

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 16

ПРИНЯТО:

Решение методического объединения
учителей начальных классов
Руководитель ШМО Л.В. /Леонкина А.В./
Протокол от «28» августа 2024 г. № 1

СОГЛАСОВАНО:

Зам. директора по УВР
МАОУ СОШ №16
О.Г. /Алексеева О.Г./
«29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО:

Директором
МАОУ СОШ №16
О.В. /Кнор О.В./
Приказ от «30» августа 2024 г.
№ 227 - д



ПРИЛОЖЕНИЕ

к адаптированной основной образовательной программе начального общего образования
для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

коррекционного курса «Двигательная коррекция»
адаптированной основной общеобразовательной программы
начального общего образования
для обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата
(вариант 6.1)

Разработчик программы:

Кашкина О.Ю., учитель начальной школы

ГО Карпинск, 2024 г.

Пояснительная записка

Разработка и утверждение рабочих программ относятся к компетенции образовательного учреждения (п. 5 ст. 12 Федерального закона № 273 от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации»). Локальный нормативный акт «Положение о рабочей программе МАОУ СОШ №16» регламентирует структуру и содержание рабочей программы, определяет правила, нормы, объективно отражающие требования к рабочим программам. «Положение о рабочей программе МАОУ СОШ №16» регулирует оформление, структуру, порядок разработки, утверждения и хранения рабочих программ по дисциплинам и курсам учебного плана. Структура рабочей программы определяется настоящим Положением с учетом требований ФГОС общего образования и локальных нормативных актов МАОУ СОШ №16.

Рабочие программы направлены на достижение планируемых предметных результатов освоения обучающимися программы общего образования, а также планируемых результатов междисциплинарных учебных программ по формированию универсальных учебных действий (личностных универсальных учебных действий, регулятивных универсальных учебных действий, коммуникативных универсальных учебных действий, познавательных универсальных учебных действий), по формированию ИКТ-компетентности обучающихся, основ учебно-исследовательской и проектной деятельности, функциональной грамотности.

Рабочие программы учебных предметов разрабатываются учителем на основе требований к планируемым образовательным результатам освоения основной образовательной программы (целевой раздел ООП) и ее компонента – программы развития универсальных учебных действий (содержательный раздел ООП). При разработке рабочей программы учитель использует примерную и авторскую программы по учебному предмету.

НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ ДОКУМЕНТЫ

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (Зарегистрирован 05.07.2021 № 64100);

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (зарегистрирован Минюстом России 3 февраля 2015 г., регистрационный № 35847);

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2022 г. № 874 «Об утверждении Порядка разработки и утверждения федеральных основных общеобразовательных программ» (зарегистрирован Минюстом России 2 ноября 2022 г., регистрационный № 70809);

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. № 1022 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (зарегистрирован Минюстом России 27 января 2023 г., регистрационный № 72149)

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. № 1023 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (зарегистрирован Минюстом России 21 марта 2023 г., регистрационный № 72654)

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. № 1025 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (зарегистрирован Минюстом России 21 марта 2023 г., регистрационный № 72653)

Приказ Министерства просвещения РФ от 02.08.2022 № 653 «Об утверждении федерального перечня электронных образовательных ресурсов, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ НОО, ООО, СОО» (Зарегистрирован 29.08.2022 № 69822)

Адаптированная основная образовательная программа начального общего образования МАОУ СОШ №16 для обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата (протокол педагогического совета от 30.08.2023 г. № 1, приказ директора от 01.09.2023 г. № 237-д), далее – АООП НОО;

Учебный план НОО МАОУ СОШ №16 на учебный год, далее – УП;

Учебно-методический комплекс МАОУ СОШ №16, далее – УМК.

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций человека. У большинства детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся. Поэтому работа по поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков является целью данного коррекционного курса.

Обучающиеся с нарушениями опорно-двигательного аппарата и задержкой психического развития отличаются не только замедленным темпом психомоторного развития, но и явными нарушениями физического статуса. Степень тяжести этих нарушений усугубляется общим недоразвитием двигательного опыта, бедной организацией произвольных движений, скованностью и напряженностью мышечного тонуса.

Физическое сопровождение включает в себя: правильно организованное рабочее место, индивидуальный ортопедический режим, использование техник и приемов перемещения.

