Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Менделеевская школа для детей с ограниченными возможностями здоровья»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рассмотрено на заседании ШМО учителей  начальных классов ГБОУ «Менделеевская  школа для детей с ограниченными возможностями здоровья»  Руководитель\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Шарашкина В.Н../  « 29 » августа 2023 г. | «Согласовано»  Заместитель руководителя по УВР  ГБОУ «Менделеевская школа для детей с ограниченными возможностями здоровья»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Тихонова Н.В./  « 31 » августа 2023 г. | «Утверждено»  Руководитель ГБОУ «Менделеевская школа для детей с ограниченными возможностями здоровья»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Салимханова Д.А./  Приказ №110 от «31» августа 2023 г. |

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Ореховой Екатерины Петровны

по спортивному направлению

2 класс

Рассмотрено на заседании

педагогического совета

протокол № 1

от «31» августа 2023 г.

2023-2024 учебный год

Учебно-тематическое планирование

По спортивно-оздоровительному направлению

Класс 2

Учитель Орехова Екатерина Петровна

Количество часов:

Всего 34час; в неделю 1 час.

Плановых практических \_\_\_\_\_ уроков, зачетов\_\_\_\_\_,тестов \_\_\_\_\_\_ч.,

Административных практических уроков:\_\_\_\_\_ч.

Средства обучения печатные- учебники, рабочие тетради, раздаточный материал.

Наглядные плоскостные-настенные карты, плакаты, иллюстрации.

Электронные образовательные ресурсы, аудиовизуальные:фильмы, презентации, слайды.

Планирование составлено на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) разработанав соответствии с требованиями ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ №107 от 29.08 2017 года).

Программа составлена на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) разработанав соответствии с требованиями ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ №107 от 29.08 2017 года).

Перечень нормативных документов:

1. Федеральный Государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

2. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Перечень нормативных документов:

1. Федеральный Государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью ( интеллектуальными нарушениями).

2. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

**Цель** реализации АООП образования обучающихся с легкой умственной отсталостью(интеллектуальными нарушениями) в Государственном бюджетном общеобразовательном учреждении «Менделеевская школа для детей с ограниченными возможностями здоровья» — обеспечение выполнения требований Стандарта.

Достижение поставленной цели при реализации АООП предусматривает решение следующих основных **задач:**

― овладение обучающимися с легкой умственной отсталостью(интеллектуальными нарушениями) учебной деятельностью, обеспечивающей формирование жизненных компетенций;

― формирование общей культуры, обеспечивающей разностороннее развитие ихличности (нравственно-эстетическое, социально-личностное, интеллектуальное, физическое), в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями;

― достижение планируемых результатов освоения АООП образования обучающимися с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей ивозможностей;

― выявление и развитие возможностей и способностей обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), через организацию их общественно полезной деятельности, проведения спортивно–оздоровительной работы, организацию художественного творчества и др. с использованием системы клубов, секций, студий и кружков (включая организационные формы на основе сетевого взаимодействия), проведении спортивных, творческих и др. соревнований;

― участие педагогических работников, обучающихся, их родителей (законных представителей) и общественности в проектировании и развитии внутришкольной социальной среды.

Под внеурочной деятельностью понимается образовательная деятельность, направленная на достижение результатов освоения основной образовательной программы и осуществляемая в формах, отличных от классно-урочной. Внеурочная деятельность объединяет все, кроме учебной, виды деятельности обучающихся, в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

Сущность и основное назначение внеурочной деятельности заключается в обеспечении дополнительных условий для развития интересов, склонностей, способностей обучающихся с умственной отсталостью, организации их свободного времени.

Внеурочная деятельность ориентирована на создание условий для:

• творческой самореализации обучающихся с умственной отсталостью в комфортной развивающей среде, стимулирующей возникновение личностного интереса к различным аспектам жизнедеятельности; позитивного отношения к окружающей действительности;

• социального становления обучающегося в процессе общения и совместной деятельности в детском сообществе, активного взаимодействия со сверстниками и педагогами;

• профессионального самоопределения, необходимого для успешной реализации дальнейших жизненных планов обучающихся.

• основной педагогической единицей внеурочной деятельности является социокультурная практика, представляющая собой организуемое педагогами и обучающимися культурное событие, участие в котором помещает их в меняющиеся культурные среды, расширяет их опыт поведения, деятельности и общения.

Основными целями внеурочной деятельности являются:

• создание условий для достижения обучающегося необходимого для жизни в обществе социального опыта;

• формирования принимаемой обществом системы ценностей;

• создание условий для всестороннего развития и социализации каждого обучающегося с умственной отсталостью;

• создание воспитывающей среды, обеспечивающей развитие социальных, интеллектуальных интересов учащихся в свободное время.

