****

 **1.Пояснительная записка.**

Адаптированная рабочая программа по коррекционному курсу «Двигательное развитие» 6 класс 2 вариант ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями разработана на основании следующих нормативно – правовых документов:

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ.

2.  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)".

 3.Учебный план отделения для обучающихся с ОВЗ МАОУ Зареченская СОШ.

4.Адаптированная образовательная программа отделения для обучающихся с ОВЗ МАОУ Зареченская СОШ.

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций человека (дыхание, работа сердечнососудистой системы и других внутренних органов). У большинства детей с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся.

Целью программы является  обогащение сенсомоторного опыта обучающихся, поддержание и развитие у них 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;

-освоение новых способов передвижения (включая передвижение с помощью технических средств реабилитации).

В связи с выраженными нарушениями и (или) искажениями процессов познавательной деятельности, прежде всего: восприятия, мышления, внимания в коррекционном курсе «Двигательное развитие» решаются и 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.

**2.Общая характеристика учебного коррекционного курса.**

Общемоторное развитие, у детей с умеренной умственной отсталостью, как правило, нарушено. Имеются отклонения в координации, точности и темпе движений. Движения замедленны, неуклюжи. У обучающихся возникают большие сложности при переключении движений, быстрой смене поз и действий. Часть детей с умеренной, умственной отсталостью имеет замедленный темп, вялость, неловкость движений. У других наблюдается повышенная подвижность, сочетающаяся с не целенаправленностью, беспорядочностью, не скоординированностью движений.

Характер развития детей зависит от ряда факторов: этиологии, патогенеза нарушений, времени возникновения и сроков выявления отклонений, характера и степени выраженности каждого из первичных расстройств, специфики их сочетания, а также от сроков начала, объема и качества коррекционной помощи. Вследствие чего возникают серьезные трудности в усвоении «академического» компонента различных программ дошкольного, а тем более школьного образования. Специфика эмоциональной сферы определяется ее неустойчивостью, часто гиперсензитивностью. В связи с неразвитостью волевых процессов дети оказываются не способны произвольно регулировать свое эмоциональное состояние в процессе деятельности, что не редко вызывает проблемы поведения. Кроме всего перечисленного, трудности в обучении вызываются недоразвитием мотивационно потребностной сферы обучающихся с умственной отсталостью и ТМНР. Интерес к какой-либо деятельности, если возникает, то, как правило, носит кратковременный характер.

**3. Описание места коррекционного курса в учебном плане.**

Коррекционный курс «Двигательное развитие» 6 класс 2 вариант является инвариантной частью учебного плана, согласно которому на его изучение в пятом классе отводится 2 часа в неделю, 68часов в год.

**Учебный план.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Коррекционный курс** | **часов в неделю** | **год** |
| Двигательное развитие | 2 | 68 |

**4. Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса.**

Личностными результатами изучения курса «Двигательное развитие» является формирование следующих умений и навыков:

-Определять и выражать положительное отношение к школьной дисциплине, направленной на поддержание норм поведения в школе.

-В предложенных педагогом ситуациях делать выбор как поступить, опираясь на общепринятые нравственные правила, в первую очередь в отношениях со сверстниками в практике совместной деятельности.

-Оценивать простые ситуации и однозначные поступки как «хорошие» или «плохие» с позиции важности исполнения роли «хорошего ученика».

-Выражать свое эмоциональное состояние, настроение.

Предметные результаты

Учащиеся должны знать:

- элементарные пространственные понятия;

- элементарные виды движений;

- строевые команды;

- правила бережного обращения с инвентарем и оборудованием;

- требования техники безопасности в процессе урока

Учащиеся должны уметь:

-выполнять исходные положения;

- бросать, перекладывать, перекатывать;

- управлять дыханием;

 -ориентироваться в пространстве зала;

-участвовать в двигательной и игровой деятельности;

- работать со спортивным инвентарем.

- ориентируется в качественных параметрах задания.

**5. Содержание учебного коррекционного курса.**

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 персептивные действия. Ребенок учится не только распознавать свои  ощущения, но и перерабатывать получаемую информацию, что в будущем поможет ему лучше ориентироваться в окружающем мире.

В программу включены следующие разделы:

1.Основы знаний.

2.Развитие координации и ловкости движений.

3.Коррекция и развитие пространственно-временной дифференцировки.

4.Коррекция и развитие внимания.

5.Развитие навыка расслабления мышц.

6.Коррекция и развитие мелкой моторики.

7.Коррекция и развитие правильного дыхания.

8.Коррекция и профилактика правильной осанки.

9.Профилактика и коррекция плоскостопия.

