

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
специальная общеобразовательная школа-интернат**

Рассмотрено:  
Педагогическим советом  
МБОУ СОШИ  
Протокол № 1  
от «31» августа 2022г.

Согласовано:  
зам. директора по УР  
Высотина О. Г.

Утверждено:  
Приказом МБОУ СОШИ  
от «31» августа 2022 г. № 183  
и.о. директора МБОУ СОШИ  
Щулькина С.Н.

**Рабочая программа  
учебного предмета  
«Адаптивная физкультура»  
для обучающихся с НОДА  
4-го года обучения (вариант IV)**

Составитель программы:  
Панкратова Е.В.

г. Кизел, 2022

## Содержание

1. Пояснительная записка	3
2. Общая характеристика учебного предмета	4
3. Место учебного предмета в учебном плане	6
4. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета	6
5. Содержание учебного предмета	9
6. Тематическое планирование учебного предмета	10
7. Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности	19

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Адаптивная физкультура» составлена в соответствии с ФГОС образования для умственно отсталых обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата (далее – НОДА) и предназначена для обучающихся 4-го года обучения (вариант 4). Данная рабочая программа разработана в соответствии со следующими документами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273;
- Приказ Минобрнауки России от 19 декабря 2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»
- Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата (вариант 6.4), одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15)
- Адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата (вариант 6.4) МБОУ СОШИ
- Учебный план МБОУ СОШИ
- Положение о порядке разработки и утверждения рабочих программ в МБОУ СОШИ.

### **Цели:**

Поддержание и развитие способностей к движению и функциональному использованию двигательных навыков; освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности.

### **Задачи программы:**

1. *Образовательные:* развитие двигательных функций (способности к самостоятельному передвижению), формирование фонда жизненно важных движений и игровой деятельности.

2. *Воспитательные:* общее развитие и предупреждение вторичных эмоциональных и поведенческих расстройств, преодоление страхов, воспитание настойчивости, смелости, позитивного отношения к себе и окружающим.

3. *Коррекционно-компенсаторные:* преодоление двигательных нарушений, нормализация мышечного тонуса.

4. *Лечебно-оздоровительные и профилактические:* сохранение здоровья, повышение физиологической активности органов и систем, профилактика осложняющих расстройств (стойких вегетативно-сосудистых и соматических нарушений).

5. *Развивающие*: повышение толерантности к нагрузке, развитие физических способностей, расширение объема мышечно-двигательных представлений и двигательной памяти.

## **1. Общая характеристика учебного предмета**

Адаптивная физическая культура занимает важное место не только среди учебных предметов, но и в жизни ребенка с тяжелыми комплексными нарушениями развития, поскольку обеспечивает овладение основными видами деятельности: игровой, учебной, социально-трудовой. В программе принцип коррекционной направленности обучения является ведущим.

Ведущей особенностью адаптивной физкультуры является использование в качестве корригирующего средства физических упражнений, которые оказывают разнообразное действие на коррекцию, компенсацию и нормализацию функций у обучающихся. Физические упражнения являются ведущим средством устранения нарушений физического и психического развития. Они вызывают улучшение кровообращения и дыхания, улучшают трофические процессы. Физические упражнения выполняются из различных исходных состояний, с тренировкой всех групп мышц.

Программа по учебному предмету «Адаптивная физкультура» направлена на формирование комплекса специальных знаний, жизненно и профессионально необходимых двигательных умений и навыков; на развитие широкого круга основных физических и специальных качеств, повышение функциональных возможностей обучающихся. На занятиях адаптивной физкультурой решаются оздоровительные, коррекционно-компенсаторные, образовательные и воспитательные задачи.

### ***Характеристика обучающихся***

Дети НОДА имеют тяжёлые опорно-двигательные нарушения неврологического генеза и, как следствие, полную или почти полную зависимость от посторонней помощи в передвижении, самообслуживании и предметной деятельности. Большинство детей этой группы не могут самостоятельно удерживать своё тело в сидячем положении. Спастичность конечностей часто осложнена гиперкинезами. Процесс общения затруднен в связи с несформированностью языковых средств и речемоторных функций порождения экспрессивной речи. Степень умственной отсталости колеблется от выраженной до глубокой.

