

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №232
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО

решением Педагогического совета
ГБОУ СОШ №232 Адмиралтейского района
Санкт-Петербурга
от «30» августа 2018 г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №232
Адмиралтейского района
Санкт-Петербурга

Н.А. Прокофьева

Приказ № 156

«30» августа 2018 г.



**Рабочая программа курса внеурочной деятельности
по коррекционно-развивающему направлению**

«ДВИГАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ»

название курса

для обучающегося 2 класса с РАС (ИУП, АООП вариант 8.4)

(Программа рассчитана на 2 часа в неделю, всего 66 часов в год)

Программу составила:

Учитель-дефектолог
высшей категории Лоскутова А.В.

Санкт-Петербург

2018

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по курсу коррекционно-развивающего направления «Двигательное развитие» разработана на основании нормативных документов:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1598;
3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10.07.2015 № 26 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья" ([СанПиН 2.4.2.3286-15](#)).
4. Адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.3).
5. План внеурочной деятельности ресурсного класса «РАССВЕТ» (приказ от 22.05.2018 № 107-П).
6. Годового календарного учебного графика ГБОУ СОШ № 232 на 2018-2019 учебный год (приказ от 22.05.2018 № 107-П).

Цели образовательно-коррекционной работы с учетом специфики учебного предмета:

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.

Общая характеристика учебного предмета и цели курса

Программа определяет цель, задачи, планируемые результаты, содержание и организацию образовательного процесса.

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.

Задачи и направления.

Общие 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 характерные для коррекционного курса: мотивация двигательной активности, поддержка и развитие имеющихся движений, расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений. Благоприятные предпосылки для обучения ребенка самостоятельным движениям, действиям с предметами, элементарным операциям самообслуживания, что способствует развитию познавательных процессов.

Место курса 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.

Личностные и предметные результаты освоения конкретного учебного предмета
Ожидаемые результаты освоения программы.

В результате освоения программы:

Будет знать: правила поведения на занятиях ДР, что такое двигательное развитие, ее роль и влияние на организм ребенка. Что такое правильная осанка. Гигиенические требования к занятиям по двигательному развитию. Правила приема воздушных и солнечных ванн. Значение занятий на открытом воздухе. Знать правила подвижных игр, изученных на занятиях.

Будет уметь: выполнять упражнения, направленные на двигательное развитие, играть в подвижные игры.

Будет иметь: прирост показателей развития основных физических качеств; показывать хорошие умения и навыки в выполнении упражнений по двигательному развитию.

Учащиеся будут уметь демонстрировать: общеразвивающие упражнения: в положении стоя, сидя, лежа, стоя на четвереньках, с гимнастическими палками, дыхательные упражнения.

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).

Базовые учебные действия. 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 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.

Содержание курса состоит из следующих разделов:

«Основы знаний» - дать знания о личной гигиене, правильной осанке, дать понятие «направляющий»).

«Коррекционные 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.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

№	Наименование разделов, тем программы
1	Основы знаний по двигательному развитию
1.1.	Техника безопасности на занятиях ДР
1.2.	Основы знаний о личной гигиене
1.3.	Основы знаний: понятие «направляющий»
1.4.	Представления о правильной осанке
2	Коррекционные упражнения для развития пространственно-временной

	дифференцировки и точности движения.
2.1.	Построение в обозначенном месте (в кругах, в квадратах).
2.2.	Гимнастические построения и перестроения
2.3.	Повороты по ориентирам.
2.4.	Шаги вперед, назад, в сторону.
3	Упражнения для коррекции нарушений осанки
3.1.	Упражнения на гимнастической стенке
3.2.	Упражнения сидя и лежа на полу.
3.3.	Упражнения стоя и стоя на четвереньках
3.4.	Упражнения на мягких модулях
3.5.	Упражнения с гимнастической палкой
4	Упражнения для коррекции плоскостопия.
4.1.	Катание ступнями массажных мячей. Игра «Кто быстрее снимет обувь?»
4.2.	Ходьба на носках, на пятках.
4.3.	Упражнения для профилактики плоскостопия.
5	Упражнения для мелкой моторики
5.1.	Сгибание, разгибание пальцев рук в кулак. Игра «Фигуры из пальцев».
5.2.	Перекладывание мяча из руки в руку, катание мяча. Игра «Прокати мяч».
5.3.	Подбрасывание мяча на разную высоту. Метание мяча в цель.
5.4.	Самомассаж рук, головы, ног, живота.
5.5.	Работа с дидактическим пособием «Черепашка» (по форме, по цвету)
5.6.	Упражнения с массажными мячами. Игра «передай мяч».
5.7.	Упражнения для пальчиков. Игра «Сложи картинку»
5.8.	Упражнения для развития мышц рук и пальцев.
6	Обще развивающие упражнения (ОРУ)
6.1.	ОРУ для всех групп мышц
6.2.	Дыхательные упражнения
6.3.	ОРУ с гимнастическими палками
7	Итоговое тестирование
7.1.	Тестирование на начало учебного года
7.2.	Тестирование на 1 полугодие
7.3.	Итоговое тестирование за год

