

**Пояснительная записка**

ФАООП для детей компенсирующей направленности (Ограниченными Возможностями Здоровья) двигательное развитие для 6 класса (вариант 2)

 составлена с учетом положений Федерального государственного образовательного стандарта основной общеобразовательной программы образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, в соответствии с:

- Ратифицированные Россией международные документы, гарантирующие права «особого» ребёнка:

- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) Приказ Минобрнауки РФ от 19.12.2014 г № 1599;

- Министерство Просвещения РФ ПРИКАЗ от 24 ноября 2022 г. N 1026 Об утверждении Федеральной Адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

- ФГОС реестр примерных основных общеобразовательных программ. https://fgosreestr.ru/

 - Стандартные правила ООН по обеспечению равных возможностей для инвалидов (1993 г.);

- Приказ Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. N 286 «Об утверждении федерального государственного… 03.03.20222 Система ГАРАНТ 1/31 Приказ Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. N 286 « Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года (вступил в силу с 1 сентября 2013 года);

- Приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014г. № 1598, зарегистрирован Минюстом России 03 февраля 2015г., рег. № 35847 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;

- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10.07.2015 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286 -15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;

- с учебным планом МОУ «Бельская СОШ» 2023-2024 учебный год.

Рабочая программа по коррекционному курсу «Двигательное развитие» разработана в соответствии с ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью, на основе ФАООП образования обучающихся с умственной отсталостью и на основе программно-методического материала «Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта» под редакцией И.М. Бгажноковой.

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

**Цель коррекционного курса** с учетом специфики учебного предмета: развитие двигательной активности ребенка.

Задачи курса:

Обучение, обогащение двигательного опыта через целенаправленное систематическое воздействие на различные анализаторы.

Формирование целенаправленных произвольных действий с различными предметами и материалами.

Научить согласовывать движения.

Развивать музыкальные способности (эмоциональная отзывчивость на музыку, слуховые представления).

Развивать чувства ритма, темпа, коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки;

Развивать координацию движений.

Развивать умение слушать музыку.

Развивать творческие способности личности.

Прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности.

**2.Общая характеристика коррекционного курса**

Курс занятий является коррекционно-направленным: наряду с развитием общих способностей предполагается исправления присущих обучающимся, воспитанникам с ОВЗ недостатков психофизического развития и формирование у них относительно сложных видов психофизической деятельности. Данный курс занятий является коррекционно-направленным: наряду с развитием общих способностей предполагается исправление присущих умственно отсталым детям недостатков психофизического развития и формирование у них относительно сложных видов психической деятельности. Общая коррекционная работа, осуществляемая в процессе занятия, должна дополняться индивидуальной коррекцией недостатков, характерных для отдельных детей.

Тематический план курса занятий «Двигательное развитие» является вариативным и имеет адресную направленность на конкретного ребенка или подгруппу учеников, имеющих сходные затруднения.

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 учащихся. 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 учителями адаптивной физкультуры.

**Особенности обучения**

Занятия по коррекционному курсу «Двигательное развитие» проводятся 1 раз в неделю. На них ведущая роль принадлежит педагогу. Для обучения создаются такие условия, которые дают возможность ребенку работать в доступном темпе, проявляя возможную самостоятельность. Учитель подбирает материал по объему и компонует по степени сложности, исходя из особенностей развития каждого ребенка.

В процессе занятий учитель может использовать различные виды деятельности: игровую (сюжетно-ролевую, дидактическую, театрализованную, подвижную игру).

Индивидуальные формы работы на занятиях не ограничены.

**3.Описание места коррекционного курса в учебном плане**

Согласно индивидуальному учебному плану обучающегося по ФАООП для детей с умственной отсталостью (вариант 2) на изучение двигательного развития в 6 классе отводится 1 час в неделю- 34 учебных часов в год.

