****

**I.** **Пояснительная записка**

Рабочая программа по коррекционному курсу «Двигательное развитие» для обучающихся с умственной отсталостью в умеренной, тяжелой степени, составлена на основе: программы для специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида под редакцией В.В. Воронковой М.:ВЛАДОС, 20013г, а также Программы для специальных (коррекционных) учреждений для «Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта: программно-методические материалы» / под ред. М. Бгажноковой. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2007, «Программой образования учащихся с умеренной и тяжёлой умственной отсталостью» под редакцией Л. Б. Баряевой и Н. Н. Яковлевой (СПб, 2011);

**Рабочая программа разработана с учетом нормативно-правовых документов:**

1. Федерального закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
2. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью(интеллектуальными нарушениями)»,
3. Федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений (утверждены приказом Минобрнауки России от 04.10.2010 г № 986, зарегистрирован в Минюсте России 03.02.2011 г., регистрационный номер 19682).
4. Федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников (утверждены приказом Минобрнауки России от 28.12.2010 г № 2106, зарегистрирован в Минюсте России 02.02.2011 г., регистрационный номер 19679).
5. Федерального закона «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» N 181-ФЗ от 24 ноября 1995 г. с изменениями от 22.12.2008г.;
6. Конвенции о правах ребенка. Принята 20 ноября 1989 года;
7. Конституция Российской Федерации. 12 декабря 1993 года;
8. СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно–эпидемиологическое требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях (утверждены приказом Минобрнауки России от 29.12.2010 г № 3189, зарегистрирован в Минюсте России 03.03.2011 г., регистрационный номер 19 993).
9. Годового календарного учебного графика

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.

**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).

 Наряду с вышеуказанными задачами 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.

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, нескоординированностью 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.

В связи с выраженными нарушениями и (или) искажениями процессов познавательной деятельности, прежде всего: восприятия, мышления, внимания, памяти непродуктивным оказываются подходы, требующие абстрактного мышления, задействование процессов анализа и синтеза. 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, неустойчивый характер.

**Программа построена на следующих принципах:**

1. ***Принцип единства диагностики и коррекции развития****,* который заключается в целостности процесса оказания психолого-педагогической и медико-социальной помощи в развитии ребёнка.
2. ***Деятельностный принцип коррекции.*** Основан на признании того, что именно активная деятельность самого ребенка является движущей силой развития.
3. ***Принцип индивидуально-дифференцированного подхода*** – изменения содержания, форм, способов коррекционно-развивающей работы в зависимости от индивидуальных особенностей ребенка.
4. ***Принцип комплексности организации коррекционной работы*** заключается в особенностях использования методических средств и подходов, различных теоретических и методологических подходов, конкретных техник.
5. ***Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к участию в реализации программы.*** Принцип определяется той ролью, которую играет ближайший круг общения в психическом развитии ребёнка. Система отношения ребёнка с близкими взрослыми, особенности их межличностных отношений и общения, формы совместной деятельности, способы её осуществления составляют важнейший компонент социальной ситуации развития ребёнка, определяют зону его ближайшего развития.
6. ***Принцип усложнения.*** Каждое занятие должно проходить ряд этапов: от минимально простого – к сложному.
7. ***Учёт эмоциональной сложности материала.*** Проводимые игры, занятия, упражнения, предъявляемый материал должны создавать благоприятный эмоциональный фон, стимулировать положительные эмоции. Коррекционное занятие обязательно завершается на позитивном эмоциональном фоне.

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.

***Средства, формы и методы коррекционной работы:***

- наглядность, коррекционные игры и упражнения, практическая работа;

- проводятся групповые занятия;

- психогимнастика, конструирование, наглядный и практический метод, связь с окружающей средой, опора на жизненный опыт и собственные ощущения.

- Индивидуальная, фронтальная и групповая

В учебном плане коррекционные занятия по курсу «Двигательное развитие» представлены с расчетом 1 час в неделю, 34 часа в год.

Коррекционные занятия проводятся в первой половине дня. Основной формой организации является комплексное занятие. Продолжительность занятия составляет 40 минут.

**2. Планируемые результаты освоения программы**

***Личностными результатами*** изучения курса «Двигательное развитие» является формирование следующих умений и навыков (при направляющей помощи):

* 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**

|  |
| --- |
| 3 класс |
| 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. |

 **Достижение базовых учебных действий:**

1. 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 учебной мебелью;
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
- организовывать рабочее место;
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность;
- следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения.

2. Формирование учебного поведения:

- направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание);
- умение выполнять инструкции педагога;
- использование по назначению учебных материалов;
- умение выполнять действия по образцу и по подражанию.

3. Формирование умения выполнять задание:
1) в течение определенного периода времени:
- способен удерживать произвольное внимание на выполнении посильного задания 3-4 мин.
2) от начала до конца:
- при организующей, направляющей помощи способен выполнить посильное задание от начала до конца.
3) с заданными качественными параметрами:
- ориентируется в качественных параметрах задания

4. Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.
- ориентируется в режиме дня, расписании уроков с помощью педагога;
- выстраивает алгоритм предстоящей деятельности (словесный или наглядный план) с помощью педагога.

