

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Чувашской Республики

Администрация Красночетайского муниципального округа Чувашской
Республики

МБОУ " Большеатменская СОШ"

РАССМОТРЕНО заседание педагогического совета Ейков А.М. Протокол №1 от «30» августа 2023 г.	СОГЛАСОВАНО заместитель директора Ермакова Н.В. Протокол №1 от «30» августа 2023 г.	УТВЕРЖДЕНО Директор Ейков А.М. Приказ № 96 от «30» августа 2023 г.
--	---	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ПО ПРЕДМЕТУ «ДВИГАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ»

НА ОСНОВЕ

АДАптированной основной образовательной программы в соответствии с федеральной адаптированной основной общеобразовательной программой обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями вариант 2.)

НАШТЫКОВА ВЛАДИМИРА АНДРИЯНОВИЧА

УЧЕНИКА 7 КЛАССА

СОСТАВИЛ

Большие Атмени 2023

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа коррекционного курса «Двигательное развитие» составлена на основе требований планируемых результатов адаптированной основной образовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальным нарушением), вариант 2, в соответствии с требованиями освоения ФГОС обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальным нарушением)

Цель:

Работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

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.

Развитие двигательных умений у обучающихся с детским церебральным параличом тесно связано с профилактикой возникновения у них патологических состояний. 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. 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.

2. Общая характеристика программы

В коррекционном курсе «Двигательное развитие» решаются специальные **задачи**, направленные на коррекцию умственной деятельности школьников:

- развитие тактильных ощущений кистей рук и расширение тактильного опыта;
- развитие зрительного восприятия;
- развитие зрительного и слухового внимания;
- развитие вербальных и невербальных коммуникативных навыков;
- формирование и развитие реципрокной координации;
- развитие пространственных представлений;
- развитие мелкой моторики, зрительно-моторной координации.

3. Описание места коррекционного курса в учебном плане:

«Двигательное развитие» входит в коррекционный курс.

5 класс- в объёме 1 часа в неделю

6 класс – в объеме 1 часа в неделю,

7 класс- в объеме 1 часа в неделю,

8 класс - в объеме 1 часа в неделю,

9 класс – в объеме 1 часа в неделю

4. Личностные и предметные результаты освоение коррекционного курса **Личностные результаты** освоения программы:

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «Я»;
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
- формирование уважительного отношения к окружающим;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя и т.д.), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Предметные результаты освоения курса:

1. *Восприятие и реагирование на базальные раздражители:*
 - Умение воспринимать тактильные, вертибулярные/кинестетические раздражители;
 - Умение воспринимать тело как единое целое (осознание границ тела через различные модальности), восприятие различных частей тела;
2. *Освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела:*
 - контроль положения головы;
 - контроль тела в положении лежа, сидя, стоя;
 - освоение (полное, частичное) двигательных переходов в горизонтальной, вертикальной плоскости;
 - передвижение (перемещение) в пространстве без использования технических средств;
3. *Освоение новых двигательных навыков, координации движений.*
4. *Демонстрация физических качеств:*
 - силовые способности, выносливость, гибкость;
 - способность к статическому и динамическому равновесию;
 - способность ориентироваться в пространстве;
 - умение демонстрировать знакомые действия в незнакомой обстановке, при усложненных условиях выполнения.
5. *Самостоятельность в освоении и совершенствовании двигательных умений.*
6. *Мелкая и общая моторика:*
 - умение подстраивать кисть под форму предмета;
 - умение обследовать предметы с помощью рук с различной помощью взрослого;

- освоение функциональных действий руками (удерживать, отпускать, брать, отталкивать, тянуть предметы, опираться, использовать различные захваты, выполнять действие одной/двумя руками и т.д.).
7. *Сохранение жизненно важных функций организма* (дыхание, сердечно-сосудистая системы, подвижность в суставах и др.)

5. Содержание коррекционного курса

Содержание курса состоит из следующих разделов: «Основы знаний о личной гигиене», «Коррекционные упражнения», «Развитие мелкой моторики», «Ориентировка в пространстве», «Дыхательные упражнения».