Цель: Обеспечение коррекции индивидуальных двигательных нарушений в зависимости от тяжести поражения ОДА. Развитие мелкой моторики и коррекция ее нарушений. Развитие двигательной активности.

Задачи:

Поддержание жизненно-важных функций организма (дыхание, работа сердечно-сосудистой системы, мышечной и других физиологических систем)

Улучшение качества имеющихся движений, предупреждение их нарушений

Стимуляция появления новых движений

Обучение переходу из одной позы в другую

Обучение способам передвижения

Развитие и закрепление жизненно-важных навыков, необходимых для использования в повседневной жизни

Мотивация двигательной активности

Развитие моторной ловкости

Развитие функции руки, в том числе мелкой моторики

Формирование ориентировки в пространстве

Получение нового сенсомоторного опыта

Принципы составления программы

Организация и методика занятий «Двигательная коррекция» строятся преимущественно на общедидактических принципах, к основным из которых следует отнести принципы:

– научности, предполагающий построение занятий на основе достижений науки, методологии и проблем АФК, биологических и психологических закономерностей функционирования организма человека с патологическими нарушениями, а также теории и практики педагогики, физической культуры, медицины и т. д.;

– сознательности и активности, направленный на формирование у занимающихся осознанного, активного отношения к занятиям физическими упражнениями, опирающегося на глубокое убеждение в первостепенном значении физических упражнений для здоровья и развития личности;

– доступности, предполагающий выбор средств, методов, методических приемов, сбалансированных психофизических нагрузок, соответствующих индивидуальным особенностям занимающегося и его функциональному состоянию;

– систематичности и последовательности, означающий не только систематичность занятий физическими упражнениями, но и таким образом организованный учебно-воспитательный процесс, в котором преподавание и освоение учебного материала идет в определенном порядке и подчинено соответствующей системе;

– диагностирования, предполагающий первостепенный учет специфики основного дефекта занимающегося (структуры, времени поражения, медицинского прогноза и др.) и противопоказаний к применению средств физической культуры;

– компенсаторной направленности заключается в том, чтобы подбором специальных физических упражнений, методов и методических приемов стимулировать компенсаторные процессы в поврежденных органах и системах, создавая со временем устойчивую долговременную компенсацию;

– коррекционно-развивающей направленности, предполагающий, что педагогическое воздействие должно быть направлено не только на преодоление, сглаживание физических и психических нарушений занимающихся, но и на активное развитие их познавательной деятельности, психических процессов, физических способностей и нравственных качеств;

– вариативности направлен на использование бесконечного многообразия и возможностей двигательной активности.

Общая характеристика коррекционного курса «Двигательная коррекция»

Целенаправленное двигательное развитие в рамках курса происходит на специально организованных занятиях, проводимых учителями адаптивной физкультуры. **Двигательная коррекция** – метод, позволяющий наверстать когда-то упущенное в двигательном развитии, разбить неправильно сложившиеся двигательные стереотипы, сформировать недостающие связи.

Этот метод также позволяет воздействовать на те функции, которые так или иначе связаны с движением и в условиях его недостаточности не имели возможности правильно сформироваться. При разработке программы учитывался контингент обучающихся: дети с нарушениями опорнодвигательного аппарата в сочетании с задержкой психического развития, имеющие речевые нарушения и нарушения сенсорной сферы. Коррекционная направленность реализации программы обеспечивается через использование в образовательном процессе специальных методов и приемов, создание специальных условий, предполагающих включение различных анализаторов процессе двигательной коррекции, смену видов деятельности, исходя из индивидуальных психофизиологических особенностей и уровня работоспособности обучающихся, деятельностный подход в процессе усвоения учебного материала.

Коррекционно-образовательная работа с детьми проводится в соответствии с уровнем развития. В начале и в конце учебного года проводится диагностика уровня сформированности двигательной сферы всех детей, которое осуществляется в течение сентября. Текущий контроль динамики развития детей проводится учителем АФК.

