

# МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Иркутской области

Комитет по образованию администрации  
Зиминского городского муниципального образования

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №9»

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

  
подпись

Федорова Т.А.  
Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

приказом № 172

от «30» августа 2023 г.

«30» августа 2023 года

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

коррекционного курса «Двигательное развитие»  
для обучающегося 6-9 класса по АООП НОДА  
(обучение на дому)

РАССМОТРЕНО

Протокол заседания

ШМО учителей, реализующих АООП

от 29.08. 2023 года № 1

  
Подпись руководителя ШМО

Федорова Т.А.  
Ф.И.О.

г. Зима, 2023 г.

### **Пояснительная записка**

Рабочая программа по коррекционному курсу «Двигательное развитие» предназначена для ребенка с нарушениями опорно-двигательного аппарата с умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), обучающегося на дому, и составлена на основе положений и требований к результатам освоения адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2), представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), а также с учётом федеральной рабочей программы воспитания.

При составлении программы учитывались следующие особенности ученика: умеренная умственная отсталость, нарушения мышечного тонуса, ограничение или невозможность произвольных движений, нарушения равновесия и координации движений, нарушение ощущений движений, синкинезии, наличие патологических тонических рефлексов и т.д, а также неустойчивое внимание, малый объем памяти, отсутствие возможности воспроизведения материала, крайне слабая сформированность мыслительных операций, анализа, синтеза, сравнения. Мальчик не может сосредотачиваться на задании, крайне неохотно пользуется карандашом, ручку брать в руки отказывается. Не любит рисовать и раскрашивать. Чтение буквенное, с помощью взрослого. Письмо отдельных букв недоступно. Частично может воспроизводить печатный вариант пройденной буквы. Доступен буквенный диктант. У ребенка слабо сформированы понятия «слово», «форма», «цвет», «размер». Наблюдается выраженная задержка речевого развития.

Специфической особенностью ребенка является необходимость целенаправленного формирования пространственных представлений и зрительно-моторной координации для успешного достижения предметных результатов.

Цель обучения коррекционному курсу «Двигательное развитие» - обогащение сенсомоторного опыта, поддержание и развитие способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

Исходя из цели, основными задачами курса являются:

- Мотивация двигательной активности; поддержка и развитие имеющихся движений, расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений.

- Обучение переходу из одной позы в другую; освоение новых способов передвижения (включая передвижение с помощью технических средств реабилитации); формирование функциональных двигательных навыков; развитие функции руки, в том числе мелкой моторики; формирование ориентировки в пространстве; обогащение сенсомоторного опыта.

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

Двигательное развитие - это поэтапный процесс: от накопления двигательных ощущений к их дифференциации с учетом пространственной ориентировки и доступных способов передвижения. Важным мотивом, повышающим уровень двигательной активности, является потребность к взаимодействию с окружающей действительностью доступным обучающемуся способом. Коррекционный курс реализуется в игровых ситуациях и в упражнениях с предметами. Учитывая профилактическую направленность коррекционного курса, целесообразно использовать доступные обучающимся с нарушением интеллекта методы и приемы, а также способы обучения: совместно воспроизводимые движения и действия, движения по подражанию, показу и словесной инструкции. Придерживаясь уровневого принципа построения движений необходимо соблюдать оптимальное соотношение уровня двигательных возможностей обучающихся и доступных им способов обучения, объемов обучающей нагрузки. Систематическая коррекционная работа по двигательному развитию способствует физиче-

скому и психическому совершенствованию личности обучающегося, профилактике нарушений и укреплению физического здоровья.

Значимым достижением в двигательном развитии обучающихся с УО (ИН) - являются зрительно-моторные комплексы и координации, повышающие социальную самостоятельность в быту и познавательный интерес к окружающей действительности, облегчающие процесс обучения и обеспечивающие его эффективность в доступной ученику форме.

Коррекционный курс осваивают обучающиеся (с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью, с тяжелыми и множественными нарушениями в развитии) в соответствии с их двигательными возможностями в обучении и состоянием физического здоровья (без противопоказаний).

Показателем усвоения обучающимися коррекционного курса является овладение доступными способами статики и передвижения, предметно-практическими умениями в быту и досуговой деятельности.

Коррекционный курс «Двигательное развитие» является обязательным и реализуется в рамках коррекционно-развивающей области внеурочной деятельности. Рабочая программа по коррекционному курсу «Двигательное развитие» составлена из расчета часов, указанных в учебном плане школы:

Класс	Количество часов в неделю	Общее количество часов
6 класс	1	34
7 класс	1	34
8 класс	1	34
9 класс	1	34

#### **Связь с рабочей программой воспитания школы**

Реализация воспитательного потенциала занятий предполагает следующее:

- установление доверительных отношений между педагогическим работником и обучающимися, способствующих позитивному восприятию обучающимися требований и просьб педагогического работника, привлечению их внимания к обсуждаемой на занятии информации, активизации познавательной деятельности;

- побуждение обучающихся соблюдать на занятии общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;

- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на занятиях явлений, организация их работы с получаемой на занятии социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;

- использование воспитательных возможностей содержания коррекционного курса через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;

- применение на занятии интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся; дидактического театра, где полученные на уроке знания обыгрываются в театральных постановках; дискуссий, которые дают обучающимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат командной работе и взаимодействию с другими детьми;

- включение в занятие игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время занятия;

- организация шефства мотивированных и эрудированных обучающихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего им социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;

- инициирование и поддержка исследовательской деятельности обучающихся в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст обучающимся возможность приобрести навыки самостоятельного решения теоретической проблемы, генерирования и оформления собственных идей, уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.

Результаты единства учебной и воспитательной деятельности отражены в разделе рабочей программы «Личностные результаты».

**Формы реализации воспитательного потенциала  
коррекционного курса «Двигательное развитие»**

Устанавливать доверительные отношения между учителем и обучающимся, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя	Привлекать внимание обучающихся к обсуждаемой на занятии информации, активизации познавательной деятельности обучающихся
Побуждать обучающихся соблюдать на занятии общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (обучающимися)	Организовывать работу обучающихся с социально значимой информацией по поводу получаемой на занятии социально значимой информации – обсуждать, высказывать мнение
Поддерживать в детском коллективе деловую, дружелюбную атмосферу	Побуждать обучающихся соблюдать на занятии принципы учебной дисциплины и самоорганизации
Инициировать обучающихся к обсуждению, высказыванию своего мнения, выработке своего отношения по поводу получаемой на занятии социально значимой информации	Сотрудничать с другими педагогическими работниками и другими специалистами в решении воспитательных задач
Строить воспитательную деятельность с учетом культурных различий детей, половозрастных и индивидуальных особенностей	Создавать в учебных группах (классе, кружке, секции и т.п.) разновозрастные детско-взрослые общности обучающихся
Привлекать внимание обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на занятии явлений, понятий, приемов	Управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность
Анализировать реальное состояние дел в учебном классе/группе	Организовывать экскурсии, походы и экспедиции и т.п.
Находить ценностный аспект учебного знания и информации, обеспечивать его понимание и переживание обучающимися	Защищать достоинство и интересы обучающихся, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях
<i>Организовывать шефство мотивированных и эрудированных обучающихся над их неуспевающими одноклассниками, дающее обучающимся социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи</i>	
Организовывать шефство мотивированных обучающихся над их неуспевающими одноклассниками, дающее обучающимся социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи	Организовывать шефство эрудированных обучающихся над их неуспевающими одноклассниками, дающее обучающимся социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи
<i>Реализовывать воспитательные возможности в различных видах деятельности обучающихся</i>	
Реализовывать воспитательные возможности в различных видах	Реализовывать воспитательные возможности в различных видах

деятельности обучающихся со словесной (знаковой) основой: самостоятельная работа с учебником, работа с научно-популярной литературой, отбор и сравнение материала по нескольким источникам	деятельности обучающихся со словесной (знаковой) основой: выводы и доказательство формул, анализ формул, решение текстовых количественных и качественных задач, выполнение заданий по разграничению понятий
Реализовывать воспитательные возможности в различных видах деятельности обучающихся со словесной (знаковой) основой: слушание и анализ выступлений своих товарищей	Реализовывать воспитательные возможности в различных видах деятельности обучающихся со словесной (знаковой) основой: систематизация учебного материала
Реализовывать воспитательные возможности в различных видах деятельности обучающихся на основе восприятия элементов действительности: наблюдение за демонстрацией учителя, просмотр учебных фильмов	Реализовывать воспитательные возможности в различных видах деятельности обучающихся на основе восприятия элементов действительности: анализ проблемных ситуаций
Реализовывать воспитательные возможности в различных видах деятельности обучающихся на основе восприятия элементов действительности: изучение устройства приборов по моделям и чертежам	
<i>Проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную сферу обучающегося (культуру переживаний и ценностные ориентации ребенка)</i>	
Проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную сферу обучающегося	Проектировать ситуации и события, развивающие культуру переживаний и ценностные ориентации ребенка
<i>Опирается на жизненный опыт/ценностные ориентиры обучающихся с учетом воспитательных базовых национальных ценностей (БНЦ)</i>	
Опирается на жизненный опыт обучающихся с учетом воспитательных базовых национальных ценностей (БНЦ)	Опирается на ценностные ориентиры обучающихся с учетом воспитательных базовых национальных ценностей (БНЦ)
Опирается на жизненный опыт обучающихся, приводя действенные примеры, образы, метафоры – из близких им книг, фильмов, мультиков, компьютерных игр	Опираясь на жизненный опыт обучающихся, уточняя что они читают, что они слушают, во что они играют, о чем говорят на переменах, о чем чатаются в сетях?
Выказать свой интерес к увлечениям, мечтам, жизненным планам, проблемам детей/обучающихся в контексте содержания учебного предмета	Акцентировать внимание обучающихся на нравственных проблемах, связанных с научными открытиями, изучаемыми на занятии
Привлечь внимание обучающихся к гуманитарным проблемам общества	Помочь обучающимся взглянуть на учебный материал сквозь призму человеческой ценности
Воспитывать у обучающихся чувство уважения к жизни других людей и жизни вообще	
Развивать у обучающихся познавательную активность, самостоятельность, инициативу, творческие способности	Учитывать культурные различия обучающихся, половозрастные и индивидуальные особенности детей
Формировать у обучающихся культуру	Формировать у обучающихся гражданской

здорового и безопасного образа жизни	позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира
Общаться с обучающимися (в диалоге), признавать их достоинства, понимать и принимать их	Моделировать на занятии ситуации для выбора поступка обучающимися (тексты, инфографика, видео и др.)
Реализовывать на занятиях мотивирующий потенциал юмора, разряжать напряженную обстановку в классе	Создавать доверительный психологический климат в классе во время занятия

### 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, 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).

### Планируемые результаты освоения коррекционного курса

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП УО (ИН) (В.2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

К личностным результатам освоения АООП относятся:

- 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, сына (дочери), пассажира, покупателя и т.д.), 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 должны отражать:

- восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений;

- освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: лежать, сидеть, стоять, передвигаться / с использованием технических средств;

- освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.