**Направления коррекционной работы:**

- *налаживание эмоционального контакта*с ребенком, на основе которого впоследствии строится взаимодействие педагога с ребенком в процессе совместной деятельности. Без умения ребенка взаимодействовать со взрослым, принимать поставленную задачу и адекватно пользоваться помощью взрослого невозможно обучение. Поэтому для каждого ребенка сначала нужно подобрать подходящий для него набор коммуникативных средств (фраза, слово, звук, жест, карточка), а затем обучать его пользоваться ими;

- постоянно поддерживать *собственную активность*ребенка, так как развитие социально окружающего мира невозможно без активного и сознательного участия ребенка в процессе;

- одним из показателей активности ребенка является его *положительное отношение к заданию*. Если у ребенка быстрая истощаемость, нужно следить за его реакциями, так как иногда такой ребенок не показывает, что он устал, а сразу переходит к деструктивным формам поведения (агрессия, самоагрессия, истерика и т. п.). Лучше устроить дополнительную паузу или закончить занятие пораньше;

- у ребенка может быть свой *темп восприятия*происходящих событий, поэтому педагог должен стараться взаимодействовать с ним, не навязывая свой темп, а терпеливо дожидаясь ответной реакции;

- взрослый поддерживает *интерес*к заданию. Например, помогает в тех ситуациях, когда ребенок не может справиться самостоятельно, но при этом не делает за ребенка  то, что он может (пусть и с трудом) сделать сам;

- с поддержанием активности ребенка тесно связана задача развития *мотивации*деятельности. При неадекватной мотивации ребенок или откажется от деятельности вообще, или его действия будут механическими. Чаще всего такие действия не приводят даже к усвоению ребенком конкретных навыков, тем более не способствуют развитию ребенка. Изменением мотивации достигается переход активности из ненаправленной в целенаправленную;

- все занятия необходимо сопровождать живой эмоциональной речью учителя, побуждать учащихся к активной речи по ходу  деятельности. Учитель должен стимулировать и организовывать двигательную активность каждого ребенка.

**4.Результаты освоения учебного курса, предмета и система их оценки.**

**Оценка результативности учебной деятельности.**

Предметом итоговой оценки освоения обучающимися адаптированной основной образовательной программы общего образования должно быть достижение предметных и метапредметных результатов освоения адаптированной основной образовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2). Материал предмета представлен следующими ***содержательными линиями***:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№*** ***п/п***  | ***Содержательна******я линия***  | ***Коррекционно - развивающие задачи***  | ***Педагогические средства,*** ***технологии решения*** ***коррекционных задач***  |
| 1  | Коррекция и  | Профилактика нарушения осанки и плоскостопия; профилактика выполнения  | планируется в  |
|  | формирование правильной осанки.    | имитационных упражнений. Профилактика выполнения упражнений в вытяжении.  | соответствии с основными дидактическими требованиями: постепенное повышение нагрузки и переход в конце урока к успокоительным упражнениям; чередование различных видов упражнений, подбор упражнений, соответствующих возможностям учащихся.  |
| 2  | Формирование и укрепление мышечного корсета.  | Профилактика выполнения общеукрепляющих упражнений. Овладение пространственными ориентировками. Развитие подвижности в суставах.  |
| 3  | Коррекция и развитие сенсорной системы.  | Овладение упражнениями для развития тактильно-двигательного восприятия; Развитие зрительного анализатора; Овладения играми на совершенствование сенсорного развития.  |
| 4  | Развитие точности движений пространственно й ориентировки.  | Профилактика нарушения осанки и плоскостопия; Овладения пространственными ориентировками.   |

**4.1. Планируемые результаты освоения программы**

*Развитие элементарных пространственных понятий*

Знание частей тела человека

Знание элементарных видов движений

Умение выполнять исходные положения

Умение бросать, перекладывать, перекатывать.

Умение управлять дыханием

*Личностные результаты освоения курса:*

Включаться в работу на занятиях к выполнению заданий.

Не мешать, при выполнении различных движений, одноклассникам.

Проявлять любознательность и интерес к новым видам деятельности.

Готовиться к занятиям, занимать исходное положение, находить свое место в строю (с помощью).