При разработке программы осуществлялся упор как на *общепедагогические* (индивидуальный, деятельностный, системный), так и на *специфические подходы*:

- социокультурный (то, что принято в культуре данного социума);
- прагматический (создание необходимых условий, при которых ребенок захочет вступить во взаимодействие, при условии, что в его репертуаре имеются приемлемые способы общения);
- ситуативный (использование имеющихся естественных ситуаций или создание специальных ситуаций, стимулирующих двигательную активность);
- инструментальный (использование технических средств реабилитации, тренажеров)

Адресатом программы являются обучающиеся, для которых формирование и поддержание двигательной активности является актуальной в плане формирования жизненных компетенций, обеспечения безопасности, сохранения имеющихся двигательных функций. В зависимости от специфики моторных, психофизиологических нарушений обучающихся класса, учитель формирует индивидуально ориентированные комплексы упражнений, утвержденные врачом-неврологом, курирующим образовательное учреждение.

Противопоказания к занятиям коррекционного курса «Двигательная коррекция»:

- острые инфекционные и воспалительные заболевания с высокой температурой тела и общей интоксикацией
- острый период заболевания и его прогрессирующее течение
- болезни, сопровождающиеся возможностью кровотечения
- период судорожной готовности
- значительно выраженный болевой синдром

Описание места коррекционного курса «Двигательная коррекция» в учебном плане.

Наполняемость групп определяется в соответствии с уставом учреждения, санитарногигиеническими требованиями к данному виду деятельности.

Срок реализации программы – 5 лет. Занятия по Двигательной коррекции проводятся 1 раз в неделю, 33-34 часа в год. Ориентировочная продолжительность занятия 20 минут. Учебный материал носит вариативный характер и подбирается педагогом самостоятельно в зависимости от уровня развития каждого ребенка.

Описание ценностных ориентиров содержания коррекционного курса

«Двигательная коррекция»:

- формирование индивидуально-личностных качеств, обучающихся;
- развитие самостоятельности, инициативы и ответственности;
- овладение навыками самообслуживания;
- дифференциация и осмысление картины мира;
- формирование умения учиться и способности к организации своей деятельности (планированию, контролю, оценке);
- развитие познавательных интересов, инициативы и любознательности, мотивов познания и творчества.
- формирования самоуважения и эмоционально-положительного отношения к себе

Каждое занятие коррекционного курса «Двигательная коррекция» имеет чётко организованную структуру, необходимыми компонентами которой является:

1. подготовка к занятию (достать физкультурную форму, самостоятельное переодевание или использование помощи сопровождающего в необходимом объёме)
2. перемещение к месту проведения занятий
3. дыхательные упражнения
4. формирование жизненно важных функций
5. упражнения, направленные на развитие функций рук
6. подвижные игры
7. релаксация; упражнения, направленные на саморегуляцию.

Планируемые результаты освоения коррекционного курса

«Двигательная коррекция».

Личностные

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности определённому полу, осознание себя как «Я»;
- социально – эмоциональное участие в процессе общения и деятельности;
- формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей.
- формирование этических чувств доброжелательности и эмоционально – нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

- развитие музыкально – эстетического чувства, проявляющего себя в эмоционально – ценностном отношении к искусству, понимании его функций в жизни человека и общества.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по ритмике являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий ритмикой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; – планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные

1 класс

- развитие слуховых восприятий;
- развитие двигательных восприятий;
- развитие танцевальных умений; - готовиться к занятиям;
- строиться в колонну по одному;
- находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу;
- ходить по кругу;
- выполнять несложные движения руками и ногами.

- развитие навыка игры на доступных музыкальных инструментах; - выполнять несложные движения руками и ногами.

2 класс

- готовиться к занятиям;
- строиться в колонну по одному;
- находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя;
- занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения; - выполнять игровые и плясовые движения.

3 класс

- принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; - организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений; руководствуясь музыкой.

4 класс

- соблюдать правильную дистанцию в колонне;

- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;
- четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски.

Содержание коррекционного курса «Двигательная коррекция»

Программа состоит из следующих разделов: «Обеспечение безопасности при перемещении, смены позы», «Обучение перемещению, переходу из одной позы в другую» (в том числе с помощью технических средств реабилитации), «Обучение движениям, необходимым при самообслуживании» (одевание-раздевание, работа с различными застежками, шнуровками, замками, захваты) «Обучение двигательным навыкам», «Развитие физических способностей», «Функция руки», «Подвижные игры».

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся.