 **6. Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Количество часов | Дата |
|  |  |
| 1 | Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет.  | 1 |  |  |
| 2 | Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях. | 1 |  |  |
| 3 |  Изменение длительности дыхания.  | 1 |  |  |
| 4 | Дыхание при ходьбе с имитацией.  | 1 |  |  |
| 5 |  Движение руками в исходных положениях. | 1 |  |  |
| 6 | Движение предплечий и кистей рук.  | 1 |  |  |
| 7 |  Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменение темпа.  | 1 |  |  |
| 8 |  Движение плечами.  | 1 |  |  |
| 9 | Наклоны головой.  | 1 |  |  |
| 10 | Обучения комплекса упражнения с малым мячом для профилактики миопии. | 1 |  |  |
| 11 | Ходьба по различным предметам, передвижение боком.  | 1 |  |  |
| 12 | Упражнения для увеличения гибкости и подвижности позвоночника. | 1 |  |  |
| 13 | Упражнения на ребристых досках, гимнастических палках, ортопедических ковриках. | 1 |  |  |
| 14 | Захват и передача предметов. | 1 |  |  |
| 15 | Ходьба по залу и линиям. | 1 |  |  |
| 16 | Ходьба по кругу с чередованием на пятках и носках. | 1 |  |  |
| 17 | Комплекс дыхательных упражнений. | 1 |  |  |
| 18 | Упражнения для мышц спины путем складывания. | 1 |  |  |
| 19 | Упражнения для мышц стоп. | 1 |  |  |
| 20 | Упражнения с мячами – ёжиками. | 1 |  |  |
| 21 | Упражнения с различными предметами. | 1 |  |  |
| 22 | Ходьба по залу с изменением направления, с обходом кеглей. | 1 |  |  |
| 23 | Ходьба на носках с закрытыми глазами. | 1 |  |  |
| 24 | Сгибание-разгибание стопы. Перекаты с носков на пятки. | 1 |  |  |
| 25 | Подвижные игры на сохранение правильной осанки: «Море волнуется», «Совушка». | 1 |  |  |
| 26 | Приседания с предметами и без. | 1 |  |  |
| 27 | Упражнения для мышц спины, брюшного пресса. | 1 |  |  |
| 28 | Лазанье по гимнастической скамье, стенке. | 1 |  |  |
| 29 | Упражнения с предметами на голове стоя у стены, в движении, под музыку. | 1 |  |  |
| 30 | Упражнения с гимнастическими палками. | 1 |  |  |
| 31 | Упражнения для увеличения гибкости и подвижности позвоночника. | 1 |  |  |
| 32 | Упражнения с малыми мячами разного диаметра. | 1 |  |  |
| 33 | Дыхательные упражнения в образном оформлении. | 1 |  |  |
| 34 | Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях.  | 1 |  |  |
| 35 | Дыхание в ходьбе, медленном беге.  | 1 |  |  |
| 36 | Движение руками в исходных положениях. Движение предплечий и кистей рук. | 1 |  |  |
| 37 | Упражнения для укрепления мышц рук.  | 1 |  |  |
| 38 | Наклоны головой. Наклоны туловищем. | 1 |  |  |
| 39 | Сгибание стопы. Перекаты с носков на пятки. | 1 |  |  |
| 40 | Подвижная игра «Запомни порядок» | 1 |  |  |
| 41 | Приседания. Упражнения для мышц ног. | 1 |  |  |
| 42 | Отстукивание и похлопывание разного темпа. | 1 |  |  |
| 43 | Упражнения для развития координации движений. | 1 |  |  |
| 44 | Ходьба по залу с изменением направления. | 1 |  |  |
| 45 | Ходьба ровным шагом, ходьба на носках. Ходьба по кругу, взявшись за руки. | 1 |  |  |
| 46 | Ходьба в медленном и быстром темпе. Ходьба по линии и с изменением направления по команде учителя. | 1 |  |  |
| 47 | Строевые упражнения. | 1 |  |  |
| 48 | Подвижная игра «Волшебный мешочек». | 1 |  |  |
| 49 | Захват предметов. Передача предметов.  | 1 |  |  |
| 50 | Лазанье по гимнастической скамье, стенке. | 1 |  |  |
| 51 | Подвижная игра «Вот так позы». | 1 |  |  |
| 52 | Подвижная игра «Кошка и мышки»  | 1 |  |  |
| 53 | Броски мячей. Перекатывание мячей. | 1 |  |  |
| 54 | Подвижная игра «Аист ходит по болоту» | 1 |  |  |
| 55 | Упражнения с предметами на голове стоя у стены, в движении, под музыку. | 1 |  |  |
| 56 | Повторение основных положений рук, ног, туловища, головы. | 1 |  |  |
| 57 | Ходьба по гимнастической скамейке с различными положениями рук. | 1 |  |  |
| 58 | Упражнения с предметами и без них. Подвижная игра «Кошка и мышки». | 1 |  |  |
| 59 | Повторение основных движений, выполнение их в различном темпе, сочетание движений туловища, рук и ног. | 1 |  |  |
| 60 | Ходьба, начиная с левой ноги. Ходьба с носка. Бег в медленном темпе с соблюдением строя. | 1 |  |  |
| 61 | Прыжки на одной ноге с продвижением ноги. Прыжок в длину. | 1 |  |  |
| 62 | Прыжок боком через гимнастическую скамейку.  | 1 |  |  |
| 63 | Перекладывание мячей из одной руки в другую. Подбрасывание мяча перед собой и ловля его. | 1 |  |  |
| 64 | Подвижные игры «Слушай сигнал», «Светофор». | 1 |  |  |
| 65 | Размыкания, смыкания. Выполнение команд «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!», «Становись!». | 1 |  |  |
| 66 | Упражнения на формирование правильной осанки | 1 |  |  |
| 67 | Элементы движений с музыкальным сопровождением в различном темпе. | 1 |  |  |
| 68 | Метание мяча из-за головы с места и на дальность. | 1 |  |  |

**7. Описание материально – технического обеспечения образовательной деятельности.**

1.Технические и электронные средства обучения:

2.Автоматизированное рабочее место учителя с программным обеспечением,

3.Мультимедиапроектор; экран, аудиозаписи,

4.Демонстрационный и раздаточный дидактический материал:

5.Мячи, обручи, скакалки,

6. Спортивный зал.