Проявлять любознательность и интерес к новому.

*Предметные результаты освоения курса:*

уметь слушать музыку и звучащие инструменты;

выполнять несложные движения руками и ногами;

активно прихлопывать и притопывать вместе с учителем;

слушать и правильно выполнять инструкцию учителя.

уметь слушать музыку до конца, узнавать знакомую мелодию;

уметь начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки по сигналу.

*Результаты сформированности базовых учебных действий:*

Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся:

входить и выходить из учебного помещения со звонком;

ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения), пользоваться предметами, сопровождающими действие;

адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);

принимать цели и включаться в деятельность (с помощью);

следовать предложенному плану;

передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения.

**5.Содержание коррекционного курса**

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).

Коррекционный курс содержит разделы:

 **Раздел 1. Коррекция и закрепления навыка правильной осанки - к**ол-во – 4 учебных часа –

**Раздел 2. Формирование и укрепление мышечного корсета -** кол-во -3 учебных часа

 -дыхательные

- общеразвивающие

Дыхательные упражнения в образном оформлении. Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет. Грудное, брюшное и полное дыхание в исходном положении «лежа на спине», «сидя», «стоя». Дыхание через нос, через рот. Изменение длительности вдоха и выдоха. Дыхание в ходьбе с имитацией. Движение руками в исходном положении. Движение предплечий и кистей рук в различных направлениях. Наклоны. Приседания.

**Раздел 3. Коррекция и развитие сенсорной системы -** кол-во – 3 учебных часа.

**Раздел 4. Коррекция и закрепления навыка правильной осанки -** кол-во – 4 учебных часа.

**Раздел 5.Формирование и укрепление мышечного корсета -** кол-во -2 учебных часа.

**Раздел 6. Развитие точности**  **движений пространственной ориентировки. Кол-во -2 учебных часа**

**Раздел 7. Формирование и укрепление мышечного корсета. Кол-во - 3 учебных часа**

**Раздел 8.Коррекция и закрепления навыка правильной осанки. Кол-во – 4 учебных часа**

**Раздел 9. Развитие точности движений пространственной ориентировки. Кол-во – 3 учебных**

**Раздел 10.Коррекция и закрепления навыка правильной осанки. Кол-во – 6 учебных часов часа.**

Ходьба - ровным шагом, в колонне, по кругу, взявшись за руки, на носках, в медленном и быстром темпе

Равновесие – ходьба по линии, на носках.

Броски, ловля, передача предметов - правильный захват различных по величине и форме предметов одной и двумя руками, передача и перекаты мяча.

**6.Требования к уровню подготовки учащихся**

В соответствии с требованиями ФГОС к адаптированной основной образовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2) результативность обучения может оцениваться только строго индивидуально с учетом особенностей психофизического развития и особых образовательных потребностей каждого обучающегося. В связи с этим, требования к результатам освоения образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

**Предполагаемые знания и умения учащихся:**

 Учащиеся должны **уметь**:

подобрать форму одежды для занятий по ЛФК;

строится в колонну, равняться в затылок, размыкаться на вытянутые руки вперёд; выполнять повороты по ориентирам

Учащиеся должны **знать:**

правила поведения и передвижения по спортивному залу;

правила по технике безопасности и правила пользования спортивными снарядами и тренажёрами; правила личной гигиены