Дети данной группы с менее выраженным интеллектуальным недоразвитием имеют предпосылки для формирования представлений, умений и навыков, значимых для социальной адаптации детей. Так, у большинства детей проявляется интерес к общению и взаимодействию, что позволяет обучать детей пользоваться невербальными средствами коммуникации (жесты, мимика, графические изображения и др.); наличие отдельных двигательных действий (захват, удержание предмета,

контролируемые движения шеи и др.), создаёт предпосылки для обучения детей выполнению доступных операций самообслуживания и предметно-практической деятельности. Обучение строится с учётом специфики развития каждого ребёнка.

Для детей с тяжелыми множественными нарушениями характерно сочетание нарушений опорно-двигательного аппарата различной степени тяжести с нарушениями интеллектуального развития, сенсорными нарушениями, расстройствами аутистического спектра и эмоционально-волевой сферы, выраженными в различной степени и сочетающимися в разных вариантах. У некоторых обучающихся выявляются соматические заболевания, которые значительно осложняют развитие и обучение. ТМНР представляет собой не сумму различных ограничений, а сложное переплетение между всеми нарушениями, составляющими ее структуру. Выявляется значительная неоднородность этой группы детей по количеству, характеру, выраженности различных первичных и последующих нарушений в развитии, специфики их сочетания. Уровень психофизического развития обучающихся с тяжелыми множественными нарушениями невозможно соотнести с какими-либо возрастными параметрами. Тяжелые органические нарушения, которые чаще всего являются причиной сочетанных нарушений, обуславливающих выраженные нарушения интеллекта, сенсорных функций, движения, поведения, коммуникации, в значительной мере препятствуют развитию самостоятельной жизнедеятельности ребенка в семье и обществе сверстников. Характер развития обучающихся данной группы зависит от ряда факторов: этиологии, патогенеза нарушений, времени возникновения и сроков выявления отклонений, характера и степени выраженности каждого из первичных расстройств, специфики их сочетания, а также от сроков и качества коррекционной помощи. В связи с выраженными нарушениями и (или) искажениями процессов познавательной деятельности, прежде всего: восприятия, мышления, внимания, памяти непродуктивными оказываются подходы, требующие от обучающегося абстрактного мышления, процессов анализа и синтеза.

Специфика эмоциональной сферы определяется ее неустойчивостью, часто гиперсензитивностью. В связи с неразвитостью волевых процессов, обучающиеся не способны произвольно регулировать свое эмоциональное состояние. Трудности в обучении вызываются недоразвитием мотивационно-потребностной сферы обучающихся. Интерес к какой-либо деятельности, если возникает, то, как правило, носит кратковременный, неустойчивый характер. В ряде случаев расстройства опорно-двигательной системы сопровождаются патологиями черепных нервов: атрофией зрительных нервов, косоглазием, нарушениями слуха и псевдобульбарными расстройствами. Большинство обучающихся данной группы имеют тяжелые дизартрические расстройства, что затрудняет понимание их речи, а у некоторых детей отмечается анартрия (отсутствие речи вследствие тяжелого

поражения мышц артикуляционного аппарата). Процесс общения затруднен в связи с несформированностью языковых средств и речемоторных функций.

### **3. Место учебного предмета в учебном плане**

В Учебном плане учебный предмет «Адаптивная физкультура» представлен с расчетом 2 часа в неделю, 68 часов в год, продолжительность учебного года 34 недели.

### **4. Личностные и предметные результаты освоения программы учебного предмета**

#### **Личностные результаты:**

1. Осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «Я».
2. Социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности, проявление собственных чувств.
3. Формирование умения поддерживать контакт, принимать помощь.
4. Проявление своих желаний, познавательной активности.
5. Проявление интереса к окружающему, реагирование на своё имя.

#### **Предметные результаты:**

1. *Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений:*
  - 1.1 освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в т. ч. с использованием технических средств);
  - 1.2 освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей;
  - 1.3 совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости;
2. *Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью:*
  - 2.1 умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения, др.
  3. Умение воспринимать тактильные, вестибулярные раздражители;
  4. Сохранение жизненно важных функций организма (дыхание, сердечно-сосудистая система, подвижность в суставах).
  5. Освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела.
    - 5.1. Контроль положения головы.
    - 5.2. Контроль тела в положении лежа, сидя, стоя.

- 5.3. Освоение (полное, частичное) двигательных переходов в горизонтальной, вертикальной плоскости.
- 5.4. Передвижение (перемещение) в пространстве без использования технических средств.
- 5.5. Передвижение (перемещение) в пространстве с использованием технических средств.
6. Освоение новых двигательных навыков, координации движений.
7. Мелкая и общая моторика.
  - 7.1. Умение подстраивать кисть под форму предмета.
  - 7.2. Умение обследовать предметы с помощью рук с различной помощью взрослого.
  - 7.3. Освоение функциональных действий руками (удерживать, отпускать, брать, отталкивать, тянуть предметы, опираться, использовать различные захваты, выполнять действие одной/двумя руками).
8. Самостоятельность в освоении и совершенствовании двигательных умений.
9. Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности (малоподвижные игры).

