



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ФЕДЕРАЛЬНЫЙ РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР
ПО ОРГАНИЗАЦИИ КОМПЛЕКСНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВАМИ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА
ул. Кашенкин Лут, д. 7, г. Москва, 127427 тел.: +7 (495) 619-21-88
ул. Архитектора Власова д.19, стр.2, г. Москва, 117335; тел.: +7 (499) 128-98-83

ОДОБРЕНО:

Педагогическим советом ФРЦ
Протокол №2-ПС от «30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО:

Председатель педагогического совета ФРЦ,
директор ФРЦ

 А.В. Хаустов

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**по учебному предмету «Двигательное развитие»
для 1 доп., 1-4 классов
(АООП НОО вариант 8.4)**

Срок реализации: 6 лет

Составители программы: учителя физической культуры ФРЦ МГППУ.

Москва 2023 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по коррекционному курсу «Двигательное развитие» для 1 доп., 1-4 классов составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ОВЗ, Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ФАОП НОО ОВЗ), является неотъемлемой частью Адаптированной основной образовательной программы начального общего образования (АООП НОО) ФРЦ МГППУ, учитывает учебный план АООП НОО для обучающихся с РАС ШДО ФРЦ (Вариант программы 8.4), календарный учебный график и календарный план воспитательной работы ШДО ФРЦ МГППУ.

Цель двигательного развития – обогащение сенсомоторного опыта, поддержание и развитие способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

В ходе занятий курса «Двигательное развитие» обеспечивается:

1. Активизация защитных сил организма ребёнка.
2. Выработка устойчивой правильной осанки, укрепление и сохранение гибкости позвоночника, предотвращающие его деформации.
3. Укрепление и развитие мышечной системы, нормализация работы опорно-двигательного аппарата.
4. Развитие общей организованности, внимания, доброжелательности.

Решаются задачи, характерные для образовательного процесса в целом:

1. Создание благоприятных условий, способствующих формированию здорового образа жизни, умственному, физическому, эмоциональному развитию личности;
2. Обеспечение психолого-педагогической реабилитации, социальной адаптации и интеграции в общество детей с РАС;
3. Организация коррекционно-образовательного и воспитательного процесса в интересах личности, общества и государства с учётом психофизических возможностей и особенностей детей с РАС:
 - формирование познавательных процессов обучающихся на основе разнообразных видов предметно-практической деятельности на доступном для детей уровне;
 - формирование прикладных, трудовых, творческих умений обучающихся;
 - формирование доступных норм и правил поведения в обществе людей, способов индивидуального взаимодействия

воспитанников с окружающим миром.

4. Обеспечение охраны прав и интересов обучающихся, охраны и укрепления здоровья воспитанников;
5. Осуществление образовательного процесса в соответствии с уровнями образовательных программ.

Основные **задачи** реализации содержания коррекционного курса:

- способствовать развитию мотивации двигательной активности;
- обеспечивать поддержку и развитие имеющихся движений, расширение диапазона произвольных движений и профилактику возможных двигательных нарушений;
- обеспечивать освоение новых способов передвижения (включая передвижение с помощью технических средств реабилитации);
- формировать функциональные двигательные навыки;
- развивать функции руки, в том числе мелкой моторики;
- формировать зрительно-двигательную координацию, ориентировку в пространстве;
- обогащать сенсомоторный опыт;

Создаются благоприятные предпосылки для обучения ребенка самостоятельным движениям, действиям с предметами, элементарным операциям самообслуживания, что способствует развитию познавательных процессов.

Целенаправленное развитие движений осуществляется на специально организованных занятиях, которые проводятся учителем адаптивной физкультуры.

Такая работа организуется в физкультурном зале, в классе и дома в соответствии с рекомендациями специалиста.

Общая характеристика учебного предмета

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 РАС, имеющих умеренную, тяжелую, глубокую умственную отсталость, ТМНР наблюдаются выраженные 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 ведущей целью данного коррекционного курса.

