Методы и приёмы обучения: дифференциальный метод обучения, словесный, системно-деятельностный подход, наглядный, практический.

Формы промежуточной и итоговой аттестации:

- 1 четверть – контрольная карта.
- 2 четверть – контрольная карта.
- 3 четверть – контрольная карта.
- 4 четверть – контрольная карта.

Оценочные материалы (процедуры): вставание в исходное положение, повторение за учителем упражнений, знание частей своего тела, перекладывание, перекатывание и бросание по заданию учителя.

Критерии оценивания планируемых результатов:

1. Умение выполнять исходные положения
2. Умение бросать, перекладывать, перекатывать
3. Умение управлять дыханием.
4. Знание частей тела человека.

Планируемые результаты освоения учебного курса

Личностные результаты:

1. Овладение начальными навыками адаптации в классе.
2. Развитие мотив учебной деятельности.
3. Развитии самостоятельности и личной ответственности а свои поступки.
4. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

Предметные результаты:

1. Развитие элементарных пространственных понятий.
2. Знание частей тела человека.
3. Знание элементарных видов движений.

4. Научатся выполнять исходные положения.
5. Приобретается навык бросания, перекладывания, перекатывания.
6. Научатся выполнять дыхательные упражнения.

Содержание учебного курса

Коррекционный курс содержит разделы:

Коррекция и формирование правильной осанки. Профилактика нарушения осанки и плоскостопия; профилактика выполнения имитационных упражнений. Профилактика выполнения упражнений в вытяжении. Планируется в соответствии с основными дидактическими требованиями: постепенное повышение нагрузки и переход в конце урока к успокоительным упражнениям; чередование различных видов упражнений, подбор упражнений, соответствующих возможностям учащихся.

Формирование и укрепление мышечного корсета. Профилактика выполнения общеукрепляющих упражнений. Овладение пространственными ориентировками. Развитие подвижности в суставах.

Коррекция и развитие сенсорной системы. Овладение упражнениями для развития тактильно-двигательного восприятия; развитие зрительного анализатора; овладения играми на совершенствование сенсорного развития.

Развитие точности движений пространственной ориентировки. Профилактика нарушения осанки и плоскостопия; овладение пространственными ориентировками.

Содержание каждого раздела представлено по принципу от простого к сложному. Сначала проводится работа, направленная на расширение диапазона воспринимаемых ощущений ребенка, стимуляцию активности. Под активностью подразумеваются психические, физические, речевые реакции ребенка, например: эмоционально-двигательная отзывчивость, концентрация внимания, вокализация. В дальнейшем в ходе обучения формируются сенсорно-перцептивные действия. Ребенок учится не только распознавать свои ощущения, но и перерабатывать получаемую информацию, что в будущем поможет ему лучше ориентироваться в окружающем мире.

Тематическое планирование

V класс.

№ п\п	Тема урока	Количество часов
1.	Упражнения на ориентировку в пространстве.	1
2.	Танцевальные упражнения. Парная пляска. Чешская народная мелодия.	1
3.	Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Танец «Хлопки»	1
4.	Танцевальные упражнения. Мягкий, пружинящий шаг, неторопливый, стремительный бег.	1
5.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Танцевальные упражнения Мягкий, пружинящий шаг, неторопливый и стремительный бег.	1
6.	Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на координацию движения. Одновременные движения рук в разных направлениях.	1
7.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в круг, пары, в колонну по два.	1
8.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в круг, пары, в колонну по два	1
9.	Танцевальные упражнения. Хлопки. Полька. Музыка Ю. Слонова	1
10.	Круговые движения кистью, одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с ускорением.	1
11.	Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на координацию движений. Перекрестные движения	1

	правой ноги и левой руки и наоборот.	
12.	Танцевальные упражнения. Русская хороводная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».	1
13.	Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на расслабление мышц.	1
14.	Танцевальные упражнения Пскоки с ноги на ногу, переменные притопы.	1
15.	Легкий бег. Игра «Кто быстрее возьмет мяч». Ритмико-гимнастические упражнения.	1
16.	Танцевальные упражнения. Переменные притопы, прыжки с выбрасывание ноги вперед.	1
17.	Игры под музыку. Передача в движениях игровых образов и содержание песен.	1
18.	Общеразвивающие упражнения. Игра под музыку.	1
19.	Легкий бег. Повороты тела вправо – влево.	1
20.	Танцевальные упражнения. Неторопливый танцевальный и стремительный бег, пскоки с ноги на ногу, переменные притопы.	1
21.	Упражнения на ориентировку в пространстве.	1
22.	Ходьба с оттягиванием носка. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	1
23.	Упражнения на координацию движений. Перекрестные движения правой ноги левой руки и наоборот.	1
24.	Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыки. Танец «Прямой галоп»	1
25.	Упражнения с платочками. Танцевальные упражнения.	1
26.	Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с пскоками, переменный шаг.	1
27.	Движения рук и головы. Круговые движения кистью	1

	(напряженное и свободное)	
28.	Движения рук и головы. Круговые движения кистью (напряженное и свободное)	1
29.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба и бег с высоким подниманием ноги.	1
30.	Упражнения на расслабление мышц. Встряхивание кистей, выбрасывание ног поочередно вперед.	1
31.	Элементы русской пляски: присядка и полуприсядка на месте и с продвижением вперед.	1
32.	Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук.	1
33.	Танцевальные упражнения: «Прыжки». Боковой шаг галопа.	1
34.	Упражнения на ориентировку в пространстве.	1
35.	Выполнение во время ходьбы и бега неложных заданий с предметами.	1
36.	Простые и перекрестные хлопки в парах.	1
37.	Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг.	1
38.	Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед.	1
39.	Перекрестные движения правой ноги и левой руки и наоборот.	1
40.	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии	1
41.	Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение.	1
42.	Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Упражнения на расслабление мышц.	1

43.	Упражнения на ориентировку в пространстве.	1
44.	Легкий бег. Повороты тела вправо-влево.	1
45.	Комплекс ОРУ. Круговые движения ступни.	1
46.	Игры под музыку Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением.	1
47.	Движения парами: Бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением.	1
48.	Легкий бег. Повороты тела вправо-влево.	1
49.	Упражнения с мячом	1
50.	Закрепления ритмико-гимнастических упражнений.	1
51.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	1
52.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба и бег с высоким подниманием ноги.	1
53.	Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыки.	1
54.	Неторопливый бег, стремительный бег.	1
55.	Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки.	1
56.	Ходьба с отбрасыванием ноги вперед.	1
57.	Танцевальные упражнения: «Прыжки». Боковой шаг галопа	1
58.	Упражнения на укрепления мышц глаз.	1
59.	Резко поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Упражнения на расслабление мышц.	1
60.	Упражнения с мячом.	1
61.	Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки.	1
62.	Выставление левой и право ноги поочередно, вперед,	1

	назад в стороны, в исходное положение.	
63.	Движения парами: бег, ходьба с приседанием кружение с продвижением.	1
64.	Легкий бег. Повороты тела вправо- влево.	1
65.	Движения рук и головы. Круговые движения кистью.	1
66.	Простые и перекрестные хлопки в парах.	1
67.	Упражнения на расслабление мышц.	1
68.	Упражнения с мячом.	1