### Тематическое планирование

#### 6 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1	Диагностика актуальных умений и навыков. Движения головой лежа на спине с бубном.	1	Проверить уровень самостоятельности при выполнении заданий; уточнить какими умениями владеют обучающиеся на начало учебного года, какие навыки сформированы Принятие и.п. лежа на спине: выполнение движения поворотов головы влево - вправо, круговые движения по часовой стрелке и против часов стрелки с помощью бубна.
2	Движения головой лежа на спине с валиком. Закрепление движений головой и удержание головы лежа на спине со светящимся мячом	1	Принятие и.п. лежа на спине: выполнение движения поворотов головы влево - вправо, круговые движения по часовой стрелке и против часов стрелки, но с подложенным под плечевой пояс валиком. Принятие и.п. лежа на спине, ноги ребенка прижаты ладонью взрослого в районе коленного сустава, другой рукой захватывается кисть ребенка и выполняется тяга вперед – вверх – стимулируется подъем-поворот головы. Принятие и.п. лежа на спине, ребенку протягивается палочка для захвата пальцами рук, после чего выполняется легкая тяга ребенка за удерживаемый предмет до положения выпрямления рук и их натяжения – стимулируется подъем головы. Принятие и.п. лежа на спине, ноги ребенка прижаты ладонью взрослого в районе коленного сустава, другой рукой захватывается кисть ребенка и выполняется тяга вперед – вверх – стимулируется подъем-поворот головы с помощью бубна.

3	Движения руками лежа на спине с помощью бубна. Движения пальцами рук лежа на спине с мячом.	1	Принятие и.п. лежа на спине: синхронное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз Принятие и.п. лежа на спине: по очередное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз в руке бубен. Принятие и.п. лежа на спине: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание, сжимание мяча в руке. Принятие и.п. лежа на спине: круговое движение кистями, пальцы зажаты в кулак.
4	Движения плечами лежа на спине с зеркала. Закрепление движений руками, пальцами рук, плечами лежа на спине с мячом.	1	Принятие и.п. лежа на спине: синхронное поднимание плеч вверх, вниз. Принятие и.п. лежа на спине: по очередное поднимание плеч вверх, вниз. Принятие и.п. лежа на спине: синхронное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз Принятие и.п. лежа на спине: по очередное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз в руке бубен. Принятие и.п. лежа на спине: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание, сжимание мяча в руке. Принятие и.п. лежа на спине: круговое движение кистями, пальцы зажаты в кулак. Принятие и.п. лежа на спине: синхронное поднимание плеч вверх, вниз. Принятие и.п. лежа на спине: по очередное поднимание плеч вверх, вниз.
5	Движения туловища лежа на спине за счет тяги противоположной руки. Движения подъем туловища лежа на спине с помощью мяча.	1	Принятие и.п. лежа на спине: поворот туловища вправо, влево. Принятие и.п. то же, но взрослый оказывает ребенку помощь в выполнении поворота за счет тяги противоположной руки вбок по касательной. Принятие и.п. лежа на спине: подъем туловища вверх, вниз с помощью мяча. И.п. лежа на спине: взрослый выполняет тягу за руку в сторону поворота, другой рукой придерживает таз ребенка с последующим его отпуском.



6	<p>Закрепление движений туловищем лежа на спине. Движения полусогнутыми ногами лежа на спине</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на спине: поворот туловища вправо, влево.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: взрослый захватывает двумя руками голову ребенка и плавно поворачивает ее вокруг продольной оси туловища в сторону предполагаемого поворота – стимулируется последовательное включение в поворот плечевого пояса, туловища, таза и ног.</p> <p>Принятие и.п. то же, но взрослый оказывает ребенку помощь в выполнении поворота за счет тяги противоположной руки вбок по касательной.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: подъем туловища вверх, вниз.</p> <p>И.п. лежа на спине: взрослый выполняет тягу за руку в сторону поворота, другой рукой придерживает таз ребенка с последующим его отпуском.</p> <p>И.п. лежа на спине: круговые движения прямой или полусогнутой ногой в тазобедренном суставе (правую-по часовой стрелке, левую – против), другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе бедра.</p> <p>И.п. лежа на спине: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p>
---	--	---	--

7	<p>Поднимание и отведение ног лежа на спине.</p> <p>Отведение ног в сторону с увеличением амплитуды лежа на спине.</p> <p>Закрепление движений ногами лежа на спине.</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на спине: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременное поднимание двух ног вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: отведение в сторону прямой ноги, другая при этом также прямая и прижимается взрослым к полу.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременные разведения в стороны согнутых в коленных суставах ног, начиная с малой амплитуды и с дальнейшим ее увеличением.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: потряхивание по одной ноге ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременное потряхивание ног ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: отведение в сторону прямой ноги, другая при этом также прямая и прижимается взрослым к полу.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременные разведения в стороны согнутых в коленных суставах ног, начиная с малой амплитуды и с дальнейшим ее увеличением.</p>
8	<p>Сгибание и разгибание ног лежа на спине с помощью взрослого.</p> <p>Сгибание и разгибание ног в сторону лежа на спине «езда на велосипеде».</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременное сгибание ног к животу с последующим их разведением.</p> <p>То же, но сгибание –разгибание выполняется одной ногой, другая при этом выпрямлена и прижата к полу.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: сгибание ноги с последующим отведением ее в сторону вплоть до касания поверхности опоры, другая нога при этом выпрямлена и прижата к опоре.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременные противоположные сгибания-разгибания ног («езда на велосипеде»).</p>

9	Закрепление сгибания и разгибания ног в положении лежа на спине «езда на велосипеде». Изменение позы в положении лежа на спине с помощью бубна.	1	<p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременное сгибание ног к животу с последующим их разведением.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: сгибание ноги с последующим отведением ее в сторону вплоть до касания поверхности опоры, другая нога при этом выпрямлена и прижата к опоре.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременные противоположные сгибания-разгибания ног («езда на велосипеде»).</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременное поднимание двух ног вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и. п. лежа на спине: поворот на правый бок, потом поворот на живот.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: взрослый выводит согнутые в коленных суставах ноги в сторону предполагаемого поворота, придерживая при этом на мгновение плечи и голову с последующим их высвобождением для выполнения поворота.</p>
10	<p>Движения головой лежа на животе с помощью бубна.</p> <p>Движения подъема головы лежа на животе.</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на животе, голова повернута в одну из сторон: потряхиванием мяча со стороны затылка ребенка вызывать попытки самостоятельного поворота головы в сторону звукового раздражителя.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе, голова несколько выступает за край гимнастического мата - данное положение содействует подъему и стабилизации головы.</p>
11	<p>Выпрямление головы на руках у взрослого.</p> <p>Движения головой с помощью мяча лежа на животе.</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа животом на руках взрослого, ребенок приподнят в воздухе- это способствует подъему-выпрямлению головы.</p> <p>Принятие и.п.: то же, но при помощи покачивания ребенка с движением поочередно вверх-вниз ног и головы.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе, руки согнуты в локтевых суставах, плечи разведены: предлагая ребенку мяч для захвата двумя руками, стимулировать выведение прямых рук вперед с одновременным подъемом головы.</p>

12	Закрепление движений головой лежа на животе с помощью мяча. Движения руками лежа на животе с бубном.	1	Принятие и.п. лежа на животе, голова повернута в одну из сторон: потряхиванием погремушки со стороны затылка ребенка вызывать попытки самостоятельного поворота головы в сторону звукового раздражителя. Принятие и.п. лежа на животе, руки согнуты в локтевых суставах, плечи разведены: предлагая ребенку мяч для захвата двумя руками, стимулировать выведение прямых рук вперед с одновременным подъемом головы. Принятие и.п. лежа на животе: синхронное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз Принятие и.п. лежа на животе: по очередное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз
13	Движения пальцами рук лежа на животе с палкой. Движения плечами лежа на животе с палкой.	1	Принятие и.п. лежа на животе: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание. Принятие и.п. лежа на животе: круговое движение кистями, пальцы зажаты в кулак. Принятие и.п. лежа на животе: синхронное поднимание плеч вверх, вниз. Принятие и.п. лежа на животе: по очередное поднимание плеч вверх, вниз.
14	Закрепление движений руками, пальцами рук, плечами с палкой. Движения туловища лежа на животе.	1	Принятие и.п. лежа на животе: синхронное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз Принятие и.п. лежа на животе: по очередное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз Принятие и.п. лежа на животе: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание. Принятие и.п. лежа на животе: круговое движение кистями, пальцы зажаты в кулак. Принятие и.п. лежа на животе: синхронное поднимание плеч вверх, вниз. Принятие и.п. лежа на животе: по очередное поднимание плеч вверх, вниз. Принятие и.п. лежа на животе: поворот туловища вправо, влево.
15	Движение подъема туловища лежа на животе с мячом. Закрепление движений туловищем лежа на животе с мячом.	1	Принятие и.п. лежа на животе: подъем туловища вверх, вниз за мячом. Принятие и.п. лежа на животе: поворот туловища вправо, влево. Принятие и.п. лежа на животе: подъем туловища вверх, вниз.