**Оценка  планируемых результатов освоения программы**

В процессе обучения осуществлять мониторинг всех групп БУД, который отражает индивидуальные достижения обучающихся и позволяет делать выводы об эффективности проводимой в этом направлении работы. Для оценки сформированности каждого действия используется балловая система оценки:

**0 баллов** - действие отсутствует, обучающийся не понимает его смысла, не включается в процесс выполнения вместе с учителем;

**1 балл** - смысл действия понимает, связывает с конкретной ситуацией, выполняет действие только по прямому указанию учителя, при необходимости требуется оказание помощи;

**2 балла** - преимущественно выполняет действие по указанию учителя, в отдельных ситуациях способен выполнить его самостоятельно;

**3 балла** - способен самостоятельно выполнять действие в определенных ситуациях, нередко допускает ошибки, которые исправляет по прямому указанию учителя;

**4 балла** - способен самостоятельно применять действие, но иногда допускает ошибки, которые исправляет по замечанию учителя;

**5 баллов** - самостоятельно применяет действие в любой ситуации.

Балльная система оценки позволяет объективно оценить промежуточные и итоговые достижения каждого учащегося в овладении конкретными учебными действиями, получить общую картину сформированности учебных действий у всех учащихся, и на этой основе осуществить корректировку процесса их формирования на протяжении всего времени обучения.

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

**3. Содержание программы.**

Коррекционный курс содержит разделы:

1. **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.

2 **Формирование и укрепление мышечного корсета.**

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

3 **Коррекция и развитие сенсорной системы.**

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

4 **Развитие точности движений пространственной ориентировки.**

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.

 **4. Учебно-тематический план**

|  |  |
| --- | --- |
| **Название раздела** | **Количество часов** |
| **всего** | **теория** | **практика** |
| Коррекция и формирование правильной осанки. | 8 | 2 | 6 |
| Формирование и укрепление мышечного корсета. | 8 | 2 | 6 |
| Коррекция и развитие сенсорной системы. | 8 | 3 | 5 |
| Развитие точности движений пространственной ориентировки. | 10 | 4 | 6 |
| Итого: | 34 | 11 | 23 |