Содержание программного материала занятий ДР 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.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Направление работы	Кол-во часов	Дата по плану (неделя)	Дата по факту	Цель, задачи урока	Планируемые предметные результаты	Планируемые личностные результаты
1 четверть (16 часов)							
1-2	Техника безопасности на занятиях по двигательному развитию (ДР)	2	1		Знакомить с правилами безопасности на занятиях по двигательному развитию	Знать правила ТБ на уроках ДР	Учится слушать учителя, соблюдать правила поведения. Умение регулировать своё поведение
3	Тестирование на начало учебного года	1	2		Оценить состояние опорно-двигательного аппарата у каждого ученика	Правильное исходное положение	Учиться соблюдать инструкцию
4-5	Сгибание, разгибание пальцев рук в кулак. Игра «Фигура из пальцев»	2	2,3		Учить сгибанию, разгибанию пальцев рук в кулак. Обучать правилам игры	Сгибать, разгибать пальцы в кулак. Применять правила в игре.	Развивать тонкие, дифференцированные движения пальцами рук.
6-7	Ходьба на носках, на пятках	2	3,4		Обучать правильно ходить на носках, на пятках	Уметь правильно ходить на носках и пятках	Развить умение слушать, соблюдать инструкцию. Ориентация в схеме тела
8-9	Построение в обозначенном месте (в кругах, в квадратах)	2	4,5		Обучать построению, перестроению в обозначенном месте	Знать направление	Ориентация в окружающем пространстве, ориентация в схеме тела
10-11	Общеразвивающие упражнения для всех	2	5,6		Обучать комплексу общеразвивающих упражнений	Правильно выполнять упражнения по примеру учителя	Умение работать в группе

	групп мышц						
12-13	Работа с дидактическим пособием «Черепашка»	2	6,7		Учить работе с дидактическим пособием «Черепашка». Учить раскладывать детали по форме.	Правильно раскладывать детали по форме	Развить тонкие, дифференцированные движения пальцами рук.
14-15	Упражнения на мягких модулях	2	7,8		Обучать комплексу упражнений на мягких модулях.	Правильно выполнять упражнения по примеру учителя	Ориентация в окружающем пространстве, ориентация в схеме тела
16	Катание ступнями массажных мячей.	1	8		Обучать комплексу упражнений с массажными мячами для ступней. Профилактировать плоскостопие.	Правильно выполнять упражнения по примеру учителя. Применять правила в игре	Умение работать в группе. Оказывать помощь, принимать помощь.

2 четверть (16 часов)

17	Игра «Кто быстрее снимет обувь»	1	9		Обучать правилам игры. Профилактировать плоскостопие.	Правильно выполнять упражнения по примеру учителя. Применять правила в игре	Умение работать в группе. Оказывать помощь, принимать помощь.
18-19	Перекладывание мяча из руки в руку, катание мяча. Игра «Прокати мяч».	2	9,10		Обучать правилам игры. Обучать перекладыванию мяча из руки в руку. Учить катать мяч.	Правильно выполнять упражнения по примеру учителя. Применять правила в игре	Развить тонкие, дифференцированные движения пальцами рук. Оказывать помощь, принимать помощь.
20	Основы знаний о личной гигиене	1	10		В доступной форме дать представление о личной гигиене	Соблюдать правила личной гигиены	Формирование представлений о собственном теле
21	Техника безопасности на занятиях по двигательному развитию	1	11		Повторять правила безопасности на занятиях по двигательному развитию	Знать правила ТБ на уроках ДР	Учиться слушать учителя, соблюдать правила поведения. Умение регулировать своё поведение
22-23	Основы знаний: понятие «направля	2	11,12		Ознакомить учащихся с понятием «направляющий	Знать понятие «направляющий», уметь двигаться за «направляющим»	Ориентация в окружающем пространстве, умение работать в группе