16	<p>Движения ногами лежа на животе с увеличением темпа поднятия.</p> <p>Отведение ног в сторону лежа на животе по подражанию.</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на животе: потряхивание по одной ноге ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: одновременное потряхивание ног ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: увеличение темпа потряхивание по одной ноге ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: отведение в сторону прямой ноги, другая при этом также прямая и прижимается взрослым к полу.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременные разведения в стороны согнутых в коленных суставах ног, начиная с малой амплитуды и с дальнейшим ее увеличением</p>
17	<p>Сгибание и разгибание ног лежа на животе по подражанию.</p> <p>Сгибание и отведение ног в сторону лежа на животе с помощью взрослого.</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на животе: одновременное сгибание ног к ягодицам с последующим их разведением.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: сгибание ноги с последующим отведением ее в сторону, другая нога при этом выпрямлена и прижата к опоре.</p>
18	<p>Поднимание ног лежа на живот с последующим отведением по подражанию.</p> <p>Закрепление движения ногами с увеличением темпа и амплитуды по подражанию.</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на животе: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: одновременное поднимание двух ног вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: Потряхивание ног ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: одновременное сгибание ног к ягодицам с последующим их разведением.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: сгибание ноги с последующим отведением ее в сторону, другая нога при этом выпрямлена и прижата к опоре.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: одновременное поднимание двух ног вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p>

19	Изменение позы в положении лежа на животе при помощи эластичного жгута по подражанию. Закрепление изменять позу в положении лежа на животе (с эластичным жгутом) по подражанию.	1	Принятие и. п. лежа на животе: поворот на левый бок, потом поворот на спину. Перевороты с живота на спину со связанными эластичным жгутом в районе лодыжек ногами. Принятие и. п. лежа на животе: поворот на левый бок, потом поворот на спину. Перевороты с живота на спину со связанными эластичным жгутом в районе лодыжек ногами.
20	Движения на низких четвереньках по подражанию. Передвижение на четвереньках по подражанию.	1	Принятие и.п. сидя на низких четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: тянемся вперед, вытягиваем позвоночник и возвращаемся в и.п. Принятие и.п. лежа животом на валике: взрослый пассивно разгибает голову ребенка, сгибает – разводит ноги – тяжесть тела переносится на тазовый пояс, руки при этом выполняют поддерживающую функцию. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: передвижение по кругу. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: передвижение по прямой вперед. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: передвижение по прямой назад.
21	Движения на четвереньках по подражанию. Движения наклонов туловища вперед на четвереньках по подражанию.	1	Принятие и.п. стоя на четвереньках, руками опираемся на пол: тянемся вперед, вытягиваем позвоночник, садимся на низкие четвереньки. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руками опираемся на пол: наклоняемся вперед с прогибом позвоночника руки сгибаем в локтях, руки выпрямляем наклоняемся вправо, затем это же только влево.
22	Закрепление движений на низких четвереньках и на четвереньках по подражанию. Умение держать голову в положении сидя с опорой на стул с мячом.	1	Принятие и.п. сидя на низких четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: тянемся вперед, вытягиваем позвоночник и возвращаемся в и.п. Принятие и.п. лежа животом на валике: взрослый пассивно разгибает голову ребенка, сгибает – разводит ноги – тяжесть тела переносится на тазовый пояс, руки при этом выполняют поддерживающую функцию. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: передвижение по кругу. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: передвижение по прямой вперед. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: передвижение

			<p>по прямой назад.</p> <p>Принятие и.п. стоя на четвереньках, руками опираемся на пол: тянемся вперед, вытягиваем позвоночник, садимся на низкие четвереньки.</p> <p>Принятие и.п. стоя на четвереньках, руками опираемся на пол: наклоняемся вперед с прогибом позвоночника руки сгибаем в локтях, руки выпрямляем наклоняемся вправо, затем это же только влево.</p> <p>Принятие и.п. сидя на полу: при помощи мяча стимулировать повороты глазами влево, вправо и подъем головы с помощью учителя.</p>
23	<p>Умение держать голову с мячом.</p> <p>Закрепление держать голову в положении сидя с опорой на стул с мячом.</p>	1	<p>Принятие и.п. сидя на полу: при помощи мяча стимулировать повороты головой влево-вправо, круговые движения по часовой стрелке и против, сгибание и разгибание головы.</p> <p>Принятие и.п. сидя на полу: при помощи мяча стимулировать повороты глазами влево, вправо и подъем головы с помощью учителя.</p> <p>Принятие и.п. сидя на полу: при помощи мяча стимулировать повороты головой влево-вправо, круговые движения по часовой стрелке и против, сгибание и разгибание головы.</p>
24	<p>Движения руками в положении сидя с опорой на стул по подражанию.</p> <p>Движения руками в положении сидя с опорой на стул по подражанию.</p>	1	<p>Принятие и.п. сидя у стула: синхронное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: по очередное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание.</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: круговое движение кистями, пальцы зажаты в кулак.</p>
25	<p>Движения плечами в положении сидя с опорой на стул по подражанию.</p> <p>Закрепление движения руками и плечами в положении сидя с опорой на стул по подражанию.</p>	1	<p>Принятие и.п. сидя на полу: поднимание плеч вверх, вниз.</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: синхронное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: по очередное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание.</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: круговое движение кистями, пальцы зажаты в кулак.</p> <p>Принятие и.п. сидя на полу: поднимание плеч вверх, вниз.</p>

26	Движения ногами в положении сидя с опорой на стул по подражанию. Сгибание ног в положении сидя с опорой у стула по подражанию.	1	Принятие и.п. сидя у стула: потряхивание по одной ноге ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки. Принятие и.п. сидя у стула: одновременное потряхивание ног ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки. Принятие и.п. сидя с опорой на стул: одновременное сгибание ног к животу с последующим их разведением.
27	Сгибание ног с последующим отведением в сторону в положении сидя с опорой у стула по подражанию. Движения ногами в положении сидя с опорой на стул по подражанию.	1	Принятие и.п. сидя с опорой на стул: сгибание ноги с последующим отведением ее в сторону вплоть до касания поверхности опоры, другая нога при этом выпрямлена и прижата к опоре. Принятие и.п. сидя с опорой на стул: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.
28	Закрепление движения ногами в положении сидя с опорой на стул по подражанию. Умение вставать с колен с помощью взрослого, мячом.	1	Принятие и.п. сидя с опорой на стул: отведение в сторону прямой ноги, другая при этом также прямая и прижимается взрослым к полу. Принятие и.п. сидя с опорой на стул: одновременное сгибание ног к животу с последующим их разведением. Принятие и.п. сидя с опорой на стул: сгибание ноги с последующим отведением ее в сторону вплоть до касания поверхности опоры, другая нога при этом выпрямлена и прижата к опоре. Принятие и.п. сидя с опорой на стул: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена. Принятие и.п. стоя на коленях: медленно встаем на ноги, тянемся за игрушкой.
29	Умение вставать с колен с опорой на стул, мячом. Закрепление подъема с колен, с мячом.	1	Принятие и.п. стоя на коленях: медленно встаем на ноги, тянемся за мячом. Принятие и.п. стоя на коленях: медленно встаем на ноги, тянемся за мячом.
30	Умение держать равновесие в положении стоя с помощью мяча. Умение держать равновесие в положении стоя с опорой на стул по подражанию.	1	Принятие и.п. стоя на двух ногах руки в стороны, в руках мяч. Принятие и.п. стоя на двух ногах руки в стороны.
31	Закрепление держать равновесие в положении стоя, палка Умение держать равновесие на правой ноге в положении стоя с помощью взрослого.	1	Принятие и.п. стоя на двух ногах руки в стороны. Принятие и.п. стоя на правой ноге руки в стороны, в руках палка.



32	Умение держать равновесие на левой ноге в положении стоя с помощью взрослого. Закрепление держать равновесие на одной ноге в положении стоя с помощью взрослого.	1	Принятие и.п. стоя на левой ноге руки в стороны, в руках палка. Принятие и.п. стоя на правой ноге руки в стороны, в руках палка. Принятие и.п. стоя на левой ноге руки в стороны. в руках палка.
33	Передвижение со страховкой учителя. Умение ходить по неровной поверхности со страховкой учителя.	1	Передвижение по ровной поверхности. Передвижение по массажному коврику.
34	Умение ходить со страховкой учителя. Закрепление ходить со страховкой учителя.	1	Передвижение с помощью учителя в разном направлении. Передвижение по ровной поверхности. Передвижение по массажному коврику.
Итого:		34	

#### 7 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1	Диагностика актуальных умений и навыков. Движения головой лежа на спине с бубном.	1	Проверить уровень самостоятельности при выполнении заданий; уточнить какими умениями владеют обучающиеся на начало учебного года, какие навыки сформированы Принятие и.п. лежа на спине: выполнение движения поворотов головы влево - вправо, круговые движения по часовой стрелке и против часов стрелки с помощью бубна.
2	Движения головой лежа на спине с валиком. Закрепление движений головой и удержание головы лежа на спине со светящимся мячом	1	Принятие и.п. лежа на спине: выполнение движения поворотов головы влево - вправо, круговые движения по часовой стрелке и против часов стрелки, но с подложенным под плечевой пояс валиком. Принятие и.п. лежа на спине, ноги ребенка прижаты ладонью взрослого в районе коленного сустава, другой рукой захватывается кисть ребенка и выполняется тяга вперед – вверх – стимулируется подъем-поворот головы. Принятие и.п. лежа на спине, ребенку протягивается палочка для захвата пальцами рук, после чего выполняется легкая тяга ребенка за удерживаемый предмет до положения выпрямления рук и их натяжения – стимулируется подъем головы. Принятие и.п. лежа на спине, ноги ребенка прижаты ладонью взрослого в районе коленного сустава, другой рукой захватывается кисть ребенка и выполняется тяга вперед – вверх – стимулируется подъем-поворот головы с помощью бубна.

3	Движения руками лежа на спине с помощью бубна. Движения пальцами рук лежа на спине с мячом.	1	Принятие и.п. лежа на спине: синхронное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз Принятие и.п. лежа на спине: по очередное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз в руке бубен. Принятие и.п. лежа на спине: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание, сжимание мяча в руке. Принятие и.п. лежа на спине: круговое движение кистями, пальцы зажаты в кулак.
4	Движения плечами лежа на спине с зеркала. Закрепление движений руками, пальцами рук, плечами лежа на спине с мячом.	1	Принятие и.п. лежа на спине: синхронное поднимание плеч вверх, вниз. Принятие и.п. лежа на спине: по очередное поднимание плеч вверх, вниз. Принятие и.п. лежа на спине: синхронное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз Принятие и.п. лежа на спине: по очередное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз в руке бубен. Принятие и.п. лежа на спине: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание, сжимание мяча в руке. Принятие и.п. лежа на спине: круговое движение кистями, пальцы зажаты в кулак. Принятие и.п. лежа на спине: синхронное поднимание плеч вверх, вниз. Принятие и.п. лежа на спине: по очередное поднимание плеч вверх, вниз.
5	Движения туловища лежа на спине за счет тяги противоположной руки. Движения подъем туловища лежа на спине с помощью мяча.	1	Принятие и.п. лежа на спине: поворот туловища вправо, влево. Принятие и.п. то же, но взрослый оказывает ребенку помощь в выполнении поворота за счет тяги противоположной руки вбок по касательной. Принятие и.п. лежа на спине: подъем туловища вверх, вниз с помощью мяча. И.п. лежа на спине: взрослый выполняет тягу за руку в сторону поворота, другой рукой придерживает таз ребенка с последующим его отпуском.