Основные задачи:

• коррекция всех компонентов психофизического, интеллектуального, личностного развития обучающихся с умственной отсталостью с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей;

• развитие активности, самостоятельности и независимости в повседневной жизни;

• развитие возможных избирательных способностей и интересов ребенка в разных видах деятельности;

• формирование основ нравственного самосознания личности, умения правильно оценивать окружающее и самих себя, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

• развитие трудолюбия, способности к преодолению трудностей, целеустремлѐнности и настойчивости в достижении результата;

• расширение представлений ребенка о мире и о себе, его социального опыта; формирование положительного отношения к базовым общественным ценностям;

• формирование умений, навыков социального общения людей;

• расширение круга общения, выход обучающегося за пределы семьи и образовательной организации;

• развитие навыков осуществления сотрудничества с педагогами, сверстниками, родителями, старшими детьми в решении общих проблем; укрепление доверия к другим людям;

• развитие доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, понимания других людей и сопереживания им.

Содержание внеурочной деятельности обучающихся с умственной отсталостью.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Направление |  | Программа | Цели |
|  | |  |  |
| Коррекционно- | | «Ритмика» | Коррекция недостатков двигательной, эмоционально- волевой, познавательной |
| развивающее |  |  | сфер; развитие общей и речевой моторики, укрепление здоровья, |
| направление |  |  | формирование навыков здорового образа жизни у обучающихся с |
|  |  |  | умственной отсталостью. |
|  |  | «Логопедические | Развитие всех сторон речи (фонетико-фонематической, лексико-грамматической, |
|  |  | занятия» | синтаксической), связной речи, обогащение словарного запаса, |
|  |  |  | коррекция нарушений чтения и письма, развитие коммуникативной |
|  |  |  | функции речи, расширение представлений об окружающей действительности, развитие |
|  |  |  | познавательной сферы. |
|  |  | «Психокоррек-ционные занятия» | Преодоление или ослабление проблем в психическом и личностном развитии,  гармонизацию личности и межличностных отношений учащихся  и социальную интеграцию. Основные направления работы: познавательная сфера  (формирование учебной мотивации, стимуляция сенсорно-перцептивных,  мнемических и интеллектуальных процессов); эмоционально-личностная сфера  (гармонизация пихоэмоционального состояния, формирование  позитивного отношения к своему «Я», повышение уверенности в себе, развитие  самостоятельности, формирование навыков самоконтроля); коммуникативная сфера и  социальная интеграция(развитие способности к эмпатии, сопереживанию;  формирование продуктивных видов взаимоотношений с окружающими (в семье, классе), повышение социального статуса ребенка в коллективе, формирование и развитие навыков социального поведения). |
| Направления внеурочной деятельности | | Спортивно-  оздоровительное | Формирование культуры здоровья обучающихся, осознанного отношения к необходимости закаляться, заниматься спортом, профилактика вредных привычек. |
|  |
| Общекультурное | Развитие творческих способностей и коррекцию мелкой и общей моторики, исправление недостатков познавательной деятельности, формирование элементарных трудовых качеств. |
| Социальное | Воспитание ответственности за личную безопасность, безопасность общества; ответственного отношения к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей среды как основы в обеспечении безопасности жизнедеятельности личности и общества; освоение знаний: о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях. |
| Нравственное | Раскрытие личностных, душевных качеств ребенка через развитие способностей самопознания и самовыражения. Любить, уважать и принимать себя таким, какой есть – важнейший этап на пути становления личности. Развитие положительной уверенности в себе, в своих силах и возможностях поможет ребенку в преодолении жизненных трудностей, в общении и поведении. Задача взрослых (педагогов, родителей, значимых взрослых) помочь ребенку развить стремление к познанию своего внутреннего мира, его духовному обогащению, самосовершенствованию. |

На обязательные индивидуальные и групповые коррекционные занятия по логопедии и психокоррекционные занятия составляется отдельное расписание. Продолжительность занятий 15-20 минут с одним учеником, 20-25 минут с группой (2-4 ученика). Группы комплектуются с учетом однородности и выраженности речевых и других нарушений. Обязательные индивидуальные и групповые коррекционные занятия проводят учителя-логопеды и педагоги-психологи.

Планируемые результаты освоения программ внеурочной деятельности.

