



Согласовано
зам. Директора по УР
С.Н. Резникова С.Н. Резникова

Рассмотрено
на заседании пед.
Протокол №1
от 31.08.2022

**Рабочая программа по внеурочной деятельности
для обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)
2 класс**

«Веселые пальчики»

**Кол-во часов в год :34 часа
В неделю : 1 час**

2022-2023 уч.г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая программа создана согласно ФЗ «Закон об образовании в Российской Федерации»; на основании нормативно-правовых документов РФ, регламентирующих деятельность образовательных учреждений в области коррекционного образования.

Цель программы: создание условий для развития мелкой моторики и координации движений пальцев рук.

Задачи программы:

1. Научить детей четко произносить слова потешек, скороговорок и стихотворений, сочетая их с движениями
2. Знакомить детей с названием пальчиков
3. Формировать навыки исполнительского мастерства.
4. Развивать умения производить точные движения кистью и пальцами рук.
5. Развивать способности координированной работы рук со зрительным восприятием.
6. Развивать творческую активность, пространственное мышление, фантазию.
7. Развивать гибкость и подвижность пальцев и кистей рук
8. Развивать память, звуковую культуру речи.
9. Воспитывать в детях усидчивость.
10. Воспитывать внимательность к выполнению заданий.
11. Способствовать созданию игровых ситуаций, расширять коммуникативные способности детей.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ КУРСА

Личностные результаты:

- 1) основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «Я»;
- 2) социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- 3) формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
- 4) формирование уважительного отношения к окружающим;
- 5) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 6) освоение доступных социальных ролей (обучающегося), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

- 7) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- 8) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 9) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 10) развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 11) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Предметные результаты:

1. Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений:

1.1 освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в т.ч. с использованием технических средств);

1.2 освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей;

1.3 совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости;

1.4 умение радоваться успехам.

2. Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности.

2.1 интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: подвижные игры, пальчиковые игры;

2.2 умение играть в подвижные игры и др.

3. Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью:

3.1 умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения, др.

Возможные результаты освоения:

Проявляет интерес к видам физкультурно-спортивной деятельности: подвижным играм, пальчиковым играм.

Умеет: выполнять основные виды движений пальчиковой гимнастики.

Базовые учебные действия, формируемые в ходе реализации программы внеурочной деятельности:

1. Личностные БУД:

- умение взаимодействовать с людьми, работать в коллективе;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками;

- расширение круга общения;
- потребности и начальные умения выражать себя в доступных видах деятельности;
- готовность следовать этическим нормам поведения в повседневной жизни.

2. Регулятивные БУД:

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий на уроке;
- учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией;
- учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.

3. Познавательные БУД:

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую.

4. Коммуникативные БУД:

- слушать и понимать речь других;
- совместно договариваться о правилах, поведении в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.
- работать в парах и малых группах, выполняя различные роли в группе.

Схема занятий по развитию мелкой моторики:

Вводная часть: включает в себя разминку, направленную на подготовку кистей рук, повышения подвижности суставов. Используется пальчиковая гимнастика по темам занятий.

Основная часть: игры, упражнения, направленные на развитие мелкой моторики, графической моторики, зрительно-моторной координации, умений управлять своими движениями.

Заключительная часть: снижение физической усталости и морального напряжения во время занятия; подведение итогов занятия. Включает в себя приемы, способствующие саморегуляции детей, а именно: упражнения на мышечную релаксацию (снижают уровень возбуждения, снимают напряжение); двигательные упражнения, включающие одновременное выполнение движений разными руками под любую текстовку.

Основные приемы: дидактические игры, пальчиковые игры, игры с малым, колючим мячом, а также следующие упражнения: прищепки, счетные палочки.

Данная программа реализуется в классах с детьми с интеллектуальными нарушениями в объеме 30 часа с периодичностью 1 занятие в неделю.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Веселые пальчики» состоит из четырех разделов:

Раздел 1.

Пальчиковые упражнения в сочетании с самомассажем – 8 ч.

Фигуры из пальчиков «Мышка», «Шарик», «Цветок», «Домик», «Зайка», «Очки».

Раздел 2.

Пальчиковые кинезиологические игры (разминка мозга) - 7 ч.

Упражнения для пальчиковой гимнастики за столом: «Бегают человечки», «Футбол»

Раздел 3.

Пальчиковые игры с предметами (карандаш, прищепки, массажный мяч)

Игры, направленные на развитие и коррекцию мелкой моторики «Съедобное-не съедобное», «Мяч по кругу», «Волшебный мешочек» – 9 ч.

Раздел 4.

Музыкальные пальчиковые игры – 6 ч.

Пальчиковые сказки: «Теремок», «В гости к кошке», «Три пингвина».

В разделе «**Пальчиковые упражнения в сочетании с самомассажем**» дети знакомятся с комплексами упражнений, которые дают пальцам полноценный отдых, развивают их ловкость, подвижность, а веселые стишки помогают детям снять напряжение. На пальцах и на ладонях есть «активные точки», массаж которых положительно сказывается на самочувствии, улучшает работу мозга. Данные упражнения способствуют поддержанию хорошего тонуса.