***Базовые учебные действия:***

*1. Создание благоприятной обстановки, способствующей формированию положительной мотивации и эмоциональному конструктивному взаимодействию с взрослыми и сверстниками:*

- спокойное пребывание в учебном помещении;
- принятие контакта, инициированного взрослым;
- установление контакта с педагогом и другими взрослыми, участвующими в организации учебного процесса;
- ориентирование в пространстве класса (зала, учебного помещения);
- соблюдение ритуалов школьного поведения.

*2. Формирование учебного поведения:*

- направленность взгляда на говорящего взрослого, на задание;
- подражание простым движениям и действиям с предметами;
- выполнение простых речевых инструкций: («Возьми», «Дай», «Сядь», «Встань», «Покажи», «Подними»);
- принятие помощи учителя;
- использование по назначению учебных материалов;
- сидение за столом в течение определенного периода времени.

*3. Формирование умения выполнять задания в соответствии с определенными характеристиками:*

- выполнение задания в течение определенного периода;
- выполнение задания полностью (от начала до конца);
- выполнение задания с заданными качественными параметрам

**Система контрольно-измерительных материалов освоения учебного предмета, система оценки достижений обучающегося**

**Средства мониторинга и оценка динамики обучения**

Показатели самостоятельности обучающегося (ПС)	Условные обозначения
<b>1. Пассивное участие.</b> Ребёнок не позволяет что-либо сделать с ним.	<b>0</b>
<b>2. Пассивное соучастие.</b> Действие выполняется взрослым, ребёнок позволяет что-либо сделать с ним.	<b>1</b>
<b>3. Активное участие.</b> Действие выполняется ребёнком:	
- со значительной помощью взрослого	<b>2</b>
- с частичной помощью взрослого	<b>3</b>
- с минимальной помощью	<b>4</b>
- полностью самостоятельно	<b>5</b>

**Оценка результативности освоения программы по учебному предмету  
«Адаптивная физкультура»**

Содержание	1 полугодие	2 полугодие
<b>1. Удержание головы</b>		
• Умение поднимать голову в положении, лёжа на спине		
• Умение поднимать голову в положении, лёжа на животе		
• Умение удерживать голову в течение 5 с. в положении лёжа на спине		
• Умение удерживать голову в течение 5 с. в положении, лёжа на животе		
<b>2. Повороты туловища</b>		
• Умение выполнять повороты на правый/ левый бок		
• Умение поворачиваться на живот из положения, лёжа на спине.		
• Умение поворачиваться на живот из положения, лёжа на животе.		
<b>3. Ползание на четвереньках</b>		
• Умение опираться на предплечья в положении лежа на животе		
• Умение сгибать ноги в коленях в положении лёжа на животе		



<b>4. Сидение</b>		
• Умение поднимать верхнюю часть туловища, лёжа на спине		
• Умение удерживать позу в положении сидя		
<b>5. Стояние</b>		
• Умение опираться на стопы в положении лёжа (стоя)		
• Умение выполнять произвольные движения ногами		
• Умение вставать на колени		
<b>6. Ходьба</b>		
• Умение поднимать и опускать ноги.		
• Умение выполнять движения ногами, имитируя ходьбу на месте		

## 5. Содержание учебного предмета

Учебный предмет «Адаптивная физкультура» представлен следующими разделами:

**Раздел 1** «Общеразвивающие упражнения» включает общеразвивающие и корригирующие упражнения.

**Раздел 2** «Подвижные игры» включает элементы спортивных игр и спортивных упражнений, малоподвижные игры. Основными задачами являются формирование умения взаимодействовать в процессе игры, соблюдать правила игры.

