

**государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа с. Старая Рачейка имени Героя Советского Союза
С.Т.Теплова муниципального района Сызранский Самарской области**

Рассмотрена
на заседании
методического объединения
учителей естественно-
математического цикла
Протокол № 1 от
29.08.2023г.
Руководитель МО
_____ /В.А.Жалилова/

Проверена
Заместитель директора по
УВР
_____ /Л.А.Евсеева/

Утверждена
приказом №181 ОД
от 31.08.2023г.
Директор ГБОУ СОШ
с. Старая Рачейка
_____ /Н.А.Кулагина/

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО УЧЕБНОМУ КУРСУ

ДВИГАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

7 КЛАСС

(АДАПТИРОВАННАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ОБРАЗОВАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С УМЕРЕННОЙ, ТЯЖЁЛОЙ И ГЛУБОКОЙ
УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ (ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ),
ТЯЖЁЛЫМИ И МНОЖЕСТВЕННЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ (ВАРИАНТ 2)

2023 уч.год

Пояснительная записка.

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций человека (дыхание, работа сердечно-сосудистой системы и других внутренних органов). У большинства детей 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 данного коррекционного курса. 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 двигательное развитие в рамках курса происходит на специально организованных занятиях, проводимых инструкторами лечебной физкультуры и/или учителями адаптивной физкультуры. Развитие двигательных способностей обучающихся с детским церебральным параличом тесно связано с работой по профилактике развития у них паталогических состояний. В ходе работы тело ребенка фиксируется в таких позах (горизонтальных, сидячих, вертикальных), которые снижают активность паталогических рефлексов, обеспечивая максимально комфортное положение ребенка в пространстве и возможность осуществления 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.

Техническое оснащение курса включает: технические средства реабилитации (кресла-коляски, ходунки, вертикализаторы); средства для фиксации ног, груди, таза; мягкие формы и приспособления для придания положения лежа, сидя, стоя; ограничители; автомобильные кресла; гимнастические мячи различного диаметра, гамак, тележки, коврики, специальный велосипед, тренажеры, подъемники и др.

Содержание коррекционного курса

Удерживать голову. Выполнять движения головой. Выполнять движения руками, пальцами рук.

Выполнять движения плечами. Опирается

на предплечья и кисти рук. Бросать и ловить мяч. Отбивать мяч от пола. Изменять позу в положении лежа, сидя, стоя. Вставать на четвереньки.

Ползать. Сидеть. Вставать на колени из положения «сидя на пятках». Стоять на коленях. Ходить на коленях. Вставать из положения «стоя на коленях».

Стоять. Выполнять движения ногами. Ходить по ровной и наклонной поверхности, по лестнице. Ходить на носках, пятках, высоко поднимая бедро,

захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, приседе. Бегать, высокоподнимая бедро, захлестывая голень назад, приставным шагом.

Календарно-тематическое планирование по предмету «Двигательное развитие»

Сроки		№ урока		Название раздела, темы урока	Количество часов		Практическая часть	Вид контроля	Виды деятельности учащихся
План	Факт	Сквозная нумерация	План		Факт				
Раздел 1. Упражнений на укрепление мышц шеи, удержание головы. 3 часа									
		1-3	1	Выполнение Упражнений на удерживание головы. Движения головой.	3		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/животе, стоя, сидя).Учить слушать инструкцию учителя и выполнять правильно упражнения по показу.		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/животе, стоя, сидя).Учить слушать инструкцию учителя и выполнять правильно упражнения по показу.
Раздел 2. Упражнения на укрепление мышц верхних конечностей и улучшение подвижности верхнего плечевого пояса 7часов									
		4-10	2	2.Выполнение движения руками, пальцами рук. Игры на развитие мелкой моторики.	7		Выполнение движений руками: сгибание/разгибание, отведение/приведение, «круговые»движения. Выполнение движений пальцами рук:		Выполнение движений руками: сгибание/разгибание, отведение/приведение, «круговые»движения. Выполнение движений пальцами рук: сгибание/разгибание фаланг

							сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание/разгибание пальцев рук в кулак. Учить слушать инструкцию учителя и выполнять правильно упражнения по показу.		пальцев, сгибание/разгибание пальцев рук в кулак. Учить слушать инструкцию учителя и выполнять правильно упражнения по показу.
Раздел 3. Упражнения по изменению позы тела из различных И.П. 2 часа									
		11-12	3	Изменение позы в различных И.П.	1		Изменение позы в И.П. лежа на спине, лежа на животе(повороты). Изменение позы в И.П. сидя(повороты и наклоны в стороны). Изменение позы в И.П. стоя (повороты, наклоны). Отработка умения принимать И.П. сидя на полу (с опорой и без опоры),		Изменение позы в И.П. лежа на спине, лежа на животе(повороты). Изменение позы в И.П. сидя(повороты и наклоны в стороны). Изменение позы в И.П. стоя (повороты, наклоны). Отработка умения принимать И.П. сидя на полу (с опорой и без опоры), отработка умения принимать И.П. сидя на стуле, отработка
							отработка умения принимать И.П. сидя на стуле, отработка умения переходить из одного И.П. в другое И.П.(из И.П. лежа на спине в И.П. сидя). Учить слушать инструкцию учителя и выполнять правильно упражнения по показу.		умения переходить из одного И.П. в другое И.П.(из И.П. лежа на спине в И.П. сидя). Учить слушать инструкцию учителя и выполнять правильно упражнения по показу.
			4	Умение принимать	1		Отработка умения вставать в колено-		Отработка умения вставать в колено- кистевое положение

				колено-кистевое положение.			кистевое положение из И.П.стоя и лежа на животе. Учить слушать инструкцию учителя и выполнять правильно упражнения по показу.		из И.П.стоя и лежа на животе. Учить слушать инструкцию учителя и выполнять правильно упражнения по показу.
Раздел 4. Упражнения на укрепление мышц живота, нижних конечностей 5 часов									
		13--17	5	Ползание на животе, принятие колено-кистевое положения, умение ходить в колено-кистевом	1		Отработка умения ползания на животе, умения принимать колено-кистевое положение, умения ходить в колено - кистевом И.П.		Отработка умения ползания на животе, умения ходить в колено - кистевом И.П. Закрепление навыка соблюдения правил игры. Учить слушать инструкцию учителя и выполнять
			6	положении. Игра «Кто как ходит».			Закрепление навыка соблюдения правил игры. Учить слушать инструкцию учителя и выполнять правильно упражнения по показу.		правильно упражнения по показу.
			7	Умение вставать на колени, стояние на коленях, ходьба на коленях.	1		Отработка умения вставать на колени из И.П. сия на пятках, стояния на коленях, ходьба на коленях. Вставание из И.П. стоя на коленях. Учить слушать инструкцию учителя и выполнять правильно упражнения по показу.		Отработка умения вставать на колени из И.П. сия на пятках, стояния на коленях, ходьба на коленях. Вставание из И.П. стоя на коленях. Учить слушать инструкцию учителя и выполнять правильно упражнения по показу.
			8	Упражнения в И.П.стоя (с опорой, без опоры). Упражнения в	1		Стояние с опорой (гимнастическая стенка, трость), без опоры. Учить слушать инструкцию учителя		Стояние с опорой (гимнастическая стенка, трость), без опоры. Выполнять правильно упражнения по показу.

				И.П.стоя для нижних конечностей.		Ногами (подъем согнутой в колене ноги вверх, подъем прямой ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад. Учить слушать инструкцию учителя и выполнять правильно упражнения по показу.		ногами(подъем согнутой в колене ноги вверх, подъем прямой ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад. Учить слушать инструкцию учителя и выполнять правильно упражнения по показу.
			9	Упражнения в ходьбе. Упражнения в ходьбе по ровной и наклонной поверхности, по лестнице, лазание по гимнастической стенке.	1	Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени назад, приставным шагом. Ходьба по ровной горизонтальной поверхности(с опорой и без опоры), по наклонной поверхности(вверх, вниз; с опорой и без опоры), по лестнице (вверх, вниз; с опорой и без опоры). Учить слушать инструкцию учителя и выполнять правильно упражнения по показу.		