5 год обучения.

- Основы знаний о личной гигиене.
- 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.
- Выполнение дыхательной гимнастики.
- Размыкание на вытянутые руки вперед по команде учителя.

6 год обучения.

- Повторение правил личной гигиены.
- Правила хорошей осанки.
- 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).
- Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине».
- Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет

- Повороты направо, налево с указанием направления учителем.

7 год обучения.

- Повторение правил личной гигиены.
- Основы знаний: понятие «направляющий».
- Вставание из положения «стоя на коленях».
- Стояние с опорой, 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).
- Выполнение дыхательной гимнастики: грудное, брюшное и полное дыхание в исходном положении «лежа на спине», «сидя», «стоя».
- Равнение по носкам в шеренге.

8 год обучения.

- Повторение правил личной гигиены.
- Правильное исходное положение. Ходьба под музыку. Ходьба с высоким подниманием колен.
- Упражнения на выработку осанки.
- Наклоны, повороты головы.
- Круговые движения плечами.
- Движения рук в разных направлениях.
- Движения рук в разных направлениях с предметами.
- Изучение позиций рук.
- Смена позиций рук одновременно.
- Выполнение ритмичных движений в соответствии с характером музыки (веселый, грустный), с динамикой (громко, тихо), с регистром (высокий, низкий).
- Выполнение команд: «Становись!», «Разойдись!», «Равняйся!», «Смирно!».

9 год обучения.

- Повторение правил личной гигиены.
- Ходьба с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.
- Перестроение в круг из шеренги.
- Наклоны и повороты туловища вправо, влево (с предметами и без).
- Приседание с опорой и без опоры.

- Приседание с предметами.
- Смена позиций рук отдельно каждой.
- Проводить движение руки головой.
- Изменение направления и формы ходьбы в соответствии с изменениями в музыке.
- Изменение направления и формы бега в соответствии с изменениями в музыке.
- Чередование дыхания: через нос, через рот.
- Изменение длительности вдоха и выдоха. Дыхание в ходьбе с имитацией.

6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся
5 класс

№	Тема раздела	Основные виды учебной деятельности	Количество часов
1.	Коррекция и закрепления навыка правильной осанки	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
2.	Формирование и укрепление мышечного корсета	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. 10 Упражнения для Уметь выполнять упражнения для укрепления мышц глаз.	2
3	Коррекция и развитие сенсорной системы	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	3
4.	Коррекция и закрепления навыка правильной осанки	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
5	Формирование и укрепление мышечного корсета.	Принимать правильно положение головы, туловища, ног в различных и.п. стоя, сидя, лёжа на спине, на животе. Следить за правильным дыханием, вдох – через нос,	1

		выдох – через рот. Уметь выполнять упражнения для укрепления мышц глаза	
6	Развитие точности движений пространственной ориентировки	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).	2
7	Формирование и укрепление мышечного корсета.	Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила.	2
8	Коррекция и закрепления навыка правильной осанки	Знать какие части тела соприкасаются со стеной при правильной осанке; Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки; Выполнять правильно имитационные упражнения; Выполнять простейшие 38 упражнения для развития кисти рук и пальцев;	3
9	Развитие точности движений пространственной ориентировки	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	4
10	Коррекция и закрепления навыка правильной осанки	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
11	Коррекция и развитие сенсорной системы	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.	6
			34

6 класс

№	Тема раздела	Основные виды учебной деятельности	Количество часов
1.	Коррекция и закрепления навыка правильной осанки	Знать правила хорошей осанки; Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки; Выполнять правильно имитационные упражнения;	4