**7. Календарно- тематическое планирование. Кол-во – 34 учебных часов.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **Кол-во часов** | **Основные виды учебной деятельности** | **Дата** |
| **План** | **факт** |
| **Раздел 1. Коррекция и закрепления навыка правильной осанки. Кол-во – 4 учебных часа** |
| 1 | Формирование знаний о положении тела при правильной осанке. Разучивание основных положений рук, ног, туловища, головы.  | 1 | Знать какие части тела соприкасаются со стеной при правильной осанке; Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки; Выполнять правильно имитационные упражнения; Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила |  |  |
| **2** | Выполнение движений головой: наклоны, повороты. | 1 | Знать какие части тела соприкасаются со стеной при правильной осанке; Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки; Выполнять правильно имитационные упражнения; Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила |  |  |
| 3 | Упражнения у гимнастической стенки смешанные висы. Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры), | 1 | Знать какие части тела соприкасаются со стеной при правильной осанке; Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки; Выполнять правильно имитационные упражнения; Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила |  |  |
| 4 | Движение: ходьба и бег | 1 | Знать какие части тела соприкасаются со стеной при правильной осанке; Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки; Выполнять правильно имитационные упражнения; Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила |  |  |
|  **Раздел 2. Формирование и укрепление мышечного корсета. Кол-во – 3 учебных часа** |
| 5 | Упражнения для укрепления мышц живота и спины из различных и.п. | 1 | Принимать правильно положение головы, туловища, ног в различных и.п. стоя, сидя, лёжа на спине, на животе. Следить за правильным дыханием, вдох – через нос, выдох – через рот. Уметь выполнять упражнения для укрепления мышц глаз |  |  |
| 6 | Упражнения для укрепления тазового пояса, бёдер, ног и рук | 1 | Принимать правильно положение головы, туловища, ног в различных и.п. стоя, сидя, лёжа на спине, на животе. Следить за правильным дыханием, вдох – через нос, выдох – через рот. Уметь выполнять упражнения для укрепления мышц глаз |  |  |
| 7 | Упражнения с предметами и без них | 1 | Принимать правильно положение головы, туловища, ног в различных и.п. стоя, сидя, лёжа на спине, на животе. Следить за правильным дыханием, вдох – через нос, выдох – через рот. Уметь выполнять упражнения для укрепления мышц глаз  |  |  |
| **Раздел 3. Коррекция и развитие сенсорной системы. Кол-во – 3 учебных часа.**  |
| 8 | Игра: «День и ночь» | 1 | Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие дыхательные упражнения без сочетания с физическими упражнениями. Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами.  |  |  |
| 9 | Упражнение для правильного дыхания с использованием звуковой гимнастики. | 1 | Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие дыхательные упражнения без сочетания с физическими упражнениями. Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами.  |  |  |
| 10 | Разучивание игр на совершенствованиесенсорного развития. Знакомство с ходьбой по гимнастической скамейке с положениями рук в стороны. | 1 | Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие дыхательные упражнения без сочетания с физическими упражнениями. Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами.  |  |
| **Раздел 4. Коррекция и закрепления навыка правильной осанки. Кол-во – 4 учебных часа.** |
| 11 | Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, Изменения позы в положении стоя: поворот, наклон | 1 | Знать какие части тела соприкасаются со стеной при правильной осанке; Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки; Выполнять правильно имитационные упражнения; Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила. |  |  |
| 12 | Упражнения с предметами на голове (мешочек с песком, кубик и т. д) стоя у стены, в движении, под музыку. | 1 | Знать какие части тела соприкасаются со стеной при правильной осанке; Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки; Выполнять правильно имитационные упражнения; Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила. |  |  |
| 13 | Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево) | 1 | Знать какие части тела соприкасаются со стеной при правильной осанке; Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки; Выполнять правильно имитационные упражнения; Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила. |  |  |
| 14 | Подвижные игры на сохранение правильной осанки: «Море волнуется», «Совушка-сова». | 1 | Знать какие части тела соприкасаются со стеной при правильной осанке; Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки; Выполнять правильно имитационные упражнения; Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила. |  |  |
| **Раздел 5.Формирование и укрепление мышечного корсета. Кол-во -2 учебных часа.** |
| 15 | Ходьба на носках, пятках высоко поднимая бедро. | 1 | Принимать правильно положение головы, туловища, ног в различных и.п. стоя, сидя, лёжа на спине, на животе. Следить за правильным дыханием, вдох – через нос, выдох – через рот. Уметь выполнять упражнения для укрепления мышц глаза |  |  |
| 16 | Обучения комплекса упражнения с малым мячом для профилактики миопии. | 1 | Принимать правильно положение головы, туловища, ног в различных и.п. стоя, сидя, лёжа на спине, на животе. Следить за правильным дыханием, вдох – через нос, выдох – через рот. Уметь выполнять упражнения для укрепления мышц глаза |  |  |
| **Раздел 6. Развитие точности**  **движений пространственной ориентировки. Кол-во -2 учебных часа.** |
