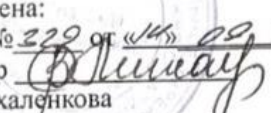


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КОРРЕКЦИОННАЯ ШКОЛА «НАДЕЖДА»
ГОРОДА ЮЖНО-САХАЛИНСКА**

693000, г. Южно-Сахалинск, ул. Клубная, 21. Тел./факс (4242) 71-48-61
E-mail: school-skosh@yuzhno-sakh.ru

Рекомендована:
Педагогическим советом
№ 2
От «14» 09 2018 г.

Утверждена:
Приказ № 329 от «14» 09 2018 г.
Директор 
О.В. Михаленкова

АДАптиРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Двигательное развитие
1 «А» класс
СТУПЕНЬ ОБУЧЕНИЯ I
Срок реализации программы – 1 год

Программа составлена на основании результатов обследования учащихся и методических пособий:

1. «Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии»
И.И. Мамайчук, Санкт-Петербург 2006 г.
2. Шмаков С. А. «Игры, развивающие психические качества личности школьника: Методическое пособие. – М.:ЦГЛ, 2004

Согласовано с требованиями ФГОС обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Составитель программы: педагог-психолог А.А. Иванов.

г. Южно-Сахалинск
2018 г.

Пояснительная записка

Настоящая адаптированная программа «Коррекции двигательной активности» разработана на основе обследования учащихся, их психофизических возможностей и методической литературы: «Нейропсихологическая коррекция» В. П. Яссман, «Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии» И. И. Мамайчук.

Согласована с требованиями ФГОС для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормального функционирования всех систем человеческого организма (дыхание, работа сердечно-сосудистой системы и других внутренних органов). У детей с ОВЗ имеются нарушения произвольной двигательной активности, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся.

Программа концептуально опирается на теорию замещающего онтогенеза, согласно которой коррекционный процесс должен быть нацелен на уровни развития, предшествующие несформированным или нарушенным. Известно, что произвольно человек способен управлять только ритмом дыхания и движения, двигательная коррекция, в свою очередь, строится на автоматизации и ритмизации ребенка через базовые многоуровневые приемы. Коррекционно-развивающая работа, основанная на двигательных методах, должна включать в себя растяжки, дыхательные, глагодвигательные, перекрестные (реципрокные) телесные упражнения, упражнения для языка и мышц челюсти, упражнения для развития мелкой и крупной моторики, релаксации, а так же – для формирования правильной осанки и мышечного корсета.

Исследования показывают, что воздействие на двигательную функцию дает эффект на уровне эмоциональной и интеллектуальной сфер – *эффект ненаправленной коррекции*, который в свою очередь подчеркивает базовое значение моторного развития для формирования остальных психических функций. Таким образом, двигательная коррекция способствует обогащению знаний ребенка о собственном теле, развитию внимания, интеллекта, мышления и памяти, а так же произвольности движений, самоконтролю; успокаивает и уравнивает психику.

Цель программы: обогащение сенсомоторного опыта, поддержание и развитие способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков, ненаправленная коррекция ВПФ.

Задачи:

- Развитие мускулатуры тела;
- Развитие общей и мелкой моторики;
- Формирование пространственных представлений;
- Поддержка и развитие имеющегося диапазона движений;
- Расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений;

- Формирование и поддержание правильной осанки.

Программа построена с учетом специфических особенностей познавательной и эмоционально-волевой сферы деятельности учащихся с УО, их потенциальных возможностей.

Основные формы и методы, применяемые на занятиях:

- Двигательные упражнения, направленные на работу определенных групп мышц;
- Статичные упражнения для формирования контроля;
- Развитие чувства ритма и реципрокных движений;
- Контроль правильной осанки;
- Графомоторные упражнения.

Работа планируется в соответствии с основными дидактическими требованиями: постепенное повышение нагрузки и переход в конце занятия к успокоительным упражнениям; чередование различных видов упражнений, подбор упражнений, соответствующих возможностям учащихся.

Содержание курса двигательной коррекции подразумевает создание на занятиях игровых ситуаций, основанных на методах двигательной коррекции, стимулирующих активацию, развитие и закрепление психомоторных актов.

Форма работы на занятии: фронтальная работа один раз в неделю.

За год: в 1 классе 33 часа.

Содержание предмета

1. Диагностика (в объеме 2 часов)
2. Формирование правильной осанки (в объеме 3 часов)
3. Формирование сенсомоторных координаций (в объеме 9 часов)
4. Развитие мускулатуры рук и мелкой моторики (в объеме 10 часов)
5. Оптимизация мышечного тонуса (в объеме 6 часов)
6. Релаксация и дыхание (в объеме 3 часов)

Раздел «Диагностика» включает в себя занятия, направленные на определение двигательных навыков детей, способности ориентироваться в пространстве, развитие мелкой моторики, знание своего тела и способности контролировать собственные моторные акты.

Раздел «Формирование правильной осанки» способствует появлению у детей представления о том, как и зачем необходимо держать осанку, а так же – закрепление осанки в правильном положении.

Раздел «Формирование сенсомоторных координаций» направлен на развитие у детей чувства координации, умения контролировать свои движения, закрепляет навыки выполнения определенных моторных актов, а так же делает двигательную активность более целенаправленной и менее трудозатратной.

«Развитие мускулатуры рук и мелкой моторики» направленно на тренировку кистей рук для совершения мелких точных операций, необходимых, в первую очередь, для графомоторных актов (например - письма), так же развитие мелкой моторики способствует увеличению контроля над движениями, развитию произвольного внимания и повышению концентрации.

Раздел «Оптимизация мышечного тонуса» направлен на развитие умения управлять своим телом, улучшению психомоторики, повышению контроля над двигательной активностью.

«Релаксация и дыхание» позволяет научить детей техникам расслабления, необходимым для снижения гипердинамических проявлений, улучшению настроения, снятию стресса, психической и физической разгрузке.

Ожидаемые результаты

- Формирование пространственных представлений
- Формирование способности контролировать собственные двигательные акты
- Умение держать правильную осанку
- Развитие мелкой моторики, улучшение качества графомоторных актов
- Развитие чувства равновесия
- Снижение интенсивности гипердинамических проявлений

- Увеличение энергетического потенциала психики

Список литературы

1. И. И. Мамайчук – Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии // Санкт-Петербург. – 2006г.
2. В. П. Ясман – Нейропсихологическая коррекция // Хабаровск. – 2016г.
3. Л. С. Выгодский – Развитие высших психических функций // Москва. – 1956г.
4. А. Р. Лурия – Основы нейропсихологии // Москва. – 1973г.
5. И.М. Бгажнокова - Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта // Москва. – 2007г.
6. Н. Я. Семаго – Современные подходы к формированию пространственных представлений у детей как основы компенсации трудностей освоения программы начальной школы // Москва. – 2000г.
7. Л. С. Цветкова – Восстановительное обучение при локальных поражениях мозга // Москва. – 1997г.