6	<p>Закрепление движений туловищем лежа на спине. Движения полусогнутыми ногами лежа на спине</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на спине: поворот туловища вправо, влево.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: взрослый захватывает двумя руками голову ребенка и плавно поворачивает ее вокруг продольной оси туловища в сторону предполагаемого поворота – стимулируется последовательное включение в поворот плечевого пояса, туловища, таза и ног.</p> <p>Принятие и.п. то же, но взрослый оказывает ребенку помощь в выполнении поворота за счет тяги противоположной руки вбок по касательной.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: подъем туловища вверх, вниз.</p> <p>И.п. лежа на спине: взрослый выполняет тягу за руку в сторону поворота, другой рукой придерживает таз ребенка с последующим его отпуском.</p> <p>И.п. лежа на спине: круговые движения прямой или полусогнутой ногой в тазобедренном суставе (правую-по часовой стрелке, левую – против), другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе бедра.</p> <p>И.п. лежа на спине: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p>
---	--	---	--

7	<p>Поднимание и отведение ног лежа на спине.</p> <p>Отведение ног в сторону с увеличением амплитуды лежа на спине.</p> <p>Закрепление движений ногами лежа на спине.</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на спине: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременное поднимание двух ног вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: отведение в сторону прямой ноги, другая при этом также прямая и прижимается взрослым к полу.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременные разведения в стороны согнутых в коленных суставах ног, начиная с малой амплитуды и с дальнейшим ее увеличением.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: потряхивание по одной ноге ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременное потряхивание ног ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: отведение в сторону прямой ноги, другая при этом также прямая и прижимается взрослым к полу.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременные разведения в стороны согнутых в коленных суставах ног, начиная с малой амплитуды и с дальнейшим ее увеличением.</p>
8	<p>Сгибание и разгибание ног лежа на спине с помощью взрослого.</p> <p>Сгибание и разгибание ног в сторону лежа на спине «езда на велосипеде».</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременное сгибание ног к животу с последующим их разведением.</p> <p>То же, но сгибание –разгибание выполняется одной ногой, другая при этом выпрямлена и прижата к полу.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: сгибание ноги с последующим отведением ее в сторону вплоть до касания поверхности опоры, другая нога при этом выпрямлена и прижата к опоре.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременные противоположные сгибания-разгибания ног («езда на велосипеде»).</p>

9	Закрепление сгибания и разгибания ног в положении лежа на спине «езда на велосипеде». Изменение позы в положении лежа на спине с помощью бубна.	1	<p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременное сгибание ног к животу с последующим их разведением.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: сгибание ноги с последующим отведением ее в сторону вплоть до касания поверхности опоры, другая нога при этом выпрямлена и прижата к опоре.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременные противоположные сгибания-разгибания ног («езда на велосипеде»).</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременное поднимание двух ног вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и. п. лежа на спине: поворот на правый бок, потом поворот на живот.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: взрослый выводит согнутые в коленных суставах ноги в сторону предполагаемого поворота, придерживая при этом на мгновение плечи и голову с последующим их высвобождением для выполнения поворота.</p>
10	<p>Движения головой лежа на животе с помощью бубна.</p> <p>Движения подъема головы лежа на животе.</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на животе, голова повернута в одну из сторон: потряхиванием мяча со стороны затылка ребенка вызывать попытки самостоятельного поворота головы в сторону звукового раздражителя.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе, голова несколько выступает за край гимнастического мата - данное положение содействует подъему и стабилизации головы.</p>
11	<p>Выпрямление головы на руках у взрослого.</p> <p>Движения головой с помощью мяча лежа на животе.</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа животом на руках взрослого, ребенок приподнят в воздухе- это способствует подъему-выпрямлению головы.</p> <p>Принятие и.п.: то же, но при помощи покачивания ребенка с движением поочередно вверх-вниз ног и головы.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе, руки согнуты в локтевых суставах, плечи разведены: предлагая ребенку мяч для захвата двумя руками, стимулировать выведение прямых рук вперед с одновременным подъемом головы.</p>

12	Закрепление движений головой лежа на животе с помощью мяча. Движения руками лежа на животе с бубном.	1	Принятие и.п. лежа на животе, голова повернута в одну из сторон: потряхиванием погремушки со стороны затылка ребенка вызывать попытки самостоятельного поворота головы в сторону звукового раздражителя. Принятие и.п. лежа на животе, руки согнуты в локтевых суставах, плечи разведены: предлагая ребенку мяч для захвата двумя руками, стимулировать выведение прямых рук вперед с одновременным подъемом головы. Принятие и.п. лежа на животе: синхронное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз Принятие и.п. лежа на животе: по очередное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз
13	Движения пальцами рук лежа на животе с палкой. Движения плечами лежа на животе с палкой.	1	Принятие и.п. лежа на животе: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание. Принятие и.п. лежа на животе: круговое движение кистями, пальцы зажаты в кулак. Принятие и.п. лежа на животе: синхронное поднимание плеч вверх, вниз. Принятие и.п. лежа на животе: по очередное поднимание плеч вверх, вниз.
14	Закрепление движений руками, пальцами рук, плечами с палкой. Движения туловища лежа на животе.	1	Принятие и.п. лежа на животе: синхронное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз Принятие и.п. лежа на животе: по очередное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз Принятие и.п. лежа на животе: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание. Принятие и.п. лежа на животе: круговое движение кистями, пальцы зажаты в кулак. Принятие и.п. лежа на животе: синхронное поднимание плеч вверх, вниз. Принятие и.п. лежа на животе: по очередное поднимание плеч вверх, вниз. Принятие и.п. лежа на животе: поворот туловища вправо, влево.
15	Движение подъема туловища лежа на животе с мячом. Закрепление движений туловищем лежа на животе с мячом.	1	Принятие и.п. лежа на животе: подъем туловища вверх, вниз за мячом. Принятие и.п. лежа на животе: поворот туловища вправо, влево. Принятие и.п. лежа на животе: подъем туловища вверх, вниз.

16	<p>Движения ногами лежа на животе с увеличением темпа поднятия.</p> <p>Отведение ног в сторону лежа на животе по подражанию.</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на животе: потряхивание по одной ноге ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: одновременное потряхивание ног ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: увеличение темпа потряхивание по одной ноге ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: отведение в сторону прямой ноги, другая при этом также прямая и прижимается взрослым к полу.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременные разведения в стороны согнутых в коленных суставах ног, начиная с малой амплитуды и с дальнейшим ее увеличением</p>
17	<p>Сгибание и разгибание ног лежа на животе по подражанию.</p> <p>Сгибание и отведение ног в сторону лежа на животе с помощью взрослого.</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на животе: одновременное сгибание ног к ягодицам с последующим их разведением.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: сгибание ноги с последующим отведением ее в сторону, другая нога при этом выпрямлена и прижата к опоре.</p>
18	<p>Поднимание ног лежа на живот с последующим отведением по подражанию.</p> <p>Закрепление движения ногами с увеличением темпа и амплитуды по подражанию.</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на животе: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: одновременное поднимание двух ног вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: Потряхивание ног ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: одновременное сгибание ног к ягодицам с последующим их разведением.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: сгибание ноги с последующим отведением ее в сторону, другая нога при этом выпрямлена и прижата к опоре.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: одновременное поднимание двух ног вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p>

19	Изменение позы в положении лежа на животе при помощи эластичного жгута по подражанию. Закрепление изменять позу в положении лежа на животе (с эластичным жгутом) по подражанию.	1	Принятие и. п. лежа на животе: поворот на левый бок, потом поворот на спину. Перевороты с живота на спину со связанными эластичным жгутом в районе лодыжек ногами. Принятие и. п. лежа на животе: поворот на левый бок, потом поворот на спину. Перевороты с живота на спину со связанными эластичным жгутом в районе лодыжек ногами.
20	Движения на низких четвереньках по подражанию. Передвижение на четвереньках по подражанию.	1	Принятие и.п. сидя на низких четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: тянемся вперед, вытягиваем позвоночник и возвращаемся в и.п. Принятие и.п. лежа животом на валике: взрослый пассивно разгибает голову ребенка, сгибает – разводит ноги – тяжесть тела переносится на тазовый пояс, руки при этом выполняют поддерживающую функцию. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: передвижение по кругу. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: передвижение по прямой вперед. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: передвижение по прямой назад.
21	Движения на четвереньках по подражанию. Движения наклонов туловища вперед на четвереньках по подражанию.	1	Принятие и.п. стоя на четвереньках, руками опираемся на пол: тянемся вперед, вытягиваем позвоночник, садимся на низкие четвереньки. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руками опираемся на пол: наклоняемся вперед с прогибом позвоночника руки сгибаем в локтях, руки выпрямляем наклоняемся вправо, затем это же только влево.
22	Закрепление движений на низких четвереньках и на четвереньках по подражанию. Умение держать голову в положении сидя с опорой на стул с мячом.	1	Принятие и.п. сидя на низких четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: тянемся вперед, вытягиваем позвоночник и возвращаемся в и.п. Принятие и.п. лежа животом на валике: взрослый пассивно разгибает голову ребенка, сгибает – разводит ноги – тяжесть тела переносится на тазовый пояс, руки при этом выполняют поддерживающую функцию. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: передвижение по кругу. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: передвижение по прямой вперед. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: передвижение



			<p>по прямой назад.</p> <p>Принятие и.п. стоя на четвереньках, руками опираемся на пол: тянемся вперед, вытягиваем позвоночник, садимся на низкие четвереньки.</p> <p>Принятие и.п. стоя на четвереньках, руками опираемся на пол: наклоняемся вперед с прогибом позвоночника руки сгибаем в локтях, руки выпрямляем наклоняемся вправо, затем это же только влево.</p> <p>Принятие и.п. сидя на полу: при помощи мяча стимулировать повороты глазами влево, вправо и подъем головы с помощью учителя.</p>
23	<p>Умение держать голову с мячом.</p> <p>Закрепление держать голову в положении сидя с опорой на стул с мячом.</p>	1	<p>Принятие и.п. сидя на полу: при помощи мяча стимулировать повороты головой влево-вправо, круговые движения по часовой стрелке и против, сгибание и разгибание головы.</p> <p>Принятие и.п. сидя на полу: при помощи мяча стимулировать повороты глазами влево, вправо и подъем головы с помощью учителя.</p> <p>Принятие и.п. сидя на полу: при помощи мяча стимулировать повороты головой влево-вправо, круговые движения по часовой стрелке и против, сгибание и разгибание головы.</p>
24	<p>Движения руками в положении сидя с опорой на стул по подражанию.</p> <p>Движения руками в положении сидя с опорой на стул по подражанию.</p>	1	<p>Принятие и.п. сидя у стула: синхронное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: по очередное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание.</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: круговое движение кистями, пальцы зажаты в кулак.</p>
25	<p>Движения плечами в положении сидя с опорой на стул по подражанию.</p> <p>Закрепление движения руками и плечами в положении сидя с опорой на стул по подражанию.</p>	1	<p>Принятие и.п. сидя на полу: поднимание плеч вверх, вниз.</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: синхронное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: по очередное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание.</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: круговое движение кистями, пальцы зажаты в кулак.</p> <p>Принятие и.п. сидя на полу: поднимание плеч вверх, вниз.</p>