В результате реализации программы внеурочной деятельности должнообеспечиваться достижение обучающимися с умственной отсталостью:

- воспитательных результатов — духовно-нравственных приобретений, которые обучающийся получил вследствие участия в той или иной деятельности (например, приобрѐл, некое знание о себе и окружающих, опыт самостоятельного действия, любви к близким и уважения к окружающим, пережил и прочувствовал нечто как ценность);

- последствия результата, того, к чему привело достижение результата (развитие обучающегося как личности;

- формирование его социальной компетентности, чувства патриотизма и т. д.).

Воспитательные результаты внеурочной деятельности школьников распределяются по трем уровням.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Уровень |  |  |
| Первый | Приобретение обучающимися с | Взаимодействие обучающегося со |
| уровень | умственной отсталостью | своими |
| результа | социальных знаний о Родине, о | учителями (в основном и |
| тов | ближайшем окружении и о | дополнительном |
|  | себе, об общественных нормах, | образовании) как значимыми для |
|  | устройстве общества, | него |
|  | социально одобряемых и не одобряемых | носителями положительного |
|  | формах поведения | социального знания |
|  | в обществе и т. п., первичного понимания | и повседневного опыта. |
|  | социальной |  |
|  | реальности и повседневной жизни. |  |
| Второй | Получение опыта переживания и | Взаимодействие обучающихся |
| уровень | позитивного отношения к | между собой на |
| результа | базовым ценностям общества (человек, | уровне класса, образовательной |
| тов | семья, Отечество, природа, мир, знания, | организации, т. е. |
|  | труд, культура), ценностного | в защищѐнной, дружественной |
|  | отношения к социальной реальности в | просоциальной среде, в которой |
|  | целом. | обучающийся получает (или не |
|  |  | получает) первое практическое |
|  |  | подтверждение |
|  |  | приобретѐнных социальных |
|  |  | знаний, начинает их |
|  |  | ценить (или отвергает). |
| Третий | Получение обучающимися с умственной | Взаимодействие обучающегося с |
| уровень | отсталостью начального опыта | представителями различных |
| результа | самостоятельного общественного | социальных субъектов за |
| тов | действия, формирование социально | пределами образовательной |
|  | приемлемых моделей | организации, в открытой |
|  | поведения. | общественной среде. |

Достижение трех уровней результатов внеурочной деятельности увеличивает

вероятность появления эффектов воспитания и социализации обучающихся. У обучающихся могут быть сформированы коммуникативная, этическая, социальная, гражданская компетентности и социокультурная идентичность.

Основные личностные результаты внеурочной деятельности:

- ценностное отношение и любовь к близким, к образовательному учреждению, своему селу, городу, народу, России;

- ценностное отношение к труду и творчеству, человеку труда, трудовым достижениям России и человечества, трудолюбие;

- осознание себя как члена общества, гражданина Российской Федерации, жителя конкретного региона;

- элементарные представления об эстетических и художественных ценностях отечественной культуры.

- эмоционально-ценностное отношение к окружающей среде, необходимости ее

охраны;

- уважение к истории, культуре, национальным особенностям, традициям и образу жизни других народов;

- готовность следовать этическим нормам поведения в повседневной жизни и профессиональной деятельности;

- готовность к реализации дальнейшей профессиональной траектории в соответствии с собственными интересами и возможностями;

- понимание красоты в искусстве, в окружающей действительности;

- потребности и начальные умения выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных видах практической, художественно-эстетической, спортивно-физкультурной деятельности;

- развитие представлений об окружающем мире в совокупности его природных и социальных компонентов;

- расширение круга общения, развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; принятие и освоение различных социальных ролей;

- принятие и освоение различных социальных ролей, умение взаимодействовать с людьми, работать в коллективе;

- владение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия;

- способность к организации своей жизни в соответствии с представлениями о здоровом образе жизни, правах и обязанностях гражданина, нормах социального взаимодействия;

- способность ориентироваться в окружающем мире, выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать элементарные решения;

-способность организовывать свою деятельность, определять ее цели и задачи, выбирать средства реализации цели и применять их на практике, оценивать достигнутые результаты;

- мотивация к самореализации в социальном творчестве, познавательной и практической, общественно полезной деятельности.

Формы организации внеурочной деятельности*:*

1. экскурсии,
2. кружки, секции,
3. соревнования,
4. праздники,
5. общественно полезные практики,
6. смотры-конкурсы, викторины,
7. беседы,
8. фестивали.