		Выполнять простейшие упражнения опора на предплечья, кисти рук; Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила. Отбивание мяча от пола двумя руками	
2.	Формирование и укрепление мышечного корсета	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. Упражнения для укрепления мышц глаз. Изменение позы в положение лежа, в положение сидя.	2
3	Коррекция и развитие сенсорной системы	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	3
4.	Коррекция и закрепления навыка правильной осанки	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
5	Формирование и укрепление мышечного корсета.	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. Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет. Уметь выполнять упражнения для укрепления мышц глаза	1
6	Развитие точности движений пространственной ориентировки	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).	2
7	Формирование и укрепление мышечного корсета.	Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила.	2
8	Коррекция и закрепления навыка правильной осанки	Знать какие части тела соприкасаются со стеной при правильной осанке; Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки; Выполнять правильно имитационные упражнения; Выполнять простейшие 38 упражнения для	3

		развития кисти рук и пальцев;	
9	Развитие точности движений пространственной ориентировки	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	5
10	Коррекция и закрепления навыка правильной осанки	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
11	Коррекция и развитие сенсорной системы	Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие дыхательные упражнения без сочетания с физическими упражнениями. Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет. Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами.	6
			34

7 класс

№	Тема раздела	Основные виды учебной деятельности	Количество часов
1.	Коррекция и закрепления навыка правильной осанки	Основы знаний: понятие «направляющий». Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки; Стояние с опорой, без опоры; Выполнять простейшие упражнения опора на предплечья, кисти рук; Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Ходьба по ровной горизонтальной поверхности. Отбивание мяча от пола двумя руками	4
2.	Формирование и укрепление мышечного корсета	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. Упражнения для укрепления мышц глаз. Бег с высоко поднятыми бедрами.	2
3	Коррекция и развитие сенсорной системы	Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнение	3

		дыхательной гимнастики: грудное, брюшное, полное дыхание. Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами	
4.	Коррекция и закрепления навыка правильной осанки	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
5	Формирование и укрепление мышечного корсета.	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. Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет. Уметь выполнять упражнения для укрепления мышц глаза	1
6	Развитие точности движений пространственной ориентировки	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). Равнение по носкам в шеренге.	2
7	Формирование и укрепление мышечного корсета.	Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, удар по мячу ногой сверху	2
8	Коррекция и закрепления навыка правильной осанки	Знать какие части тела соприкасаются со стеной при правильной осанке; Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки; Выполнять правильно имитационные упражнения; Выполнять простейшие 38 упражнения для развития кисти рук и пальцев;	3
9	Развитие точности движений пространственной ориентировки	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	4
10	Коррекция и закрепления навыка правильной осанки	Знать какие части тела соприкасаются со стеной при правильной осанке; Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки; Выполнять	3

		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.	
11	Коррекция и развитие сенсорной системы	Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие дыхательные упражнения без сочетания с физическими упражнениями. Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет. Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами.	6
			34

8 класс

№	Тема раздела	Основные виды учебной деятельности	Количество часов
1.	Коррекция и закрепления навыка правильной осанки	Основы знаний: понятие «направляющий». Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки; Стояние с опорой, без опоры. Ходьба по ровной горизонтальной поверхности. Отбивание мяча от пола двумя руками. Ходьба под музыку, ходьба с высоким поднятием колен	4
2.	Формирование и укрепление мышечного корсета	Наклоны, повороты головы, круговые движения плечами. Следить за правильным дыханием, вдох – через нос, выдох – через рот. Упражнения для укрепления мышц глаз. Бег с высоко поднятыми бедрами.	2
3	Коррекция и развитие сенсорной системы	Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнение дыхательной гимнастики: грудное, брюшное, полное дыхание. Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами	3
4.	Коррекция и закрепления навыка правильной осанки	Упражнения на выработку осанки. 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
5	Формирование и укрепление мышечного корсета.	Движение рук в разных направлениях, движения рук в разных направлениях с предметами. Следить за правильным дыханием, вдох – через нос, выдох – через	1