26	Движения ногами в положении сидя с опорой на стул по подражанию. Сгибание ног в положении сидя с опорой у стула по подражанию.	1	Принятие и.п. сидя у стула: потряхивание по одной ноге ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки. Принятие и.п. сидя у стула: одновременное потряхивание ног ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки. Принятие и.п. сидя с опорой на стул: одновременное сгибание ног к животу с последующим их разведением.
27	Сгибание ног с последующим отведением в сторону в положении сидя с опорой у стула по подражанию. Движения ногами в положении сидя с опорой на стул по подражанию.	1	Принятие и.п. сидя с опорой на стул: сгибание ноги с последующим отведением ее в сторону вплоть до касания поверхности опоры, другая нога при этом выпрямлена и прижата к опоре. Принятие и.п. сидя с опорой на стул: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.
28	Закрепление движения ногами в положении сидя с опорой на стул по подражанию. Умение вставать с колен с помощью взрослого, мячом.	1	Принятие и.п. сидя с опорой на стул: отведение в сторону прямой ноги, другая при этом также прямая и прижимается взрослым к полу. Принятие и.п. сидя с опорой на стул: одновременное сгибание ног к животу с последующим их разведением. Принятие и.п. сидя с опорой на стул: сгибание ноги с последующим отведением ее в сторону вплоть до касания поверхности опоры, другая нога при этом выпрямлена и прижата к опоре. Принятие и.п. сидя с опорой на стул: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена. Принятие и.п. стоя на коленях: медленно встаем на ноги, тянемся за игрушкой.
29	Умение вставать с колен с опорой на стул, мячом. Закрепление подъема с колен, с мячом.	1	Принятие и.п. стоя на коленях: медленно встаем на ноги, тянемся за мячом. Принятие и.п. стоя на коленях: медленно встаем на ноги, тянемся за мячом.
30	Умение держать равновесие в положении стоя с помощью мяча. Умение держать равновесие в положении стоя с опорой на стул по подражанию.	1	Принятие и.п. стоя на двух ногах руки в стороны, в руках мяч. Принятие и.п. стоя на двух ногах руки в стороны.
31	Закрепление держать равновесие в положении стоя, палка Умение держать равновесие на правой ноге в положении стоя с помощью взрослого.	1	Принятие и.п. стоя на двух ногах руки в стороны. Принятие и.п. стоя на правой ноге руки в стороны, в руках палка.

32	Умение держать равновесие на левой ноге в положении стоя с помощью взрослого. Закрепление держать равновесие на одной ноге в положении стоя с помощью взрослого.	1	Принятие и.п. стоя на левой ноге руки в стороны, в руках палка. Принятие и.п. стоя на правой ноге руки в стороны, в руках палка. Принятие и.п. стоя на левой ноге руки в стороны. в руках палка.
33	Передвижение со страховкой учителя. Умение ходить по неровной поверхности со страховкой учителя.	1	Передвижение по ровной поверхности. Передвижение по массажному коврику.
34	Умение ходить со страховкой учителя. Закрепление ходить со страховкой учителя.	1	Передвижение с помощью учителя в разном направлении. Передвижение по ровной поверхности. Передвижение по массажному коврику.
Итого:		34	

#### 8 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1	Диагностика актуальных умений и навыков. Движения головой лежа на спине с бубном.	1	Проверить уровень самостоятельности при выполнении заданий; уточнить какими умениями владеют обучающиеся на начало учебного года, какие навыки сформированы Принятие и.п. лежа на спине: выполнение движения поворотов головы влево - вправо, круговые движения по часовой стрелке и против часов стрелки с помощью бубна.
2	Движения головой лежа на спине с валиком. Закрепление движений головой и удержание головы лежа на спине со светящимся мячом	1	Принятие и.п. лежа на спине: выполнение движения поворотов головы влево - вправо, круговые движения по часовой стрелке и против часов стрелки, но с подложенным под плечевой пояс валиком. Принятие и.п. лежа на спине, ноги ребенка прижаты ладонью взрослого в районе коленного сустава, другой рукой захватывается кисть ребенка и выполняется тяга вперед – вверх – стимулируется подъем-поворот головы. Принятие и.п. лежа на спине, ребенку протягивается палочка для захвата пальцами рук, после чего выполняется легкая тяга ребенка за удерживаемый предмет до положения выпрямления рук и их натяжения – стимулируется подъем головы. Принятие и.п. лежа на спине, ноги ребенка прижаты ладонью взрослого в районе коленного сустава, другой рукой захватывается кисть ребенка и выполняется тяга вперед – вверх – стимулируется подъем-поворот головы с помощью бубна.

3	Движения руками лежа на спине с помощью бубна. Движения пальцами рук лежа на спине с мячом.	1	Принятие и.п. лежа на спине: синхронное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз Принятие и.п. лежа на спине: по очередное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз в руке бубен. Принятие и.п. лежа на спине: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание, сжимание мяча в руке. Принятие и.п. лежа на спине: круговое движение кистями, пальцы зажаты в кулак.
4	Движения плечами лежа на спине с зеркала. Закрепление движений руками, пальцами рук, плечами лежа на спине с мячом.	1	Принятие и.п. лежа на спине: синхронное поднимание плеч вверх, вниз. Принятие и.п. лежа на спине: по очередное поднимание плеч вверх, вниз. Принятие и.п. лежа на спине: синхронное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз Принятие и.п. лежа на спине: по очередное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз в руке бубен. Принятие и.п. лежа на спине: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание, сжимание мяча в руке. Принятие и.п. лежа на спине: круговое движение кистями, пальцы зажаты в кулак. Принятие и.п. лежа на спине: синхронное поднимание плеч вверх, вниз. Принятие и.п. лежа на спине: по очередное поднимание плеч вверх, вниз.
5	Движения туловища лежа на спине за счет тяги противоположной руки. Движения подъем туловища лежа на спине с помощью мяча.	1	Принятие и.п. лежа на спине: поворот туловища вправо, влево. Принятие и.п. то же, но взрослый оказывает ребенку помощь в выполнении поворота за счет тяги противоположной руки вбок по касательной. Принятие и.п. лежа на спине: подъем туловища вверх, вниз с помощью мяча. И.п. лежа на спине: взрослый выполняет тягу за руку в сторону поворота, другой рукой придерживает таз ребенка с последующим его отпуском.

6	<p>Закрепление движений туловищем лежа на спине. Движения полусогнутыми ногами лежа на спине</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на спине: поворот туловища вправо, влево.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: взрослый захватывает двумя руками голову ребенка и плавно поворачивает ее вокруг продольной оси туловища в сторону предполагаемого поворота – стимулируется последовательное включение в поворот плечевого пояса, туловища, таза и ног.</p> <p>Принятие и.п. то же, но взрослый оказывает ребенку помощь в выполнении поворота за счет тяги противоположной руки вбок по касательной.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: подъем туловища вверх, вниз.</p> <p>И.п. лежа на спине: взрослый выполняет тягу за руку в сторону поворота, другой рукой придерживает таз ребенка с последующим его отпуском.</p> <p>И.п. лежа на спине: круговые движения прямой или полусогнутой ногой в тазобедренном суставе (правую-по часовой стрелке, левую – против), другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе бедра.</p> <p>И.п. лежа на спине: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p>
---	--	---	--

7	<p>Поднимание и отведение ног лежа на спине.</p> <p>Отведение ног в сторону с увеличением амплитуды лежа на спине.</p> <p>Закрепление движений ногами лежа на спине.</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на спине: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременное поднимание двух ног вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: отведение в сторону прямой ноги, другая при этом также прямая и прижимается взрослым к полу.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременные разведения в стороны согнутых в коленных суставах ног, начиная с малой амплитуды и с дальнейшим ее увеличением.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: потряхивание по одной ноге ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременное потряхивание ног ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: отведение в сторону прямой ноги, другая при этом также прямая и прижимается взрослым к полу.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременные разведения в стороны согнутых в коленных суставах ног, начиная с малой амплитуды и с дальнейшим ее увеличением.</p>
8	<p>Сгибание и разгибание ног лежа на спине с помощью взрослого.</p> <p>Сгибание и разгибание ног в сторону лежа на спине «езда на велосипеде».</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременное сгибание ног к животу с последующим их разведением.</p> <p>То же, но сгибание –разгибание выполняется одной ногой, другая при этом выпрямлена и прижата к полу.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: сгибание ноги с последующим отведением ее в сторону вплоть до касания поверхности опоры, другая нога при этом выпрямлена и прижата к опоре.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременные противоположные сгибания-разгибания ног («езда на велосипеде»).</p>

9	Закрепление сгибания и разгибания ног в положении лежа на спине «езда на велосипеде». Изменение позы в положении лежа на спине с помощью бубна.	1	<p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременное сгибание ног к животу с последующим их разведением.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: сгибание ноги с последующим отведением ее в сторону вплоть до касания поверхности опоры, другая нога при этом выпрямлена и прижата к опоре.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременные противоположные сгибания-разгибания ног («езда на велосипеде»).</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременное поднимание двух ног вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и. п. лежа на спине: поворот на правый бок, потом поворот на живот.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: взрослый выводит согнутые в коленных суставах ноги в сторону предполагаемого поворота, придерживая при этом на мгновение плечи и голову с последующим их высвобождением для выполнения поворота.</p>
10	<p>Движения головой лежа на животе с помощью бубна.</p> <p>Движения подъема головы лежа на животе.</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на животе, голова повернута в одну из сторон: потряхиванием мяча со стороны затылка ребенка вызывать попытки самостоятельного поворота головы в сторону звукового раздражителя.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе, голова несколько выступает за край гимнастического мата - данное положение содействует подъему и стабилизации головы.</p>
11	<p>Выпрямление головы на руках у взрослого.</p> <p>Движения головой с помощью мяча лежа на животе.</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа животом на руках взрослого, ребенок приподнят в воздухе- это способствует подъему-выпрямлению головы.</p> <p>Принятие и.п.: то же, но при помощи покачивания ребенка с движением поочередно вверх-вниз ног и головы.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе, руки согнуты в локтевых суставах, плечи разведены: предлагая ребенку мяч для захвата двумя руками, стимулировать выведение прямых рук вперед с одновременным подъемом головы.</p>