Место учебного предмета в учебном плане

Интеграция с другими предметами с учётом общих целей изучения курса, определённых ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ («Речь и альтернативная коммуникация», «Математические представления», «Адаптивная физкультура» и др.). Преемственность основных образовательных программ, системность, комплексное обучение на основе передовых психолого-медико-педагогических технологий.

На коррекционный курс «Двигательное развитие» в учебном плане АООП НОО для обучающихся с РАС ШДО ФРЦ МГППУ (Вариант программы 8.4.) отводится 2 часа в неделю. Всего 66/68 часов в год в зависимости от года обучения (33 учебные недели для 1 доп.-1-ых классов, 34 учебные недели для 2-4 классов).

Форма проведения занятий по программе: очная, возможно с применением электронных средств обучения и дистанционных образовательных технологий. Занятия могут проводиться как в формате группы и мини-группы, так и в индивидуальном формате.

Планируемые результаты изучения курса:

Личностные результаты

В результате освоения программы обучающиеся:

Будут знать:

- правила поведения на занятиях курса «Двигательное развитие»;
- что такое двигательное развитие, роль и влияние движений на организм ребенка;
- что такое правильная осанка;
- гигиенические требования к занятиям по двигательному развитию;
- значение занятий на открытом воздухе;
- правила подвижных игр, изученных на занятиях;

Будут уметь:

- выполнять упражнения, направленные на двигательное развитие: держание головы; выполнение движений головой; выполнение движений руками, пальцами рук; выполнение движений плечами; опора на предплечья и кисти рук; броски и ловля мяча; отбивание мяча от пола; изменение поз в положении лежа, сидя, стоя; поза на четвереньках; ползание; сидение; опора на колени (изменение положения тела из положения «сидя на пятках»); стояние на коленях; ходьба на коленях; вставание из положения «стоя на коленях»; стояние; выполнение движений ногами; ходьба по ровной и наклонной поверхности, по лестнице; ходьба на носках, пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, приседе; бег с захлестыванием голени, высоко поднимая бедро, приставным шагом; прыжки на двух ногах, на одной ноге; удары по мячу ногой;
- выполнять комплексы по двигательному развитию на основе демонстрации (самостоятельно, с помощью);
- играть в подвижные игры.

Предметные результаты

- формирование знаний о положительном влиянии физических упражнений на организм,
- формирование представлений о правильной осанке, о правильном дыхании,
- формирование представлений о последовательности действий при осуществлении личной гигиены и закрепление этих представлений на практике.
- коррекция и компенсация недостатков физического развития (нарушение осанки, плоскостопие, отставание в массе, росте тела и т.д.);
- коррекция нарушений в движениях (нарушение координации, ориентировке в пространстве, равновесия и т.д.);
- устранение недостатков в развитии двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и др.).
- выполнение комплексов по двигательному развитию на основе демонстрации (самостоятельно, с помощью, со значительной помощью).

Основное содержание учебного предмета

«Основы знаний» (знания о личной гигиене, правильной осанке), «Коррекционно-развивающие упражнения» (коррекция и профилактика плоскостопия, нарушений осанки, сколиозов), «Развитие мелкой моторики» (развивающие упражнения, работа с дидактическими пособиями для развития мелкой моторики), «Ориентировка в пространстве» (шаги, построения, перестроения), «Самомассаж» (обучение навыкам самомассажа).

Содержание программного материала занятий состоит из базовых основ физической культуры и большого количества подготовительных и коррекционных упражнений, а также подвижных игр коррекционной направленности, упражнений на развитие мелкой и общей моторики.