| 17 | Ходьба по различным предметам, передвижение боком. | 1 | Выполнять ходьбу боком по гимнастической палке, по обручу, по канату, по гимнастической стенке; Уметь свободно ориентироваться в частях тела. Выполнять повороты на месте (направо, налево). |  |  |
| 18 | Игры: «День и ночь», «У медведя во бору», «Ищи». | 1 | Выполнять ходьбу боком по гимнастической палке, по обручу, по канату, по гимнастической стенке; Уметь свободно ориентироваться в частях тела. Выполнять повороты на месте (направо, налево). |  |  |
| **Раздел 7. Формирование и укрепление мышечного корсета. Кол-во - 3 учебных часа** |
| 19 | Вставание на четвереньки. Ползание на животе. | 1 | Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знатьназвания и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдаяправила. |  |  |
| 20 | Упражнения наребристых досках,гимнастических палках,ортопедическихковриках.Ходьба на коленях | 1 | Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знатьназвания и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдаяправила. |  |  |
| 21 | Упражнения наребристых досках,гимнастических палках,ортопедическихковриках.Ходьба на коленях | 1 | Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знатьназвания и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдаяправила. |  |  |
| **Раздел 8.Коррекция и закрепления навыка правильной осанки. Кол-во – 4 учебных часа** |
| 22 | Опора на предплечья, накисти рук.Выполнениедвижениеплечами. | 1 | Знать какие части тела соприкасаются со стеной приправильной осанке; Выполнять правильное положениеосанки у гимнастической стенки; Выполнять правильноимитационныеупражнения;Выполнятьпростейшиеупражнения для развития кисти рук и пальцев; |  |  |
| 23 | Ходьба с мешочками наголове, руки на поясе (занаправляющим) | 1 | Знать какие части тела соприкасаются со стеной приправильной осанке; Выполнять правильное положениеосанки у гимнастической стенки; Выполнять правильноимитационныеупражнения;Выполнятьпростейшиеупражнения для развития кисти рук и пальцев; |  |  |
| 24 | Ходьба с мешочками наголове, руки на поясе (занаправляющим) | 1 | Знать какие части тела соприкасаются со стеной приправильной осанке; Выполнять правильное положениеосанки у гимнастической стенки; Выполнять правильноимитационныеупражнения;Выполнятьпростейшиеупражнения для развития кисти рук и пальцев; |  |  |
| 25 | Упражнение «Змея»,«Ящерица», «Кошка»Упражнение «Змея»,«Ящерица», «Кошка» | 1 | Знать какие части тела соприкасаются со стеной приправильной осанке; Выполнять правильное положениеосанки у гимнастической стенки; Выполнять правильноимитационныеупражнения;Выполнятьпростейшиеупражнения для развития кисти рук и пальцев; |  |  |
| **Раздел 9. Развитие точности движений пространственной ориентировки. Кол-во – 3 учебных часа.** |
| 26 | Ходьба по залу. | 1 | Выполнять ходьбу боком по гимнастической палке, по обручу, по канату, по гимнастической стенке; Уметь свободно ориентироваться в частях тела. Выполнять повороты на месте (направо, налево). Выполнять правильно имитационные упражнения; Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев |  |  |
| 27 | Ходьбой по залу и линиям. Бросание мяча двумя руками | 1 | Выполнять ходьбу боком по гимнастической палке, по обручу, по канату, по гимнастической стенке; Уметь свободно ориентироваться в частях тела. Выполнять повороты на месте (направо, налево). Выполнять правильно имитационные упражнения; Выполнять простей Выполнять ходьбу боком по гимнастической палке, по обручу, по канату, по гимнастической стенке; Уметь свободно ориентироваться в частях тела. Выполнять повороты на месте (направо, налево). Выполнять правильно имитационные упражнения; Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев упражнения для развития кисти рук и пальцев |  |  |
| 28 | Ходьба по кругу с чередованием на пятках и носках.. Ходьбой по залу по «следам» с обходом кеглей и т.д.  | 1 | Выполнять ходьбу боком по гимнастической палке, по обручу, по канату, по гимнастической стенке; Уметь свободно ориентироваться в частях тела. Выполнять повороты на месте (направо, налево). Выполнять правильно имитационные упражнения; Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев |  |  |
| **Раздел 10.Коррекция и закрепления навыка правильной осанки. Кол-во – 6 учебных часов**  |
| 29 | Ходьба с мешочками на голове, руки на поясе (за преподавателем) Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, | 1 | Знать какие части тела соприкасаются со стеной при правильной осанке; Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки; Выполнять правильно имитационные упражнения; Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила |  |  |
| 30 | Упражнения со скакалками. | 1 | Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие дыхательные упражнения без сочетания с физическими упражнениями. Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами.  |  |  |
| 31 | Ходьба по ровной горизонтальной поверхности | 1 | Знать какие части тела соприкасаются со стеной при правильной осанке; Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки; Выполнять правильно имитационные упражнения; Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила |  |  |
| 32 | Упражнения с мячами – ёжиками. | 1 | Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие дыхательные упражнения без сочетания с физическими упражнениями. Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами.  |  |  |
| 33 | Упражнение «Птичка», «Веточка» | 1 | Знать какие части тела соприкасаются со стеной при правильной осанке; Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки; Выполнять правильно имитационные упражнения; Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила |  |  |
| 34 | Упражнения с различными малыми мяча Упражнения с различными малыми мячами ми | 1 | Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие дыхательные упражнения без сочетания с физическими упражнениями. Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами.  |  |  |