### Содержание учебного предмета

№	Название раздела	Кол-во часов
1.	Общеразвивающие упражнения	59
2.	Подвижные игры	9
	Итого:	68

## 6. Тематическое планирование по учебному предмету «Адаптивная физкультура»

№	Тема	Задачи
<b>Общеразвивающие упражнения</b>		
1	Строение тела. Голова.	1. Повторить строение головы: лицо, затылок, лоб, подбородок, шея. Учить приёмам самомассажа. 2. Установить зрительный контакт с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя приём «рука-в-руке».
2	Упражнение «Любопытная Варвара».	1. Учить выполнять движения головой вправо, влево в положении лёжа, сидя. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
3	Упражнение «Дятел».	1. Учить выполнять движения головой вверх, вниз в положении лёжа, сидя. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
4	Строение тела. Туловище.	1. Повторить строение туловища: спина, грудь, живот, бок. Учить приёмам самомассажа, выполняя поглаживание частей тела. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
5	Упражнение «Ванька - Встанька».	1. Учить выполнять наклоны туловища вперёд, назад, укреплять мышцы спины. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
6	Упражнение «Влево - вправо».	1. Учить выполнять наклоны туловища вправо, влево, укреплять мышцы спины. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
7	Упражнение «Листопад».	1. Учить правильному вдоху и выдоху. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
8	Строение тела. Руки.	1. Повторить строение рук: плечо, локоть, кисть, пальцы. Учить приёмам самомассажа, выполняя поглаживание частей рук.

		2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
9	Упражнение «Вверх - вниз».	1. Учить выполнять движения руками вверх, вниз. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
10	Упражнение «Вперёд - назад».	1. Учить выполнять движения руками вперёд, назад . 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
11	Упражнение «Повороты в сторону»	1. Учить выполнять повороты, движения руками в стороны. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
12	Строение тела. Ноги.	1. Познакомить со строением ног: бедро, колено, стопа, пальцы. Учить приемам самомассажа, выполняя поглаживание частей ног. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
13	Упражнение «Махи ногой».	1. Учить поочередно поднимать ноги вверх. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
14	Упражнение «Покажи ножку».	1. Учить поочередно отводить ноги в сторону. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
15	Упражнение «Кузнечик».	1. Учить сгибать ноги в коленях и подтягивать их к груди, растягивая мышцы спины. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
<b>Подвижные игры</b>		
16	Игра «Силач».	1.Развивать силу рук, учить сжимать мячик одной и двумя руками. 2.Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на

		предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
17	Игра «Подними гантели»	1. Развивать силу рук, учить согласованности действий. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
18	Игра «Сожми мяч»	1. Развивать силу рук, учить сжимать мячик одной и двумя руками. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
19	Игра «Солнышко».	1. Развивать воображение, формировать положительные эмоции, способствовать снятию мышечного напряжения. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
20	Игра «Прокати мяч».	1. Учить катать мяч. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
21	Игра «Шишка».	1. Развивать движения рук, учить перекладывать предмет из руки в руку. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
<b>Общеразвивающие упражнения</b>		
22	Упражнение «Посмотри на игрушку».	1. Учить выполнять движения головой вправо, влево, прослеживая взглядом за предметом. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
23	Упражнение «Кораблик».	1. Укреплять мышцы спины, учить заводить руки за спину поочередно и вместе. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
24	Упражнение «Незнайка».	1. Учить поднимать плечи вверх и опускать их вниз. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».

25	Упражнение «Кто сильнее?».	1. Учить сгибать и разгибать руки в локтевых суставах. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
26	Упражнение «Скользящие шаги».	1. Учить сгибать и разгибать ноги в положении лёжа на спине, скользя по поверхности стопой. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
27	Упражнение «Зашагали ножки».	1. Учить выполнять шаговые движения согнутыми в коленях ногами. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
28	Упражнение «Подтяни и удержи».	1. Учить подтягивать ноги к животу и удерживать их в этом положении. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
29	Упражнение «Космонавт».	1. Учить сохранять равновесие на мягких модулях. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
30	Упражнение «Зайка серый умывается».	1. Учить выполнять движения руками согласно тексту, развивать координацию движений. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
31	Упражнение «Снегопад».	1. Учить правильному вдоху и выдоху. Учить сдувать комочки ваты с ладони. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
32	Упражнение «Фонарики».	1. Учить сжимать и расжимать пальцы рук на счёт, выполнять движения в лучезапястном суставе вправо, влево. Развивать ритмичность движений. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
33	Упражнение «Ладушки».	1. Учить хлопать в ладоши, развивать мелкую моторику. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на

		предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
<b>Подвижные игры</b>		
34	Игра «Мяч друг другу».	1. Учить передавать мяч друг другу, развивать координацию и точность движений. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
35	Игра «Самый сильный».	1. Учить перекладывать мешочек с песком с одного круга в другой. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
<b>Общеразвивающие упражнения</b>		
36	Упражнение «Где мишка?».	1. Учить выполнять движения головой вверх, вниз, используя предмет. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
37	Упражнение «Достань до носочка».	1. Учить дотягиваться до носочков из положения сидя (лёжа), растягивая мышцы спины. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
38	Упражнение «Ровная спинка».	1. Учить поднимать и опускать гимнастическую палку, укреплять мышцы спины. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
39	Упражнение «Ладонка».	1. Учить движениям в лучезапястных суставах, поворачивая ладони вверх, вниз. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
40	Упражнение «Кулачок».	1. Учить движениям пальцами рук, сжимая и разжимая кулачок. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
41	Упражнение «Болтушка».	1. Учить раскачивать ноги в положении сидя. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на

		предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
42	Упражнение «Не урони».	1. Учить зажимать игрушку ступнями и поднимать её вверх. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
43	Упражнение «Весёлые коленки».	1. Учить разводить и сводить ноги, согнутые в коленях. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
44	Упражнение «Погладим ножку».	1. Учить поглаживать одну ножку другой, укреплять свод стопы. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
45	Упражнение «На волнах».	1. Учить сохранять устойчивое положение, используя фитбол. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
46	Упражнение «Сердитый ёжик».	1. Учить длительному выдоху – фыркать как ёжик. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
47	Упражнение «Морская звезда».	1. Учить разводить руки и ноги в стороны, развивать координацию движений. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
48	Игра «Продвинь дальше».	1. Учить прокатывать мяч вперёд, назад. Развивать координацию движений. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
49	Игра «Покатай ножкой».	1. Учить прокатывать мяч стопами, укреплять своды стоп. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
50	Упражнение «Умелые пальчики».	1. Учить соединять пальцы обеих рук вместе и поочерёдно, развивать мелкую моторику. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».

51	Упражнение «Надави на мяч».	1. Учить надавливать на мяч одной и двумя руками. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
52	Упражнение «Ловкие ножки».	1. Учить ставить ноги на предмет, рядом с предметом. Развивать ориентировку в пространстве. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
53	Упражнение «Далеко - близко».	1. Учить определять местоположение предметов в пространстве. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
54	Упражнение «Подними мяч».	1. Учить поднимать мяч, разный по величине, над головой. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
55	Упражнение «Потягивание».	1. Учить тянуться за рукой вверх, за пяткой ноги вниз. Укреплять мышечный корсет позвоночника 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
56	Упражнение «Кач – кач».	1. Учить выполнять движения в голеностопных суставах вперед, назад, вправо, влево. Укреплять связочно – мышечный аппарат стопы, увеличивать амплитуду движений в суставах. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить фиксировать взгляд на предмете, картинке. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
57	Упражнение «Качалочка».	1. Учить группироваться в положении лёжа, развивать подвижность позвоночника. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
58	Упражнение «Самолёт».	1. Учить выполнять движения руками в стороны. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».



59	Упражнение «Захвати».	1. Учить захватывать предметы ладонью и пальцами рук. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
60	Упражнение «Посиделки».	1. Учить перекрещивать ноги. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
61	Упражнение «Гусёнок».	1. Учить сгибать ногу в колене, лёжа на боку и выносить её вперёд. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
62	Упражнение «Бабочка».	1. Учить правильному дыханию, учить дуть на бабочку. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
63	Упражнение «Загораем».	1. Учить поочерёдно сгибать ноги в коленях в положении лежа на животе. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
64	Упражнение «Лягушка».	1. Учить растягивать мышцы ног, разводя их, согнув в коленях. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
65	Упражнение «Пальчики клюют».	1. Учить постукивать пальчиками по поверхности, предмету. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
66	Упражнение «Умей расслабиться».	1. Учить напрягать и расслаблять мышцы рук и ног. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
67	Упражнение «Поиграй с ёжиком».	1. Учить ориентироваться в пространстве, используя игрушку. 2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
<b>Подвижные игры</b>		
68	Игра «Весёлые мячи».	1. Учить складывать мячи в корзину.

		2. Установление зрительного контакта с учителем. Учить выполнять действия, используя прием «рука в руке».
<b>Итого 68 часов</b>		

## **7. Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности**

- Технические средства реабилитации (кресла-коляски, ходунки, вертикализаторы);
- мягкие формы и приспособления для придания положения лежа, сидя, стоя;
- гимнастические мячи различного диаметра;
- гимнастические палки;
- валики различной величины;
- мешочки с грузом;
- коврики;
- погремушки;
- сухой бассейн;
- дидактический материал (фото, картинки);
- кегли;
- следовые дорожки;
- обручи;
- корзины