№	Разделы курса	Содержание
1	Основы знаний по двигательному развитию	Техника безопасности на занятиях
		Основы знаний о личной гигиене
		Представления о правильной осанке
2	Коррекционные упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движения	Построение в обозначенном месте (в кругах, в квадратах).
		Гимнастические построения и перестроения
		Повороты по ориентирам
		Шаги вперед, назад, в сторону
3	Упражнения для коррекции нарушений осанки	Упражнения на гимнастической стенке
		Упражнения сидя и лежа на полу
		Упражнения стоя на четвереньках
		Упражнения на мягких модулях
		Упражнения с гимнастической палкой
4	Упражнения для	Катание ступнями массажных мячей. Игра «Кто

	коррекции плоскостопия	быстрее снимет обувь?» Ходьба на носках, на пятках Упражнения для профилактики плоскостопия.
5	Упражнения для мелкой моторики	Сгибание, разгибание пальцев рук в кулак. Игра «Фигуры из пальцев» Перекладывание мяча из руки в руку, катание мяча. Игра «Прокати мяч». Подбрасывание мяча на разную высоту. Метание мяча в цель. Самомассаж рук, головы, ног, живота Упражнения с массажными мячами. Игра «передай мяч». Упражнения для пальчиков. Игра «Сложи картинку» Упражнения для развития мышц рук и пальцев Дыхательные упражнения Общеразвивающие упражнения (ОРУ)
6	Обучение взаимодействию в группе	Простые движения Сложные/комплексные движения

Планируемые результаты изучения курса

В процессе обучения данному курсу будут формироваться *базовые учебные действия*. Обучающийся будет подготавливаться к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному

взаимодействию с группой обучающихся, а именно:

Сформированные умения

Достаточный уровень:

- ориентироваться в пространстве зала;
- иметь представление о собственном теле и собственных возможностях;
- овладеть навыками коммуникации и сформировать навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками;
- овладеть принятыми нормами социального взаимодействия;
- принять и освоить социальную роль обучающегося;
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность;
- передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения
- взаимодействовать со сверстниками при выполнении упражнений, при проведении подвижных игр, при проведении эстафет с участием учителя;
- бережно относиться к инвентарю и оборудованию.

Минимальный уровень:

- входить и выходить из учебного помещения со звонком;
- передвигаться по школе и находить, с помощью учителя, свой класс и другие необходимые помещения
- иметь базовые представления о своем теле
- произвольно включаться в деятельность

Тематическое планирование

№	Название раздела	Примерное количество часов	
		1 до., 1-ые классы	2 – 4 классы
I	Основы знаний по двигательному развитию	2	2

II	Обучение взаимодействию в группе (простые движения)	20	20
III	Обучение взаимодействию в группе (сложные/комплексные движения)	10	12
IV	Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	8	8
V	Упражнения для мелкой моторики	12	12
VI	Упражнения для коррекции нарушений осанки	14	14
VII	Коррекционные упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движения	Выполняются на каждом занятии	
Всего часов		66	68

Наполняемость предметного материала и распределение количества часов по разделам производится специалистами ежегодно, процесс обучения выстраивается от простого к сложному, исходя из индивидуальных особенностей обучающихся.

Календарно-тематическое планирование прописывается ежегодно в приложениях к программе.

Рекомендации по учебно-методическому и материально-техническому обеспечению

Для реализации данной программы специалистами ФРЦ используются:

Методические пособия для педагога	
1.	Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физической культур. Учебник.- Издательство: Спорт, 2016 г.
2.	Ростомашвили Л. Н. «Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития». – Издательство Спорт, 2015г., 161 с.
Дополнительные средства	
1.	Спортивный инвентарь: мячи волейбольные, баскетбольные, футбольные, мячи для метания, массажные мячи, ворота, верёвки и невысокие предметы, объёмные модули, гимнастическая стенка, баскетбольное кольцо, волейбольная сетка, маты, гимнастические

	скамейки, обручи, кегли, мягкие модули различных форм, гимнастические коврики, корзины.
2.	Игрушки, мягкие игрушки, дуги
3.	Оценочная шкала, фотографии детей, жетоны для поощрения
4.	Дидактический материал: изображения (картинки, фото, пиктограммы), альбомы с демонстрационным материалом в соответствии с темами занятий