В разделе «**Пальчиковые игры**» используются игры совместно с народными потешками, скороговорками и поговорками. Пальчиковые игры как бы отображают реальность окружающего мира – предметы, животных, людей, их деятельность, явления природы. В ходе пальчиковых игр дети, повторяя движения взрослых, активизируют моторику рук. Тем самым вырабатывается ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности. Пальчиковые игры – это инсценировка каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев. Многие игры требуют участия обеих рук, что даёт возможность детям ориентироваться в понятиях «вправо», «влево», «вверх», «вниз» и т.д. При выполнении каждого упражнения

нужно стараться вовлекать все пальчики, выполнять их как левой, так и правой рукой и обеими вместе.

В разделе «*Игры и действия с предметами*» для формирования тонких движений рук, совершенствования двигательных навыков, развития моторных координаций и оптико-пространственных представлений используются предметы различные по размеру, материалу, фактуре, структуре. Для данных упражнений используются карандаши, мячи-ежики, прищепки, счетные палочки, эспандер.

В разделе «*Инсценировки*» для развития ручной умелости, а так же детского творчества, артистизма у детей используются различные виды инсценирования, в которых принимают участие все дети. Игры, напоминающие театральные представления, требуют кропотливой совместной работы детей и взрослых. В форме диалога: «Две лягушки», «Девочка и медведь», сказки «Колобок», «Теремок», «Репка».

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления

«Веселые пальчики»

Количество часов: <u>30</u> часов	на первое полугодие Всего <u>15</u> ч., в неделю <u>1</u> ч.	на второе полугодие Всего <u>15</u> ч., в неделю <u>1</u> ч.
--------------------------------------	---	---

Дополнительная литература:

1. Абраменко В.В. Воспитание игрой. Играем вместе с ребёнком. – М., Лепта Книга, 2008.
2. Безруких М.М. Тренируем пальчики. – М.: ООО “Дрофа”, 2000.
3. Белая А.Е. Пальчиковые игры. - М.: «Астрель», 2001.
4. Узорова О.В. Пальчиковая гимнастика. – М.: «Астрель», 2006.
5. Цвынтарный В.В. Играем пальчиками и развиваем речь.– Санкт – Петербург: 2005.
6. Черенкова Е.Ф. Оригинальные пальчиковые игры. - М., «ДОМ. XXI век», 2007.

№ п/п	Содержание (раздел, тема)	Кол-во часов	Дата проведения	
			По плану	По факту
I четверть – 8 часов				
Раздел 1 Пальчиковые упражнения в сочетании с самомассажем. Фигуры из пальчиков – 8 ч.				
1.	Пальчиковые упражнения «Моем руки»	1		
2.	Пальчиковые упражнения «Надеваем перчатки»	1		
3.	Пальчиковые упражнения «Засолка капусты»	1		
4.	Пальчиковые упражнения «Согреем руки»	1		
5.	Пальчиковые упражнения «Молоточек»	1		
6.	Пальчиковые упражнения «Гуси щиплют травку»	1		
7.	Пальчиковые упражнения «Орешник»	1		
8.	Пальчиковые упражнения «Сорока», «Прогулка».	1		
II четверть – 7 часов				
Раздел 2 Пальчиковые кинезиологические игры (разминка мозга) Упражнения для пальчиковой гимнастики за столом- 7 ч.				
9	Пальчиковая игра «Кулак-ребро-ладонь»	1		
10	Пальчиковая игра «Колечко»	1		
11	Пальчиковая игра «Ухо-нос»	1		
12	Пальчиковая игра «Лезгинка»	1		
13	Пальчиковая игра «Симметричные рисунки»	1		
14	Пальчиковая игра «Восьмерки»	1		
15	Пальчиковая игра «Разжимание кулака»	1		
III четверть – 9 часов				
Раздел 3 Пальчиковые игры с предметами Игры, направленные на развитие и коррекцию мелкой моторики – 9 ч.				
16	Пальчиковые игры с карандашом «Карандаш в руках катаю», «Спускаемся по лесенке».	1		

17	Пальчиковые игры с карандашом «Качели», «Пружинка», «Дудочка».	1		
18	Пальчиковые игры с массажным мячом «Я мячом круги катаю», «Этот шарик не простой».	1		
19	Пальчиковые игры с массажным мячом «Два козленка», «Мудрый еж».	1		
20	Упражнения с прищепками: «Солнышко», «Ежик»	1		
21	Упражнения с прищепками «Зайка», «Рыбка».	1		
22	Составление фигурок из счетных палочек «Дом», «Елочка», «Флажок», «Грибок», «Снежинка».	1		
23	Составление фигурок из счетных палочек «Звездочка», «Солнышко», «Лошадка», «Танк», «Корабль», «Лопата»	1		
24	Упражнения с эспандером «Друзья»	1		
IV четверть – 6 часов				
Раздел 4 Музыкальные пальчиковые игры				
Пальчиковые сказки – 6 ч.				
25	Музыкальная пальчиковая игра «Червячки», «В лесу»	1		
26	Музыкальная пальчиковая игра «Замок», «Улиточка»	2		
27	Музыкальная пальчиковая игра «Пчелки», «Цветочек»	2		
28	Музыкальная пальчиковая игра «Перчатка»	2		
29	Музыкальная пальчиковая игра «Мальчик-пальчик»	2		
30	Музыкальная пальчиковая игра «Дом»	1		
ИТОГО:		34		