12	Закрепление движений головой лежа на животе с помощью мяча. Движения руками лежа на животе с бубном.	1	Принятие и.п. лежа на животе, голова повернута в одну из сторон: потряхиванием погремушки со стороны затылка ребенка вызывать попытки самостоятельного поворота головы в сторону звукового раздражителя. Принятие и.п. лежа на животе, руки согнуты в локтевых суставах, плечи разведены: предлагая ребенку мяч для захвата двумя руками, стимулировать выведение прямых рук вперед с одновременным подъемом головы. Принятие и.п. лежа на животе: синхронное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз Принятие и.п. лежа на животе: по очередное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз
13	Движения пальцами рук лежа на животе с палкой. Движения плечами лежа на животе с палкой.	1	Принятие и.п. лежа на животе: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание. Принятие и.п. лежа на животе: круговое движение кистями, пальцы зажаты в кулак. Принятие и.п. лежа на животе: синхронное поднимание плеч вверх, вниз. Принятие и.п. лежа на животе: по очередное поднимание плеч вверх, вниз.
14	Закрепление движений руками, пальцами рук, плечами с палкой. Движения туловища лежа на животе.	1	Принятие и.п. лежа на животе: синхронное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз Принятие и.п. лежа на животе: по очередное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз Принятие и.п. лежа на животе: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание. Принятие и.п. лежа на животе: круговое движение кистями, пальцы зажаты в кулак. Принятие и.п. лежа на животе: синхронное поднимание плеч вверх, вниз. Принятие и.п. лежа на животе: по очередное поднимание плеч вверх, вниз. Принятие и.п. лежа на животе: поворот туловища вправо, влево.
15	Движение подъема туловища лежа на животе с мячом. Закрепление движений туловищем лежа на животе с мячом.	1	Принятие и.п. лежа на животе: подъем туловища вверх, вниз за мячом. Принятие и.п. лежа на животе: поворот туловища вправо, влево. Принятие и.п. лежа на животе: подъем туловища вверх, вниз.



16	<p>Движения ногами лежа на животе с увеличением темпа поднятия.</p> <p>Отведение ног в сторону лежа на животе по подражанию.</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на животе: потряхивание по одной ноге ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: одновременное потряхивание ног ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: увеличение темпа потряхивание по одной ноге ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: отведение в сторону прямой ноги, другая при этом также прямая и прижимается взрослым к полу.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременные разведения в стороны согнутых в коленных суставах ног, начиная с малой амплитуды и с дальнейшим ее увеличением</p>
17	<p>Сгибание и разгибание ног лежа на животе по подражанию.</p> <p>Сгибание и отведение ног в сторону лежа на животе с помощью взрослого.</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на животе: одновременное сгибание ног к ягодицам с последующим их разведением.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: сгибание ноги с последующим отведением ее в сторону, другая нога при этом выпрямлена и прижата к опоре.</p>
18	<p>Поднимание ног лежа на живот с последующим отведением по подражанию.</p> <p>Закрепление движения ногами с увеличением темпа и амплитуды по подражанию.</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на животе: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: одновременное поднимание двух ног вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: Потряхивание ног ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: одновременное сгибание ног к ягодицам с последующим их разведением.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: сгибание ноги с последующим отведением ее в сторону, другая нога при этом выпрямлена и прижата к опоре.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: одновременное поднимание двух ног вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p>

19	Изменение позы в положении лежа на животе при помощи эластичного жгута по подражанию. Закрепление изменять позу в положении лежа на животе (с эластичным жгутом) по подражанию.	1	Принятие и. п. лежа на животе: поворот на левый бок, потом поворот на спину. Перевороты с живота на спину со связанными эластичным жгутом в районе лодыжек ногами. Принятие и. п. лежа на животе: поворот на левый бок, потом поворот на спину. Перевороты с живота на спину со связанными эластичным жгутом в районе лодыжек ногами.
20	Движения на низких четвереньках по подражанию. Передвижение на четвереньках по подражанию.	1	Принятие и.п. сидя на низких четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: тянемся вперед, вытягиваем позвоночник и возвращаемся в и.п. Принятие и.п. лежа животом на валике: взрослый пассивно разгибает голову ребенка, сгибает – разводит ноги – тяжесть тела переносится на тазовый пояс, руки при этом выполняют поддерживающую функцию. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: передвижение по кругу. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: передвижение по прямой вперед. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: передвижение по прямой назад.
21	Движения на четвереньках по подражанию. Движения наклонов туловища вперед на четвереньках по подражанию.	1	Принятие и.п. стоя на четвереньках, руками опираемся на пол: тянемся вперед, вытягиваем позвоночник, садимся на низкие четвереньки. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руками опираемся на пол: наклоняемся вперед с прогибом позвоночника руки сгибаем в локтях, руки выпрямляем наклоняемся вправо, затем это же только влево.
22	Закрепление движений на низких четвереньках и на четвереньках по подражанию. Умение держать голову в положении сидя с опорой на стул с мячом.	1	Принятие и.п. сидя на низких четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: тянемся вперед, вытягиваем позвоночник и возвращаемся в и.п. Принятие и.п. лежа животом на валике: взрослый пассивно разгибает голову ребенка, сгибает – разводит ноги – тяжесть тела переносится на тазовый пояс, руки при этом выполняют поддерживающую функцию. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: передвижение по кругу. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: передвижение по прямой вперед. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: передвижение

			<p>по прямой назад.</p> <p>Принятие и.п. стоя на четвереньках, руками опираемся на пол: тянемся вперед, вытягиваем позвоночник, садимся на низкие четвереньки.</p> <p>Принятие и.п. стоя на четвереньках, руками опираемся на пол: наклоняемся вперед с прогибом позвоночника руки сгибаем в локтях, руки выпрямляем наклоняемся вправо, затем это же только влево.</p> <p>Принятие и.п. сидя на полу: при помощи мяча стимулировать повороты глазами влево, вправо и подъем головы с помощью учителя.</p>
23	<p>Умение держать голову с мячом.</p> <p>Закрепление держать голову в положении сидя с опорой на стул с мячом.</p>	1	<p>Принятие и.п. сидя на полу: при помощи мяча стимулировать повороты головой влево-вправо, круговые движения по часовой стрелке и против, сгибание и разгибание головы.</p> <p>Принятие и.п. сидя на полу: при помощи мяча стимулировать повороты глазами влево, вправо и подъем головы с помощью учителя.</p> <p>Принятие и.п. сидя на полу: при помощи мяча стимулировать повороты головой влево-вправо, круговые движения по часовой стрелке и против, сгибание и разгибание головы.</p>
24	<p>Движения руками в положении сидя с опорой на стул по подражанию.</p> <p>Движения руками в положении сидя с опорой на стул по подражанию.</p>	1	<p>Принятие и.п. сидя у стула: синхронное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: по очередное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание.</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: круговое движение кистями, пальцы зажаты в кулак.</p>
25	<p>Движения плечами в положении сидя с опорой на стул по подражанию.</p> <p>Закрепление движения руками и плечами в положении сидя с опорой на стул по подражанию.</p>	1	<p>Принятие и.п. сидя на полу: поднимание плеч вверх, вниз.</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: синхронное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: по очередное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание.</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: круговое движение кистями, пальцы зажаты в кулак.</p> <p>Принятие и.п. сидя на полу: поднимание плеч вверх, вниз.</p>

26	Движения ногами в положении сидя с опорой на стул по подражанию. Сгибание ног в положении сидя с опорой у стула по подражанию.	1	Принятие и.п. сидя у стула: потряхивание по одной ноге ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки. Принятие и.п. сидя у стула: одновременное потряхивание ног ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки. Принятие и.п. сидя с опорой на стул: одновременное сгибание ног к животу с последующим их разведением.
27	Сгибание ног с последующим отведением в сторону в положении сидя с опорой у стула по подражанию. Движения ногами в положении сидя с опорой на стул по подражанию.	1	Принятие и.п. сидя с опорой на стул: сгибание ноги с последующим отведением ее в сторону вплоть до касания поверхности опоры, другая нога при этом выпрямлена и прижата к опоре. Принятие и.п. сидя с опорой на стул: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.
28	Закрепление движения ногами в положении сидя с опорой на стул по подражанию. Умение вставать с колен с помощью взрослого, мячом.	1	Принятие и.п. сидя с опорой на стул: отведение в сторону прямой ноги, другая при этом также прямая и прижимается взрослым к полу. Принятие и.п. сидя с опорой на стул: одновременное сгибание ног к животу с последующим их разведением. Принятие и.п. сидя с опорой на стул: сгибание ноги с последующим отведением ее в сторону вплоть до касания поверхности опоры, другая нога при этом выпрямлена и прижата к опоре. Принятие и.п. сидя с опорой на стул: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена. Принятие и.п. стоя на коленях: медленно встаем на ноги, тянемся за игрушкой.
29	Умение вставать с колен с опорой на стул, мячом. Закрепление подъема с колен, с мячом.	1	Принятие и.п. стоя на коленях: медленно встаем на ноги, тянемся за мячом. Принятие и.п. стоя на коленях: медленно встаем на ноги, тянемся за мячом.
30	Умение держать равновесие в положении стоя с помощью мяча. Умение держать равновесие в положении стоя с опорой на стул по подражанию.	1	Принятие и.п. стоя на двух ногах руки в стороны, в руках мяч. Принятие и.п. стоя на двух ногах руки в стороны.
31	Закрепление держать равновесие в положении стоя, палка Умение держать равновесие на правой ноге в положении стоя с помощью взрослого.	1	Принятие и.п. стоя на двух ногах руки в стороны. Принятие и.п. стоя на правой ноге руки в стороны, в руках палка.