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **Кол. часов** | **Дата** | **Основные понятия** | **Основные виды деятельности** | **Коррекционная работа** |
| 1 | Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет.  | 1 |  | осанка | Выполнение дыхательных упражнений по подражанию, под хлопки, под счет.  | Коррекция памяти через разучивание и выполнение упражнений.  |
| 2 | Грудное, брюшное и полное дыхание в исходных положениях. | 1 |  | туловище | Слушают правила выполнения упражнений, делают упражнения под руководством учителя.  | Коррекция памяти через разучивание и выполнение упражнений.  |
| 3 | Дыхание при ходьбе с имитацией.   | 1 |  | имитация | Разучивание приемов дыхания при ходьбе с имитацией.  | Коррекция произвольного внимания через развитие умения слушать и слышать свое дыхание, наблюдая при этом за ощущениями тела.  |
| 4 | Движение предплечий и кистей рук.   | 1 |  | кисти рук | Расширение диапазона движений и проведение профилактики возможных нарушений. | Коррекция внимания на основе упражнений на узнавание. |
| 5 |  Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменение темпа.   | 1 |  | кулак | Формирование умений выполнять действия по образцу по подражанию. | Корригировать недостатки общей мо­торики через достижение координации дыхания, движений тела. |
| 6 | Наклоны головой.  | 1 |  | правила | Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей. | Коррекция слухового восприятия и внимания через упражнения по сигналу учителя. |
| 7 | Захват и передача предметов. | 1 |  | равновесие | Выполнять упражнения по образцу, по команде. | Корригировать недостатки слухового восприятия через активизацию произ­вольного слухового внимания, умения концентрироваться на слуховых обра­зах. |
| 8 | Ходьба по кругу с чередованием на пятках и носках. | 1 |  | броски | Развитие точности движений пространственной ориентировки. |  Развивать зрительное и слуховое восприятие. Разви­вать внимание, память, мыслитель­ные процессы и операции.  |
| 9 | Комплекс дыхательных упражнений. | 1 |  | дыхание | Выполнение простейших дыхательных упражнений по инструкции. | Сформировать навык выполнения элементарных упражнений. |
| 10 | Упражнения с мячами – ёжиками. | 1 |  | круг | Выполнение двигательных действий, использование их в игровой деятельности. | Формировать навыки выполне­ния действий по словесной инструк­ции педагога.  |
| 11 | Ходьба по залу с изменением направления, с обходом кеглей. | 1 |  | темп | Тренировка навыков движения вперед, назад, на ориентир. | Формировать навыки выполне­ния действий по словесной инструк­ции педагога.  |
| 12 | Сгибание-разгибание стопы. Перекаты с носков на пятки. | 1 |  | сгибание | Выполнение упражнений по показу учителя. | Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении. |
| 13 | Упражнения с предметами на голове стоя у стены, в движении, под музыку. | 1 |  | кубик | Упражнения с предметами на голове (мешочек с песком, кубик и т. д) | Развитие зрительной памяти, вни­мания и координации движений. |
| 14 | Упражнения с гимнастическими палками. | 1 |  | внимание | Разучивание комплекса упражнений с гимнастическими палками. | Совершенствование двигательно-моторной координации. |
| 15 | Упражнения для увеличения гибкости и подвижности позвоночника. | 1 |  | направо, налево | Выполнение двигательных действий по образцу. | Коррекция эмоционально-волевой сферы через формирование умения подчиняться правилам игры. |
| 16 | Упражнения с малыми мячами разного диаметра. | 1 |  | диаметр  | Выполнение двигательных действий, использование их в игровой деятельности. | Коррекция эмоционально-волевой сферы через формирование умения подчиняться правилам игры. |
| 17 | Дыхательные упражнения в образном оформлении. | 1 |  | подражание | Выполняют дыхательные упражнения в образном оформлении; по подражанию, под хлопки, под счет. | Воспитывать вниматель­ность. Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении |
| 18 | Упражнения для укрепления мышц рук.  | 1 |  | темп | Сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменение темпа. | Сформировать опыт само­стоятельного преодоления затруд­нения под руководством педагога на основе рефлексивного метода. |
| 19 | Наклоны головой. Наклоны туловищем. | 1 |  | наклоны | Выполнение общих развивающих упражнений для ног. | Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение. |
| 20 | Сгибание стопы. Перекаты с носков на пятки. | 1 |  | осанка | Слушают правила выполнения упражнений, делают упражнения под руководством учителя. | Формировать навыки управления своим дыханием при ходьбе. |
| 21 | Приседания. Упражнения для мышц ног. | 1 |  | движение | Выполнять катание ногами мячей. Музыкально-ритмические упражнения. | Совершенствование двигательно-моторной координации. Коррекция гибкости, моторики.  |
| 22 | Упражнения для развития координации движений. | 1 |  | хлопок | Упражнения на развитие точности движений, на развитие памяти. | Совершенствование двигательно-моторной координации. Коррекция зрительного и слухового внимания через разучиваемый комплекс упражнений. |
| 23 | Захват предметов. Передача предметов.  | 1 |  | подъем | **Упражнения на развитие произвольного внимания, мышления, совершенствование равновесия.**  | Совершенствование двигательно-моторной координации. Коррекция зрительного и слухового внимания через разучиваемый комплекс упражнений. |
| 24 | Броски мячей. Перекатывание мячей. | 1 |  | ветер | Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости. | Формировать навыки    взаимоконтроля; корригировать недостатки личностной сферы. |
| 25 | Упражнения с предметами на голове стоя у стены, в движении, под музыку. | 1 |  | под музыку | Выполнение упражнений с предметами на голове (мешочек с песком, кубик и т. д) стоя у стены, в движении, под музыку. | Развитие сомато-пространственных действий; развитие восприятия про­странства. |
| 26 | Повторение основных положений рук, ног, туловища, головы. | 1 |  | ритм | Умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения. | Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении. |
| 27 | Упражнения с предметами и без них. Подвижная игра «Кошка и мышки». | 1 |  | разминка | Слушают учителя, выполняют задание с помощью и по инструкции. | Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений. |
| 28 | Повторение основных видов движений, выполнение их в различном темпе, сочетание движений туловища, рук и ног. | 1 |  | направление | Слушают учителя, выполняют задание с помощью и по инструкции. | Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений. |
| 29 | Ходьба, начиная с левой ноги. Ходьба с носка. Бег в медленном темпе с соблюдением строя. | 1 |  | темп | Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости. | Коррекция недостатков мышления, памяти, внимания через определе­ние уровня владения основными пространственными категориями. |
| 30 | Прыжки на одной ноге с продвижением ноги. Прыжок в длину. | 1 |  | прыжки  | Формирование знаний о правилах техники выполнения двигательных действий. | Формировать навыки    взаимоконтроля; корригировать недостатки личностной сферы. |
| 31 | Перекладывание мячей из одной руки в другую. Подбрасывание мяча перед собой и ловля его. | 1 |  | плоскость | Упражнения на развитие общей моторики, координации движений. | Формировать мотивацию деятельности и активные личностные установки.  |
| 32 | Подвижные игры «Так можно, так нельзя», «Фигуры» | 1 |  | фигура | Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости. | **Корригировать недостатки слухо­вой памяти через развитие умения запоминать словесную инструкцию.**  |
| 33 | Упражнения на формирование правильной осанки | 1 |  | наклон | Выполнение простейших упражнений для развития и формирования правильной осанки. | Развитие пространственных действий; развитие восприятия про­странства. |
| 34 | Метание мяча из-за головы с места и на дальность. | 1 |  | дальность | Формирование правильного выполнения имитационных упражнений.  | Коррекция слухового восприятия через упражнения по сигналу учителя. |