**8.Учебно – методическое и материально – техническое обеспечение образовательного процесса**

**Методическая литература для учителя:**

1.Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта : программно-методические материалы / под ред. И.М. Бгажноковой. Издательство:  [Владос](https://iknigi.net/filtr-po-knigam/izdatelstvo/%D0%92%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D0%BE%D1%81/): М.: 2016г.
2.ЗиянгияроваС.С*.* «Программно- методическое обеспечение 3-го урока физической культуры (ЛФК) для учащихся 1 – 5 классов «Специальной (коррекционной) общеобразовательной школы – интерната 8 вида». – П,:КЦФКиЗ, 2014 – 66с.

3.Журналы «Здоровье детей»

4.*Шмаков С. А.* «Игры, развивающие психические качества личности школьника: Методическое пособие. – М.:ЦГЛ, 2014г.

5.*Ковалько В. И*. «Здоровье сберегающие технологии в начальной школе. 1 – 4 классы. М.: «ВАКО, 2014г.

6.«Методика занятий по лечебной физкультуре в коррекционной школе» Селезнёва Л. И., учитель ЛФК государственного специального (коррекционного) образовательного учреждения школы № 9 г. Новороссийска

7.Аудио записи «Музыка для массажа», «Музыка для души»

**Литература**

1. Программа обучения глубоко умственно отсталых детей. Составитель-НИИ дефектологии АПН СССР, 2017г.

2. Программно-методические материалы «Обучение детей с выраженным недоразвитие интеллекта» Под редакцией кандидата психологический наук, профессора - Бгажнокова И. М. Москва, 2019г

3. Программы специальных общеобразовательных школ для умственно отсталых детей (вспомогательная школа). Составитель-Госкомитет СССР по народному образованию, 2017 г.

**Оборудование:**

Спортивный зал; коврики (для упражнений сидя и лежа); гимнастические стенки;

Мячи: для тенниса, большие резиновые;

Обручи; скакалки; секундомер.

**Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности.**

Ковер

Игрушки