32	Умение держать равновесие на левой ноге в положении стоя с помощью взрослого. Закрепление держать равновесие на одной ноге в положении стоя с помощью взрослого.	1	Принятие и.п. стоя на левой ноге руки в стороны, в руках палка. Принятие и.п. стоя на правой ноге руки в стороны, в руках палка. Принятие и.п. стоя на левой ноге руки в стороны. в руках палка.
33	Передвижение со страховкой учителя. Умение ходить по неровной поверхности со страховкой учителя.	1	Передвижение по ровной поверхности. Передвижение по массажному коврику.
34	Умение ходить со страховкой учителя. Закрепление ходить со страховкой учителя.	1	Передвижение с помощью учителя в разном направлении. Передвижение по ровной поверхности. Передвижение по массажному коврику.
Итого:		34	

### 9 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1	Диагностика актуальных умений и навыков. Движения головой лежа на спине с бубном.	1	Проверить уровень самостоятельности при выполнении заданий; уточнить какими умениями владеют обучающиеся на начало учебного года, какие навыки сформированы Принятие и.п. лежа на спине: выполнение движения поворотов головы влево - вправо, круговые движения по часовой стрелке и против часов стрелки с помощью бубна.
2	Движения головой лежа на спине с валиком. Закрепление движений головой и удержание головы лежа на спине со светящимся мячом	1	Принятие и.п. лежа на спине: выполнение движения поворотов головы влево - вправо, круговые движения по часовой стрелке и против часов стрелки, но с подложенным под плечевой пояс валиком. Принятие и.п. лежа на спине, ноги ребенка прижаты ладонью взрослого в районе коленного сустава, другой рукой захватывается кисть ребенка и выполняется тяга вперед – вверх – стимулируется подъем-поворот головы. Принятие и.п. лежа на спине, ребенку протягивается палочка для захвата пальцами рук, после чего выполняется легкая тяга ребенка за удерживаемый предмет до положения выпрямления рук и их натяжения – стимулируется подъем головы. Принятие и.п. лежа на спине, ноги ребенка прижаты ладонью взрослого в районе коленного сустава, другой рукой захватывается кисть ребенка и выполняется тяга вперед – вверх – стимулируется подъем-поворот головы с помощью бубна.

3	Движения руками лежа на спине с помощью бубна. Движения пальцами рук лежа на спине с мячом.	1	Принятие и.п. лежа на спине: синхронное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз Принятие и.п. лежа на спине: по очередное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз в руке бубен. Принятие и.п. лежа на спине: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание, сжимание мяча в руке. Принятие и.п. лежа на спине: круговое движение кистями, пальцы зажаты в кулак.
4	Движения плечами лежа на спине с зеркала. Закрепление движений руками, пальцами рук, плечами лежа на спине с мячом.	1	Принятие и.п. лежа на спине: синхронное поднимание плеч вверх, вниз. Принятие и.п. лежа на спине: по очередное поднимание плеч вверх, вниз. Принятие и.п. лежа на спине: синхронное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз Принятие и.п. лежа на спине: по очередное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз в руке бубен. Принятие и.п. лежа на спине: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание, сжимание мяча в руке. Принятие и.п. лежа на спине: круговое движение кистями, пальцы зажаты в кулак. Принятие и.п. лежа на спине: синхронное поднимание плеч вверх, вниз. Принятие и.п. лежа на спине: по очередное поднимание плеч вверх, вниз.
5	Движения туловища лежа на спине за счет тяги противоположной руки. Движения подъем туловища лежа на спине с помощью мяча.	1	Принятие и.п. лежа на спине: поворот туловища вправо, влево. Принятие и.п. то же, но взрослый оказывает ребенку помощь в выполнении поворота за счет тяги противоположной руки вбок по касательной. Принятие и.п. лежа на спине: подъем туловища вверх, вниз с помощью мяча. И.п. лежа на спине: взрослый выполняет тягу за руку в сторону поворота, другой рукой придерживает таз ребенка с последующим его отпуском.

6	<p>Закрепление движений туловищем лежа на спине. Движения полусогнутыми ногами лежа на спине</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на спине: поворот туловища вправо, влево.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: взрослый захватывает двумя руками голову ребенка и плавно поворачивает ее вокруг продольной оси туловища в сторону предполагаемого поворота – стимулируется последовательное включение в поворот плечевого пояса, туловища, таза и ног.</p> <p>Принятие и.п. то же, но взрослый оказывает ребенку помощь в выполнении поворота за счет тяги противоположной руки вбок по касательной.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: подъем туловища вверх, вниз.</p> <p>И.п. лежа на спине: взрослый выполняет тягу за руку в сторону поворота, другой рукой придерживает таз ребенка с последующим его отпуском.</p> <p>И.п. лежа на спине: круговые движения прямой или полусогнутой ногой в тазобедренном суставе (правую-по часовой стрелке, левую – против), другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе бедра.</p> <p>И.п. лежа на спине: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p>
---	--	---	--

7	<p>Поднимание и отведение ног лежа на спине.</p> <p>Отведение ног в сторону с увеличением амплитуды лежа на спине.</p> <p>Закрепление движений ногами лежа на спине.</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на спине: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременное поднимание двух ног вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: отведение в сторону прямой ноги, другая при этом также прямая и прижимается взрослым к полу.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременные разведения в стороны согнутых в коленных суставах ног, начиная с малой амплитуды и с дальнейшим ее увеличением.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: потряхивание по одной ноге ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременное потряхивание ног ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: отведение в сторону прямой ноги, другая при этом также прямая и прижимается взрослым к полу.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременные разведения в стороны согнутых в коленных суставах ног, начиная с малой амплитуды и с дальнейшим ее увеличением.</p>
8	<p>Сгибание и разгибание ног лежа на спине с помощью взрослого.</p> <p>Сгибание и разгибание ног в сторону лежа на спине «езда на велосипеде».</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременное сгибание ног к животу с последующим их разведением.</p> <p>То же, но сгибание –разгибание выполняется одной ногой, другая при этом выпрямлена и прижата к полу.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: сгибание ноги с последующим отведением ее в сторону вплоть до касания поверхности опоры, другая нога при этом выпрямлена и прижата к опоре.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременные противоположные сгибания-разгибания ног («езда на велосипеде»).</p>



9	Закрепление сгибания и разгибания ног в положении лежа на спине «езда на велосипеде». Изменение позы в положении лежа на спине с помощью бубна.	1	<p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременное сгибание ног к животу с последующим их разведением.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: сгибание ноги с последующим отведением ее в сторону вплоть до касания поверхности опоры, другая нога при этом выпрямлена и прижата к опоре.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременные противоположные сгибания-разгибания ног («езда на велосипеде»).</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременное поднимание двух ног вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и. п. лежа на спине: поворот на правый бок, потом поворот на живот.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: взрослый выводит согнутые в коленных суставах ноги в сторону предполагаемого поворота, придерживая при этом на мгновение плечи и голову с последующим их высвобождением для выполнения поворота.</p>
10	<p>Движения головой лежа на животе с помощью бубна.</p> <p>Движения подъема головы лежа на животе.</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на животе, голова повернута в одну из сторон: потряхиванием мяча со стороны затылка ребенка вызывать попытки самостоятельного поворота головы в сторону звукового раздражителя.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе, голова несколько выступает за край гимнастического мата - данное положение содействует подъему и стабилизации головы.</p>
11	<p>Выпрямление головы на руках у взрослого.</p> <p>Движения головой с помощью мяча лежа на животе.</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа животом на руках взрослого, ребенок приподнят в воздухе- это способствует подъему-выпрямлению головы.</p> <p>Принятие и.п.: то же, но при помощи покачивания ребенка с движением поочередно вверх-вниз ног и головы.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе, руки согнуты в локтевых суставах, плечи разведены: предлагая ребенку мяч для захвата двумя руками, стимулировать выведение прямых рук вперед с одновременным подъемом головы.</p>

12	Закрепление движений головой лежа на животе с помощью мяча. Движения руками лежа на животе с бубном.	1	Принятие и.п. лежа на животе, голова повернута в одну из сторон: потряхиванием погремушки со стороны затылка ребенка вызывать попытки самостоятельного поворота головы в сторону звукового раздражителя. Принятие и.п. лежа на животе, руки согнуты в локтевых суставах, плечи разведены: предлагая ребенку мяч для захвата двумя руками, стимулировать выведение прямых рук вперед с одновременным подъемом головы. Принятие и.п. лежа на животе: синхронное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз Принятие и.п. лежа на животе: по очередное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз
13	Движения пальцами рук лежа на животе с палкой. Движения плечами лежа на животе с палкой.	1	Принятие и.п. лежа на животе: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание. Принятие и.п. лежа на животе: круговое движение кистями, пальцы зажаты в кулак. Принятие и.п. лежа на животе: синхронное поднимание плеч вверх, вниз. Принятие и.п. лежа на животе: по очередное поднимание плеч вверх, вниз.
14	Закрепление движений руками, пальцами рук, плечами с палкой. Движения туловища лежа на животе.	1	Принятие и.п. лежа на животе: синхронное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз Принятие и.п. лежа на животе: по очередное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз Принятие и.п. лежа на животе: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание. Принятие и.п. лежа на животе: круговое движение кистями, пальцы зажаты в кулак. Принятие и.п. лежа на животе: синхронное поднимание плеч вверх, вниз. Принятие и.п. лежа на животе: по очередное поднимание плеч вверх, вниз. Принятие и.п. лежа на животе: поворот туловища вправо, влево.
15	Движение подъема туловища лежа на животе с мячом. Закрепление движений туловищем лежа на животе с мячом.	1	Принятие и.п. лежа на животе: подъем туловища вверх, вниз за мячом. Принятие и.п. лежа на животе: поворот туловища вправо, влево. Принятие и.п. лежа на животе: подъем туловища вверх, вниз.

