


<p>«Рассмотрено» Руководитель МО: <u>Максимова</u> Е.В. Максимова/ Протокол № <u>1</u> от «<u>25</u>» «<u>август</u>» 20<u>23</u> г.»</p>	<p>«Согласовано» Заместитель директора по УР: <u>А.И. Мубаракшин</u> «<u>28</u>» «<u>08</u>» 20<u>23</u> г.»</p>	<p>«Утверждено» Директор школы: <u>Т.А. Галимханов</u> Приказ № <u>18</u> от «<u>28</u>» «<u>08</u>» 20<u>23</u> г.»</p> 
---	--	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

начального общего образования

ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ « ДВИГАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ » (ВАРИАНТ II)

ГБОУ «Мамадышская школа-интернат»

Составитель: учитель высшей категории Куклев А.П.

Принято на заседании
педагогического совета.
Протокол № 1 от
«28» «08» 2023 г.

Пояснительная записка

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства обучающихся с ТМНР имеются тяжелые 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 целью занятий.

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. Целенаправленное развитие движений на специально организованных занятиях, которые проводятся инструкторами лечебной физкультуры и (или) учителями адаптивной физкультуры.

Развитие двигательных умений у обучающихся с детским церебральным параличом тесно связано с профилактикой возникновения у них патологических состояний. В ходе работы тело обучающегося фиксируется в таких позах (горизонтальных, сидячих, вертикальных), которые снижают активность патологических рефлексов, обеспечивая максимально комфортное положение обучающегося в пространстве и возможность реализации движений. Придание правильной позы и фиксация обеспечивается при помощи специального оборудования и вспомогательных приспособлений с соблюдением индивидуального режима. Такая работа организуется в физкультурном зале, в классе и дома в соответствии с рекомендациями врача-ортопеда и специалиста по лечебной физкультуре. Обеспечение условий для придания и поддержания правильного положения тела создает благоприятные предпосылки для обучения обучающегося самостоятельным движениям, действиям с предметами, элементарным операциям самообслуживания, способствует развитию познавательных процессов.

Техническое оснащение курса включает: технические средства реабилитации (например, кресла-коляски, ходунки, вертикализаторы); средства для фиксации ног, груди, таза; мягкие формы и приспособления для придания положения лежа, сидя, стоя; ограничители; автомобильные кресла; гимнастические мячи различного диаметра, гамак, тележки, коврики, специальный велосипед, тренажеры, подъемники.

Содержание коррекционного курса

Положение рук, ног, спины.

Удержание головы в положении лежа на спине (на животе, на боку (правом, левом), в положении сидя. Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине или животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине или животе, стоя или сидя), «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки). Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны. Выполнение движений пальцами рук: сгибание или разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак и разгибание. Выполнение движений плечами.

Упражнения с мячом

Опора на предплечья, на кисти рук. Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен), одной рукой (от груди, от уровня колен). Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой). Ловля мяча на уровне груди (на уровне колен). Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину. Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Вставание на четвереньки. Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине».

Упражнения на коленях

Вставание на колени из положения «сидя на пятках». Стояние на коленях. Вставание на колени из положения «стоя на коленях». Стояние с опорой (например, вертикализатор, костыли, трость), без опоры. Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону. Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры), по наклонной поверхности

(вверх, вниз), по лестнице (вверх, вниз). Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро). Бег с высоким подниманием бедра.

Прыжки

Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад). Прыжки на одной ноге. Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов).

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «Я»;
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- освоение доступных социальных ролей, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- слушание и понимание инструкции педагога;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Тематическое планирование.

№	Тема	Кол-во часов
1	Ходьба.	16
2	Бег.	4
3	Повороты.	28
4	Прыжки	12
5	Упражнение с мячом	20
6	Упражнение для рук, ног.	55
	Итого	135