		рот. Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет. Уметь выполнять упражнения для укрепления мышц глаза	
6	Развитие точности движений пространственной ориентировки	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). Равнение по носкам в шеренге.	2
7	Формирование и укрепление мышечного корсета.	Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, удар по мячу ногой сверху	2
8	Коррекция и закрепления навыка правильной осанки	Знать какие части тела соприкасаются со стеной при правильной осанке; Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки; Выполнять правильно имитационные упражнения; Выполнять простейшие 38 упражнения для развития кисти рук и пальцев;	3
9	Развитие точности движений пространственной ориентировки	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	4
10	Коррекция и закрепления навыка правильной осанки	Выполнение различных команд, выполнение ритмичных движений под музыку; 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
11	Коррекция и развитие сенсорной системы	Изучение позиции рук; Выполнять простейшие дыхательные упражнения без сочетания с физическими упражнениями. Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет. Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами.	6
			34

9 класс

№	Тема раздела	Основные виды учебной деятельности	Количество
---	--------------	------------------------------------	------------

			часов
1.	Коррекция и закрепления навыка правильной осанки	Основы знаний: понятие «направляющий». Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки; Стояние с опорой, без опоры. Ходьба с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Отбивание мяча от пола двумя руками. Ходьба под музыку, ходьба с высоким поднятием колен	4
2.	Формирование и укрепление мышечного корсета	Наклоны, повороты туловища вправо, влево, круговые движения плечами. Следить за правильным дыханием, вдох – через нос, выдох – через рот. Упражнения для укрепления мышц глаз. Бег с высоко поднятыми бедрами.	2
3	Коррекция и развитие сенсорной системы	Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнение дыхательной гимнастики: грудное, брюшное, полное дыхание. Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами. Перестроение в круг из шеренги.	3
4.	Коррекция и закрепления навыка правильной осанки	Упражнения на выработку осанки. Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки; Приседание с предметами; 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
5	Формирование и укрепление мышечного корсета.	Движение рук в разных направлениях, движения рук в разных направлениях с предметами. Следить за правильным дыханием, вдох – через нос, выдох – через рот. Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет. Уметь выполнять упражнения для укрепления мышц глаза	1
6	Развитие точности движений пространственной ориентировки	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). Равнение по носкам в шеренге. Изменение направления и формы ходьбы в соответствии с изменениями в музыке	2
7	Формирование и укрепление мышечного корсета.	Выполнять простейшие упражнения в вытяжении; Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, удар по мячу ногой сверху	2
8	Коррекция и закрепления	Знать какие части тела соприкасаются со	3

	навыка правильной осанки	стенкой при правильной осанке; Выполнять правильное положение осанки у гимнастической стенки; Выполнять правильно имитационные упражнения; Выполнять простейшие 38 упражнения для развития кисти рук и пальцев;	
9	Развитие точности движений пространственной ориентировки	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	4
10	Коррекция и закрепления навыка правильной осанки	Выполнение различных команд, выполнение ритмичных движений под музыку; 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
11	Коррекция и развитие сенсорной системы	Изучение позиции рук; Выполнять простейшие дыхательные упражнения без сочетания с физическими упражнениями. Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет, изменение длительности вдоха и выдоха. Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами.	6
			34

7. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

Методические пособия учителя

1.Креминская М.М. Сборник программ по физической культуре для образовательных организаций, реализующих адаптивные образовательные программы для детей с ограниченными возможностями здоровья (для учащихся с лёгкой и умеренной умственной отсталостью 1-12 классы). -СПБ. : Владос Северо-Запад,2013.

2. Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта: Программно-методические материалы / Под ред. И. М. Бгажановой. — М.: ВЛАДОС, 2010.

-инвентарь для подвижных и спортивных игр и др.

-дидактический материал: изображения (картинки, фото, пиктограммы) спортивного, туристического инвентаря;

-спортивный инвентарь: маты, гимнастические мячи разного диаметра, гимнастические скамейки, гимнастические лестницы, обручи, кегли, мягкие модули различных форм,

гимнастические коврики, корзины, футбольные, волейбольные, баскетбольные мячи, гимнастические палки, скакалки, обручи, ленты; сетки, тренажёры,
- мягкие формы и приспособления для придания положения лежа, сидя, стоя;