	ющий»				».		
24	Шаги вперед, назад, в сторону.	1	12		Обучать учащихся правильному движению вперед, назад, в сторону.	Уметь двигаться по заданному направлению (вперед, назад, в сторону)	Ориентация в окружающем пространстве, ориентация в схеме тела, умение следовать правилам.
25-26	Гимнастические построения и перестроения	2	13		Обучать построению, перестроению в одну шеренгу, в две шеренги.	Знать, как построиться в одну шеренгу, перестроиться в две шеренги	Ориентация в окружающем пространстве, ориентация в схеме тела, умение работать в группе
27-28	Общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками	2	14		Обучать комплексу упражнений с гимнастическими и палками.	Правильно выполнять упражнения по примеру учителя	Умение соблюдать правила, принимать и оказывать помощь.
29-30	Работа с дидактическим пособием «Черепашка»	2	15		Совершенствовать работу с дидактическим пособием «Черепашка». Повторить раскладку деталей по форме.	Правильно раскладывать детали по форме	Развить тонкие, дифференцированные движения пальцами рук.
31	Тестирование на конец первого полугодия	1	16		Оценить состояние опорно-двигательного аппарата у каждого ученика	Правильное исходное положение	Учиться соблюдать инструкцию
32	Техника безопасности на занятиях по двигательному развитию	1	16		Повторить правила безопасности на занятиях по двигательному развитию	Знать правила ТБ на уроках ДР	Учиться слушать учителя, соблюдать правила поведения. Умение регулировать своё поведение
3 четверть (18 часов)							
33	Техника безопасности на занятиях по двигательному развитию	1	17		Повторять правила безопасности на занятиях по двигательному развитию	Знать правила ТБ на уроках ДР	Учиться слушать учителя, соблюдать правила поведения. Умение регулировать

	развитию						своё поведение
34-35	Представления о правильной осанке	2	17,18		В доступной форме дать представление о правильной осанке	Учиться сохранять правильную осанку	Формирование представлений о собственном теле
36-37	Гимнастические построения и перестроения	2	18,19		Повторять построение, перестроение в одну шеренгу, в две шеренги.	Знать, как построиться в одну шеренгу, перестроиться в две шеренги	Ориентация в окружающем пространстве, ориентация в схеме тела, умение работать в группе
38-39	Упражнения сидя и лёжа на полу	2	19,20		Обучать комплексу упражнений с исходными положениями сидя и лёжа.	Правильно выполнять упражнения по примеру учителя, соблюдать правильное исходное положение	Умение соблюдать правила, принимать и оказывать помощь.
40-41	Повороты по ориентирам	2	20, 21		Обучать поворотам по ориентирам, развить пространственную ориентацию, точность движения	Знать, как совершать повороты по указанным ориентирам	Ориентация в окружающем пространстве, ориентации в схеме тела
42-43	Повороты по ориентирам	2	21,22		Обучать поворотам по ориентирам, развить пространственную ориентацию, точность движения	Знать, как совершать повороты по указанным ориентирам	Ориентация в окружающем пространстве, ориентации в схеме тела
44-45	Подбрасывание мяча на разную высоту. Бросание мяча в цель	2	22,23		Обучать, как работать с мячом, развить точность движения, меткость.	Уметь подбрасывать мяч на разную высоту, бросать мяч точно в цель	Ориентация в окружающем пространстве, умение совершать точные движения. Представление о собственных возможностях
46-47	Упражнения с гимнастики	2	23,24		Коррекция нарушений осанки,	Правильно выполнять упражнения по	Умение соблюдать правила,

