

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа имени Героя Советского Союза Василия Степановича Чекмасова с. Большое Микушкино муниципального района Исаклинский Самарской области

Проверено:
Зам. директора по УВР
_____ Филиппова Е. Т.
(подпись) (ФИО)
«28» августа 2024 г.

Утверждено:
приказом № 313 - од
от «29» августа 2024 г.

Директор _____ Игнатъева М. В.
(подпись) (ФИО)

Адаптированная рабочая программа
внеурочной деятельности

Предмет (курс) **«Двигательное развитие» (вариант2)**

Класс 4

Общее количество часов по учебному плану 34 ч

Рассмотрена на заседании МО учителей начальных классов

(название методического объединения)

Протокол №1от 26 от «августа» 2024г.

Руководитель МО _Бурмстрова Ольга Олеговна _____
(подпись) (ФИО)

2024-2025 учебный год

Пояснительная записка

У большинства детей с тяжёлыми и множественными нарушениями развития (ТМНР) имеются грубые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся.

Целью программы является обогащение сенсомоторного опыта обучающегося, поддержание и развитие 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;

Наряду с вышеуказанными задачами в коррекционном курсе «Двигательное развитие» решаются и **специальные задачи,**

- 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 координации;
- развитие пространственных представлений;
- развитие мелкой моторики, зрительно-моторной координации.

Содержание коррекционного курса «Двигательное развитие»

1. Коррекция и формирование правильной осанки (15ч.)

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.

2 Формирование и укрепление мышечного корсета. (14ч.)

Профилактика выполнения общеукрепляющих упражнений. Овладение пространственными ориентировками. Развитие подвижности в суставах.

3 Коррекция и развитие сенсорной системы.(16ч.)

Овладение упражнениями для развития тактильно-двигательного восприятия; Развитие зрительного анализатора; Овладения играми на совершенствование сенсорного развития.

4 Развитие точности движений пространственной ориентировки.(20ч)

Профилактика нарушения осанки и плоскостопия; Овладения 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.

Планируемые результаты освоения коррекционного курса «Двигательное развитие»

Личностные:

- освоение доступной социальной роли обучающегося, 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 в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выход из спорных ситуаций;
- 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

Двигательное развитие		
1. Развитие точности движений, пространственной ориентировки.	1 полугодие	2 полугодие
- удерживание головы: в положении лежа на спине в положении лежа на животе в положении на правом боку в положении на левом боку в положении сидя		
- выполнение движений руками: вперед назад вверх в стороны «круговые»		
- выполнение движений пальцами рук: сжимание и разжимание пальцев в кулак правой и левой руками одновременно и поочередно; сжимание обеими руками мелких резиновых мячей хлопать в ладони перед собой на уровне груди, лица и над головой; круговые движения кистями; руки в замок - круговое движение влево - вправо, вперед - назад; пальцы в замок. Попеременное разгибание и сгибание пальцев; сжимание и разжимание пальцев в кулак с разворотом наружу.		

- наклоны (повороты) головы в положении лежа на спине, животе: вправо влево вперед		
- изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот поворот с живота на спину		
- выполнение движений плечами: вверх вперед назад «круговые»		
2. Формирование и укрепление мышечного корсета.		
- ползание: ползание на животе; ползание (на четвереньках);		
- вставание: на четвереньки; на колени из положения «сидя на пятках»; из положения лежа на спине в сед		
- стояние: с опорой; на коленях.		
- упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса: поднимание из положения лежа на спине в положение седа; поднимание плеч из положения лежа на животе; поднимание ног из положения лежа на спине одновременно и разноименно		
- упражнения на укрепление мышц рук: сгибание и разгибание рук в упоре лежа		
- упражнения на укрепление мышц ног: приседания		
3. Коррекция и развитие сенсорной системы:		
- упражнения с мячами: бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы); одной рукой (от груди, от		

уровня колен, из-за головы); ловля мяча на уровне груди (на уровне колен, над головой)		
--	--	--

**Тематическое планирование по курсу «Двигательное развитие»
Количество часов: всего 34 часов (1 часа в неделю)**

№ п/п	Название раздела	Тема	Кол-во часов	
1	Коррекция и формирование правильной осанки.	Дыхательные упражнения в образном оформлении	2	
2		Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки. Под счет.	2	
3		Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях.	2	
4		Изменение длительности дыхания.	2	
5		Движение руками в исходных положениях.	2	
6		Движение предплечий и кистей рук.	2	
7		Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа.	3	
8		Наклоны головой.		2
9			Наклоны туловищем	2
10		Сгибание стопы	2	
11		Перекаты с носков на пятки	2	
12		Отстукивание и отхлопывание разного темпа	2	
13		Выполнение по памяти комбинаций движения	2	
14		Захват предметов. Передача предметов Волшебный мешочек	3	
15		«Запомни порядок»	2	
	ИТОГО		34	