

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение школа № 627  
Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА  
решением педагогического совета  
ГБОУ школы № 627  
Невского района Санкт-Петербурга  
Протокол от 31.08.2020 № 1  
с учетом мнения методического объединения  
протокол от 26.08.2020 № 1

УТВЕРЖДЕНА  
Директор ГБОУ школы №627 .  
Невского района Санкт-Петербурга  
Кочетова А.П.  
Приказ от 31.08.2020 № 1



**ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ»**

(двигательное развитие)

**Направление: спортивно-оздоровительное**

**Адаптированная основная образовательная программа начального общего образования для обучающихся с тяжелыми множественными нарушениями развития (вариант 6.4)**

**КЛАСС 1ПД, 1 ПИ**

Срок реализации рабочей программы: 2020-2021 учебный год

Количество часов в год 33 неделю 1

Сведения о составителе рабочей программы:

Гатило Виктория Владимировна, учитель АФК

Санкт-Петербург

2020

## Пояснительная записка

### Программа внеурочной деятельности обучающихся с НОДА вариант 6.4

#### ДВИГАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

##### Пояснительная записка

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства детей с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся.

##### Нормативно - правовая база разработки программы

1. Письмо Минпросвещения России от 07.05.2020 № ВБ-976/04 “Рекомендации по организации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий”
2. Адаптированная основная образовательная программа начального общего образования обучающихся тяжелыми множественными нарушениями (вариант 6.4)
3. Учебный план ГБОУ школы №627 Невского района Санкт-Петербурга на 2020-2021 учебный год
4. Положение о рабочей программе ГБОУ школы № 627 Невского района Санкт - Петербурга

**Целью занятий** является обогащение сенсомоторного опыта, поддержание и развитие способности к движению через целенаправленное обучение и тренировку функциональных двигательных навыков.

##### Задачи:

1. Мотивация двигательной активности;
2. Поддержка и развитие имеющихся движений;
3. Расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений;
4. Освоение новых способов передвижения, включая передвижение с помощью технических средств реабилитации.

##### Принципы составления программы:

Общие характеристики, направления, цели и практические задачи учебного предмета «Двигательное развитие» основываются на индивидуальных возможностях и индивидуальных образовательных потребностях обучающегося с ТМНР.

При составлении программы учебного предмета учитывались следующие принципы:

1. Принцип гуманизации – уважение и принятие ребенка с тяжелыми и множественными нарушениями развития как личности.
2. Принцип единства образовательных, коррекционно-развивающих и воспитательных задач.
3. Принцип единства диагностики и коррекции, отражающий целостность образовательного процесса.
4. Принцип индивидуализации, предполагающий подбор содержания, темпа, приемов и способов взаимодействия с обучающимся.
5. Принцип доступности, предполагающий соответствие содержания материала уровню интеллектуальных, физических возможностей ребенка.
6. Принцип интеграции образовательных областей (учебных предметов) - основные задачи каждой образовательной области должны решаться и в ходе реализации других областей программы (учебных предметов).
7. Принцип наглядности, предполагающий использование всех доступных

обучающемуся каналов восприятия (мультимодальность).

8. Принцип междисциплинарного подхода с целью создания наиболее благоприятных условий для обучающихся, исходя из особенностей его психофизического развития.

#### **Общая характеристика коррекционного курса**

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.

#### **Место коррекционного курса в учебном плане**

В учебном плане коррекционный курс «Двигательное развитие» представлен с 1\*, 1-4 класс 1 час в неделю, 34 часа в год, что соответствует учебному плану ГБОУ школы №627 на 2020-2021 учебный год. Данный учебный курс может быть реализован с помощью электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

#### **Описание ценностных ориентиров содержания коррекционного курса**

Обеспечение условий для придания и поддержания правильного положения тела создает благоприятные предпосылки для обучения ребенка самостоятельным движениям, действиям с предметами, элементарным операциям самообслуживания, способствует развитию познавательных процессов.

В ходе работы тело ребенка фиксируется в таких позах (горизонтальных, сидячих, вертикальных), которые снижают активность патологических рефлексов, обеспечивая максимально комфортное положение ребенка 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.

#### **Содержание коррекционного курса.**

Поддержание жизненно-важных функций организма (дыхание, работа сердечно-сосудистой системы и других внутренних органов); мотивация двигательной активности; поддержка и развитие имеющихся движений, расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений; обучение переходу из одной позы в другую; освоение новых способов передвижения (включая передвижение с помощью технических средств реабилитации); формирование функциональных двигательных навыков, которые ребенок в дальнейшем научится использовать в повседневной жизни; развитие функции руки, в том числе мелкой моторики; формирование ориентировки в пространстве; обогащение сенсомоторного опыта.

#### **Тематическое планирование.**

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/животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине/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 /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /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 (вертикализатор, костыли, трость и др.), 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).

#### **Материально-техническое обеспечение образовательного процесса:**

Техническое оснащение курса включает: технические средства реабилитации (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 («Пони», «Мотомед» и др.), подъемники и др. Google-Класс, социальные сети.