	ческой палкой для коррекции и нарушений осанки				профилактика возможных нарушений осанки	примеру учителя, правильно использовать гимнастическую палку	принимать и оказывать помощь. Умение работать в группе, не мешая окружающим.
48-49	Упражнения для профилактики плоскостопия	2	24,25		Коррекция деформации стопы, профилактика плоскостопия	Учиться выполнять упражнения для профилактики плоскостопия. Правильно выполнять упражнения по примеру учителя.	ориентация в схеме тела, представление о собственном теле
50	Самомассаж рук, головы, ног, живота	1	25		Обучать самомассажу с помощью массажных мячей. Восстановление нормального кровообращения.	Учиться выполнять самомассаж с помощью массажных мячей	ориентация в схеме тела, представление о собственном теле. Оказывать помощь не только другим, но и себе, принимать помощь.
4 четверть (16 часов)							
51-52	Упражнения с массажными мячами. Игра «передай мяч»	2	26		Обучать правилам игры. Обучать упражнениям с массажными мячами.	Правильно выполнять упражнения по примеру учителя. Применять правила в игре	Развить тонкие, дифференцированные движения пальцами рук. Оказывать помощь, принимать помощь.
53-54	Упражнения стоя и стоя на четвереньках	2	27		Обучать комплексу упражнений с исходными положениями стоя и стоя на четвереньках.	Правильно выполнять упражнения по примеру учителя, соблюдать правильное исходное положение	Умение соблюдать правила, принимать и оказывать помощь.
55-56	Самомассаж рук, головы, ног, живота	2	28		Повторять самомассаж с помощью массажных мячей. Восстановление	Учиться выполнять самомассаж с помощью массажных мячей.	ориентация в схеме тела, представление о собственном теле. Оказывать

					е нормального кровообращения.		помощь не только другим, но и себе, принимать помощь.
57-58	Упражнения для профилактики плоскостопия	2	29		Коррекция деформации стопы, профилактика плоскостопия	Повторять, как выполнять упражнения для профилактики плоскостопия. Правильно выполнять упражнения по примеру учителя.	ориентация в схеме тела, представление о собственном теле.
59-60	Упражнения для пальчиков. Игра «Сложи картинку»	2	30		Обучать правилам игры. Обучать упражнениям для пальчиков. Учить складывать картинку, разрезанную на части. Формировать предпосылки для развития способности к синтезу.	Правильно выполнять упражнения по примеру учителя. Применять правила в игре. Умение составлять целое из частей.	Развить тонкие, дифференцированные движения пальцами рук. Оказывать помощь, принимать помощь.
61	Общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками	1	31		Повторять комплекс упражнений с гимнастическими палками.	Правильно выполнять упражнения по примеру учителя	Умение соблюдать правила, принимать и оказывать помощь.
62	Упражнения на гимнастической стенке	1	31		Обучать комплексу дыхательных упражнений на гимнастической стенке. Профилактика заболеваний опорно-двигательной системы. Выработка навыков правильной осанки.	Правильно выполнять упражнения по примеру учителя	Умение соблюдать правила, принимать и оказывать помощь. Умение регулировать своё поведение. Формирование представлений о собственных возможностях.
63	Упражнения	1	32		Учить	Правильно	Развить тонкие,

	ия для развития мышц рук и пальцев				правильно выполнять упражнения, для мышц кистей рук и пальцев. Укрепить мышцы рук и пальцев	выполнять упражнения по примеру учителя	дифференцированные движения пальцами рук. Оказывать помощь, принимать помощь.
64	Основы знаний о личной гигиене	1	32		Проверить, что усвоили о личной гигиене	Соблюдать правила личной гигиены	Формирование представлений о собственном теле
65	Дыхательные упражнения	1	33		Обучать комплексу дыхательных упражнений. Профилактика простудных заболеваний и заболеваний дыхательной системы	Правильно выполнять упражнения по примеру учителя	Умение соблюдать правила, принимать и оказывать помощь. Умение регулировать своё поведение.
66	Итоговое тестирование за год	1	33		Оценить состояние опорно - двигательного аппарата у каждого ученика	Правильное исходное положение	Учиться соблюдать инструкцию

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОМУ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ

- ☐ дидактический материал: изображения (картинки, фото, пиктограммы), альбомы с демонстрационным материалом в соответствии с темами занятий.
- ☐ спортивный инвентарь: маты, батуты, гимнастические мячи разного диаметра, гимнастические скамейки, гимнастические лестницы, обручи, кегли, мягкие модули различных форм, гимнастические коврики, корзины.
- ☐ технические средства реабилитации: кресла-коляски комнатные и прогулочные, опор для стояния (вертикализаторы, ходунки), опоры для ползания, тренажеры (велосипед и др.), кресла-стулья с санитарным оснащением (для туалета, ванны).
- ☐ мебель: шкафы для хранения спортивного инвентаря, для переодевания, стулья, стол, столы-кушетки

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

- 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).

