

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) учитель 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 "Двигательное развитие".

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, "круговые". Выполнение движений пальцами рук: сгибание или разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак и разгибание. Выполнение движений плечами.

Опора на предплечья, на кисти рук. Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы), одной рукой (от груди, от уровня колен, из-за головы). Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой). Ловля мяча на уровне груди (на уровне колен, над головой). 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. Ползание на животе (на четвереньках). Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения "лежа на спине".

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

опоры), по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры). Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе). Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом). Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево). Прыжки на одной ноге. Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега).

Коррекционный курс: «Двигательное развитие».

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства обучающихся с РАС имеется нарушение произвольной организации двигательной активности, значительно ограничивающее возможности самостоятельной деятельности обучающихся. Поэтому работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков является целью индивидуальных форм работы.

Основные задачи реализации содержания:

Мотивация двигательной активности;

поддержка и развитие имеющихся движений, расширение диапазона произвольных движений и профилактика возможных двигательных нарушений; освоение новых способов передвижения (включая передвижение с помощью технических средств реабилитации); формирование функциональных двигательных навыков; развитие функции руки, в том числе мелкой моторики; формирование зрительно-двигательной координации, ориентировки в пространстве; обогащение сенсомоторного опыта. Целенаправленное развитие движений на специально организованных занятиях, которые проводятся инструкторами ЛФК и (или) учителями адаптивной физкультуры.

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

Техническое оснащение курса включает: средства для фиксации ног, груди, таза; мягкие формы и приспособления для придания положения лежа, сидя, стоя; ограничители; гимнастические мячи различного диаметра, гамак, тележки, коврики, специальный велосипед, тренажеры.

Содержание коррекционных занятий.

Удержание 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

Описание места учебного предмета в учебном плане

В 5 - 6 классе рабочая программа рассчитана на 1 час аудиторных занятий в неделю (34 часа в год).

В 7 классе рассчитана на 1 час в неделю (34 часа в год). Из них 17 часов отводится на аудиторные занятия (0,5 ч. в неделю) и 17 часов самостоятельная работа (0,5 ч. в неделю).

В 8 классе рабочая программа рассчитана на 1 час аудиторных занятий в неделю (34 часа в год).

**Тематическое планирование
5-6 класс**

№п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Контр. работы	Практ. работы	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Аудиторные занятия	Самостоятельная работа	Всего			
1	Вводное занятие. Упражнения на ориентировку в пространстве. Гимнастика	2	-	2		1	http://interneturok.ru
2	Движения по сопровождению	12	-	12		1	http://interneturok.ru
3	Ритмические игры	12	-	12			http://interneturok.ru
4	Подвижные игры	8	-	8			http://interneturok.ru
	Итого	34	0	34		2	

**Тематическое планирование
7 класс**

№п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Контр. работы	Практ. работы	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Аудиторные занятия	Самостоятельная работа	Всего			
1	Вводное занятие. Упражнения на ориентировку в пространстве. Гимнастика	1	1	2		1	http://interneturok.ru
2	Движения по сопровождению	6	6	12		1	http://interneturok.ru
3	Ритмические игры	6	6	12			http://interneturok.ru
4	Подвижные игры	4	4	8			http://interneturok.ru
	Итого	17	17	34		2	

**Тематическое планирование
8 класс**

№п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Контр. работы	Практ. работы	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Аудиторные занятия	Самостоятельная работа	Всего			
1	Вводное занятие. Упражнения на ориентировку в пространстве. Гимнастика	2	-	2		1	http://interneturok.ru
2	Движения по сопровождению	12	-	12		1	http://interneturok.ru
3	Ритмические игры	12	-	12			http://interneturok.ru
4	Подвижные игры	8	-	8			http://interneturok.ru
	Итого	34	0	34		2	

**Календарно-тематическое планирование
(Поурочное планирование)**

№п.п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Вводное занятие. Упражнения на ориентировку в пространстве	1		Учи.ру
2.	Упражнения на ориентировку в пространстве	1		Учи.ру
3	Гимнастика.	1		
4	Гимнастика. Подвижные игры	1		Учи.ру
5	Упражнение на руки Пальчиковая гимнастика	1		Учи.ру
6	Подвижные игры, движения	1		
7	Развивающая игра «Охотники».	1		
8	Элементы подтягивания Притопы	1		Учи.ру
9	«Двигательные движения: «Ветерок-ветер	1		Учи.ру
10	«Приседания с сопровождением	1		Учи.ру
11	Развивающие движения. Движение вперед, с приседанием	1		Учи.ру
12	Ритмические движения, игры.	1		Учи.ру
13	Ритмические движения, игры.	1		Учи.ру
14	«Двигательные движения: «Ветерок-ветер».	1		Учи.ру
15	«Приседания с сопровождением.	1		Учи.ру
16	Гимнастическая игра Прыжки с выносом ноги в сторону.	1		
17	Итоговый урок. Двигательная игра «Веселый колокольчик	1		