16	<p>Движения ногами лежа на животе с увеличением темпа поднятия.</p> <p>Отведение ног в сторону лежа на животе по подражанию.</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на животе: потряхивание по одной ноге ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: одновременное потряхивание ног ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: увеличение темпа потряхивание по одной ноге ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: отведение в сторону прямой ноги, другая при этом также прямая и прижимается взрослым к полу.</p> <p>Принятие и.п. лежа на спине: одновременные разведения в стороны согнутых в коленных суставах ног, начиная с малой амплитуды и с дальнейшим ее увеличением</p>
17	<p>Сгибание и разгибание ног лежа на животе по подражанию.</p> <p>Сгибание и отведение ног в сторону лежа на животе с помощью взрослого.</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на животе: одновременное сгибание ног к ягодицам с последующим их разведением.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: сгибание ноги с последующим отведением ее в сторону, другая нога при этом выпрямлена и прижата к опоре.</p>
18	<p>Поднимание ног лежа на живот с последующим отведением по подражанию.</p> <p>Закрепление движения ногами с увеличением темпа и амплитуды по подражанию.</p>	1	<p>Принятие и.п. лежа на животе: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: одновременное поднимание двух ног вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: Потряхивание ног ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: одновременное сгибание ног к ягодицам с последующим их разведением.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: сгибание ноги с последующим отведением ее в сторону, другая нога при этом выпрямлена и прижата к опоре.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p> <p>Принятие и.п. лежа на животе: одновременное поднимание двух ног вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.</p>

19	Изменение позы в положении лежа на животе при помощи эластичного жгута по подражанию. Закрепление изменять позу в положении лежа на животе (с эластичным жгутом) по подражанию.	1	Принятие и. п. лежа на животе: поворот на левый бок, потом поворот на спину. Перевороты с живота на спину со связанными эластичным жгутом в районе лодыжек ногами. Принятие и. п. лежа на животе: поворот на левый бок, потом поворот на спину. Перевороты с живота на спину со связанными эластичным жгутом в районе лодыжек ногами.
20	Движения на низких четвереньках по подражанию. Передвижение на четвереньках по подражанию.	1	Принятие и.п. сидя на низких четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: тянемся вперед, вытягиваем позвоночник и возвращаемся в и.п. Принятие и.п. лежа животом на валике: взрослый пассивно разгибает голову ребенка, сгибает – разводит ноги – тяжесть тела переносится на тазовый пояс, руки при этом выполняют поддерживающую функцию. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: передвижение по кругу. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: передвижение по прямой вперед. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: передвижение по прямой назад.
21	Движения на четвереньках по подражанию. Движения наклонов туловища вперед на четвереньках по подражанию.	1	Принятие и.п. стоя на четвереньках, руками опираемся на пол: тянемся вперед, вытягиваем позвоночник, садимся на низкие четвереньки. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руками опираемся на пол: наклоняемся вперед с прогибом позвоночника руки сгибаем в локтях, руки выпрямляем наклоняемся вправо, затем это же только влево.
22	Закрепление движений на низких четвереньках и на четвереньках по подражанию. Умение держать голову в положении сидя с опорой на стул с мячом.	1	Принятие и.п. сидя на низких четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: тянемся вперед, вытягиваем позвоночник и возвращаемся в и.п. Принятие и.п. лежа животом на валике: взрослый пассивно разгибает голову ребенка, сгибает – разводит ноги – тяжесть тела переносится на тазовый пояс, руки при этом выполняют поддерживающую функцию. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: передвижение по кругу. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: передвижение по прямой вперед. Принятие и.п. стоя на четвереньках, руки согнуты в локтях с опорой на пол: передвижение

			<p>по прямой назад.</p> <p>Принятие и.п. стоя на четвереньках, руками опираемся на пол: тянемся вперед, вытягиваем позвоночник, садимся на низкие четвереньки.</p> <p>Принятие и.п. стоя на четвереньках, руками опираемся на пол: наклоняемся вперед с прогибом позвоночника руки сгибаем в локтях, руки выпрямляем наклоняемся вправо, затем это же только влево.</p> <p>Принятие и.п. сидя на полу: при помощи мяча стимулировать повороты глазами влево, вправо и подъем головы с помощью учителя.</p>
23	<p>Умение держать голову с мячом.</p> <p>Закрепление держать голову в положении сидя с опорой на стул с мячом.</p>	1	<p>Принятие и.п. сидя на полу: при помощи мяча стимулировать повороты головой влево-вправо, круговые движения по часовой стрелке и против, сгибание и разгибание головы.</p> <p>Принятие и.п. сидя на полу: при помощи мяча стимулировать повороты глазами влево, вправо и подъем головы с помощью учителя.</p> <p>Принятие и.п. сидя на полу: при помощи мяча стимулировать повороты головой влево-вправо, круговые движения по часовой стрелке и против, сгибание и разгибание головы.</p>
24	<p>Движения руками в положении сидя с опорой на стул по подражанию.</p> <p>Движения руками в положении сидя с опорой на стул по подражанию.</p>	1	<p>Принятие и.п. сидя у стула: синхронное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: по очередное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание.</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: круговое движение кистями, пальцы зажаты в кулак.</p>
25	<p>Движения плечами в положении сидя с опорой на стул по подражанию.</p> <p>Закрепление движения руками и плечами в положении сидя с опорой на стул по подражанию.</p>	1	<p>Принятие и.п. сидя на полу: поднимание плеч вверх, вниз.</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: синхронное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: по очередное отведение рук вперед, в стороны, вверх, вниз</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: сгибание/разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак/разгибание.</p> <p>Принятие и.п. сидя у стула: круговое движение кистями, пальцы зажаты в кулак.</p> <p>Принятие и.п. сидя на полу: поднимание плеч вверх, вниз.</p>

26	Движения ногами в положении сидя с опорой на стул по подражанию. Сгибание ног в положении сидя с опорой у стула по подражанию.	1	Принятие и.п. сидя у стула: потряхивание по одной ноге ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки. Принятие и.п. сидя у стула: одновременное потряхивание ног ребенка вверх-вниз, удерживая их за лодыжки. Принятие и.п. сидя с опорой на стул: одновременное сгибание ног к животу с последующим их разведением.
27	Сгибание ног с последующим отведением в сторону в положении сидя с опорой у стула по подражанию. Движения ногами в положении сидя с опорой на стул по подражанию.	1	Принятие и.п. сидя с опорой на стул: сгибание ноги с последующим отведением ее в сторону вплоть до касания поверхности опоры, другая нога при этом выпрямлена и прижата к опоре. Принятие и.п. сидя с опорой на стул: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена.
28	Закрепление движения ногами в положении сидя с опорой на стул по подражанию. Умение вставать с колен с помощью взрослого, мячом.	1	Принятие и.п. сидя с опорой на стул: отведение в сторону прямой ноги, другая при этом также прямая и прижимается взрослым к полу. Принятие и.п. сидя с опорой на стул: одновременное сгибание ног к животу с последующим их разведением. Принятие и.п. сидя с опорой на стул: сгибание ноги с последующим отведением ее в сторону вплоть до касания поверхности опоры, другая нога при этом выпрямлена и прижата к опоре. Принятие и.п. сидя с опорой на стул: поднимание ноги вперед – вверх с последующим отведением в сторону, другая нога при этом фиксируется рукой взрослого в районе колена. Принятие и.п. стоя на коленях: медленно встаем на ноги, тянемся за игрушкой.
29	Умение вставать с колен с опорой на стул, мячом. Закрепление подъема с колен, с мячом.	1	Принятие и.п. стоя на коленях: медленно встаем на ноги, тянемся за мячом. Принятие и.п. стоя на коленях: медленно встаем на ноги, тянемся за мячом.
30	Умение держать равновесие в положении стоя с помощью мяча. Умение держать равновесие в положении стоя с опорой на стул по подражанию.	1	Принятие и.п. стоя на двух ногах руки в стороны, в руках мяч. Принятие и.п. стоя на двух ногах руки в стороны.
31	Закрепление держать равновесие в положении стоя, палка Умение держать равновесие на правой ноге в положении стоя с помощью взрослого.	1	Принятие и.п. стоя на двух ногах руки в стороны. Принятие и.п. стоя на правой ноге руки в стороны, в руках палка.

32	Умение держать равновесие на левой ноге в положении стоя с помощью взрослого. Закрепление держать равновесие на одной ноге в положении стоя с помощью взрослого.	1	Принятие и.п. стоя на левой ноге руки в стороны, в руках палка. Принятие и.п. стоя на правой ноге руки в стороны, в руках палка. Принятие и.п. стоя на левой ноге руки в стороны. в руках палка.
33	Передвижение со страховкой учителя. Умение ходить по неровной поверхности со страховкой учителя.	1	Передвижение по ровной поверхности. Передвижение по массажному коврику.
34	Умение ходить со страховкой учителя. Закрепление ходить со страховкой учителя.	1	Передвижение с помощью учителя в разном направлении. Передвижение по ровной поверхности. Передвижение по массажному коврику.
Итого:		34	

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

Учебно-методические средства реализации программы направлены на обеспечение широкого, постоянного и устойчивого доступа для всех участников образовательного процесса к любой информации, связанной с реализацией данной программы, планируемыми результатами. К учебному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор учебных средств определяется задачами урока и курса в целом. Материально-техническое обеспечение соответствует особым образовательным потребностям обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (В2).

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
<b>1.</b>	<b>Основная литература для учителя</b>	
1.1.	Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1599	Д
1.2.	Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 г. № 1026	Д
<b>2.</b>	<b>Дополнительная литература для учителя</b>	
2.1.	Детский церебральный паралич / В.А. Бронников, А.В. Одинцова, Н.А. Абрамова, А.А. Наумов, О.К. Малышева. – Пермь: Здравствуй, 2000. -256 с. (В семье больной ребенок)	Д
2.2	Методика учебно-воспитательной работы в центре коррекционно-развивающего обучения и реабилитации: Учеб.-метод. пособие / М. Вентланд, С.Е. Гайдукевич, Т.В. Горудко и др.; Науч. Ред. С.Е. Гайдукевич. – Мн.: БГПУ, 2009. – 276 с., ил.	Д
2.3	Физическая реабилитация детей с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата / Под ред. Н. А. Гросс. – М.: Советский спорт, 2000. – 224 с.; ил.	Д
2.4	Миненкова, И.Н. Использование метода базальной стимуляции в коррекционно-педагогической работе с детьми с тяжёлыми и (или) множественными нарушениями психофизического развития / И.Н. Миненкова // Обу-	Д

	чение и воспитание детей в условиях центра коррекционно-развивающего обучения и реабилитации: учеб.-метод. Пособие / С.Е. Гайдукевич и др.; науч. Ред. С.Е. Гайдукевич. – Мн: УО «БГПУ им. М. Танка», 2007. – С. 69–74.	
2.5	Шапкова Л.В. Средства адаптивной физической культуры: Методические рекомендации по физкультурно-оздоровительным и развивающим занятиям детей с отклонениями в интеллектуальном развитии / Под ред. Проф. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт,	Д
<b>3.</b>	<b>Учебно-практическое оборудование</b>	
3.1.	Перекладина гимнастическая (пристеночная)	Д
<b>3.2</b>	Стенка гимнастическая	Д
3.3	Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)	Д
3.4	Лыжи разновысокие (с креплениями и палками)	Д
3.5	Мячи: набивные весом, малый мяч (мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные.	Д
3.6	Палка гимнастическая	Д
3.7	Песочные бутылки	Д
3.8	Скакалка	Д
3.9	Мат гимнастический	Д
3.10	Гимнастический подкидной мостик	Д
3.11	Кегли	Д
3.12	Обруч пластиковый, металлический	Д

Д – демонстрационный экземпляр (1экземпляр);

К – полный комплект (для каждого ученика);

Ф – комплект для фронтальной работы (не менее 1 экземпляра на 2 учеников);

П – комплект