Календарно-тематическое планирование

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Кол-во часов | Дата | | Примечание |
| По плану | Факт-ая |
| 1четверть (8ч.) | | | | | |
| Раздел «Формирование представленийо физическом развитии здоровогообраза жизни». | | | | | |
| Тема «Гигиена повседневного быта». | | | | | |
| 1 | Правила составления и проведения утренней гимнастики. | 1 | 07.09.23 |  |  |
| 2 | Практическая работа «Разработка комплекса утренней гимнастики». | 1 | 14.09.23 |  |  |
| 3 | Физическое развитие младшего школьника.  Прибавление в росте и весе. | 1 | 21.09.23 |  |  |
| 4 | Практическая работа «Моё физическоеразвитие». | 1 | 28.09.23 |  |  |
| Тема «Формирование правильной осанки». | | | | | |
| 5 | Форма спины и грудной клетки. | 1 | 05.10.23 |  |  |
| 6 | Практическая работа «Проверь своюосанку». | 1 | 12.10.23 |  |  |
| Тема «Основы самоконтроля». | | | | | |
| 7 | Самочувствие и болевые ощущения какпоказатели самоконтроля. | 1 | 19.10.23 |  |  |
| 8 | Практическая работа «Дневник самоконтроля». | 1 | 26.10.23 |  |  |
| 2четверть (7ч.) | | | | | |
| Тема «Средства и методы сохранения здоровья». | | | | | |
| 1 | Правила предупреждения простудныхзаболеваний. | 1 | 09.11.23 |  |  |
| 2 | Практическая работа «Профилактикапростудных заболеваний». | 1 | 16.11.23 |  |  |
| Тема «Профилактика близорукости». | | | | | |
| 3 | Как устроен наш глаз. | 1 | 23.11.23 |  |  |
| 4 | Практическая работа «Укрепление мышцглаза». | 1 | 30.11.23 |  |  |
| Раздел «Воспитание двигательных способностей». | | | | | |
| Тема «Что значит быть гибким?» | | | | | |
| 5 | Гибкость тела. | 1 | 07.12.23 |  |  |
| 6 | Практическая работа «Упражнения дляразвития гибкости». | 1 | 14.12.23 |  |  |
| 7 | Подвижные игры «Заяц, заяц, сколько время», «Краски». | 1 | 21.12.23 |  |  |
| 3 четверть (10ч.) | | | | | |
| Раздел «Формирование жизненно важныхдвигательных умений и навыков». | | | | | |
| Тема «Прикладные умения и навыки». | | | | | |
| 1 | Ползание и подползание. | 1 | 28.12.23 |  |  |
| 2 | Игротека «Разведчики». | 1 | 11.01.24 |  |  |
| 3 | Лыжная подготовка. | 1 | 18.01.24 |  |  |
| 4 | Ступающий шаг. | 1 | 25.01.24 |  |  |
| 5 | Способы подъёма на склон. | 1 | 01.02.24 |  |  |
| 6 | Торможение. | 1 | 08.02.24 |  |  |
| Тема «Основные виды движения». | | | | | |
| 7 | Бег и его виды. | 1 | 15.02.24 |  |  |
| 8 | Обычный бег. Игра «Салки». | 1 | 22.02.24 |  |  |
| 9 | Бег с высоким подниманием колен. Игрына свежем воздухе. | 1 | 29.02.24 |  |  |
| 10 | Бег с отведением назад согнутой в колененоги. | 1 | 07.03.24 |  |  |
| 4 четверть (8 ч.) | | | | | |
| 1 | Челночный бег. Игра «Водоносы»,«Пчелиный улей». | 1 | 14.03.24 |  |  |
| 2 | Бег с преодолением препятствий. | 1 | 21.03.24 |  |  |
| 3 | Сравнение ходьбы и бега. | 1 | 04.04.24 |  |  |
| 4 | Экскурсия «У природы нет плохойпогоды». | 1 | 11.04.24 |  |  |
| Раздел «Воспитание навыков самостоятельных и групповых занятий». | | | | | |
| Тема «Методика проведения малых форм двигательной активности». | | | | | |
| 5 | Комплексы физкультурных минуток,сидя за партой. | 1 | 18.04.24 |  |  |
| 6 | Комплексы физкультурных минуток, стояза партой. | 1 | 25.04.24 |  |  |
| 7 | Комплексы физкультурных минуток вовремя выполнения домашнего задания. | 1 | 16.05.24 |  |  |
| 8 | Комплексы физкультурных минуток приработе за компьютером. | 1 | 23.05.24 |  |  |

Список литературы:

1. Федеральный Государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью ( интеллектуальными нарушениями).

2. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

3. Рабочая программа внеурочной деятельностипо спортивно-оздоровительному направлениюдля 1-4 классов

«Путешествие по тропе здоровья».

4. Электронные образовательные ресурсы.