1 класс

№ п/п	Наименование тем	Основные виды учебной деятельности обучающихся	Количество часов
1.	Правила безопасного перемещения, смены поз.	Правила безопасного перемещения, смены поз.	1
2.	Обучение перемещению.	Перемещение к месту проведения занятий. 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).	1
3.	Обучение переходу из одной позы в другую.	Ориентация в схеме тела, представление о собственном теле.	1
4.	Формирование навыков самообслуживания.	Одевание-раздевание, работа с различными застежками, шнуровками, замками, захваты.	1
5.	Формирование навыков самообслуживания. Одевание-раздевание.	Работа с различными застежками, шнуровками, замками, захваты.	1
6.	Обучение двигательным навыкам.	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»	1

		движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки). Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые».	
7.	Упражнения, направленные на саморегуляцию.	Выполнение движений пальцами рук: сгибание разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак разгибание. Выполнение движений плечами.	1
8.	Обучение двигательным навыкам. Выполнение движений головой.	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). Следить за полетом бабочки выполняя поворот головы	1
9.	Обучение двигательным навыкам. Выполнение движений плечами.	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). Следить за полетом бабочки выполняя поворот головы	1
10.	Обучение двигательным навыкам. Движения руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые».	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые».	1
11.	Обучение двигательным навыкам. Выполнение движений в соответствии с потешкой «Ладушки-ладушки».	Выполнение движения в соответствии с потешкой, показывать ушки, ладошки. Слушать музыку «Ладушки – ладушки», «Сорока белобока».	1
12.	Обучение двигательным навыкам. Выполнение движений в соответствии с потешкой «Сорока белобока».	Выполнение движения в соответствии с потешкой, показывать ушки, ладошки. Слушать музыку «Ладушки – ладушки», «Сорока белобока».	1
13.	Развитие физических способностей.	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).	1
14.	Дыхательные упражнения, релаксация.	Дыхательные упражнения под музыку, релаксация. Вставание на колени из положения «сидя на пятках». Стояние на коленях. Ходьба на коленях. Вставание из положения «стоя на коленях».	1

15.	Дыхательные упражнения под музыку, релаксация.	Выполнять простейшие дыхательные упражнения без сочетания с физическими упражнениями. Вставание на колени из положения «сидя на пятках». Стояние на коленях. Ходьба на коленях. Вставание из положения «стоя на коленях».	1
16.	Развитие физических способностей. Выполнение движений ногами.	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	1
17.	Развитие физических способностей. Дыхательные упражнения.	Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Переход из одной позы в другую (из положения стоя в положение сидя, в положение лёжа).	1
18.	Развитие физических способностей. Изменение позы в положении стоя.	Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Переход из одной позы в другую (из положения стоя в положение сидя, в положение лёжа).	1
19.	Развитие физических способностей. Переход из одной позы в другую.	Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Переход из одной позы в другую (из положения стоя в положение сидя, в положение лёжа).	1
20.	Развитие физических способностей. Упражнение «Змея», «Ящерица», «Кошка».	Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках). Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине». Упражнение «Змея», «Ящерица», «Кошка».	1
21.	Развитие физических способностей. Упражнение «Змея».	Выполнять простейшие дыхательные упражнения без сочетания с физическими упражнениями. Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках). Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине». Упражнение «Змея», «Ящерица», «Кошка».	1
22.	Развитие физических способностей. Упражнение «Ящерица».	Дыхательные упражнения, релаксация. Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках). Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине». Упражнение «Змея», «Ящерица», «Кошка».	1
23.	Развитие физических способностей. Упражнение «Кошка».	Выполнять простейшие дыхательные упражнения без сочетания с физическими упражнениями. Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках). Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине». Упражнение «Змея», «Ящерица», «Кошка».	1
24.	Развитие физических способностей. Вставание	Дыхательные упражнения, релаксация. Вставание на колени из положения «сидя на	1

	на колени из положения «сидя на пятках».	пятках». Стояние на коленях. Вставание из положения «стоя на коленях». Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	
25.	Развитие физических способностей. Ходьба на коленях.	Дыхательные упражнения, релаксация. Вставание на колени из положения «сидя на пятках». Стояние на коленях. Ходьба на коленях. Вставание из положения «стоя на коленях». Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	1
26.	Упражнения в движении под музыку.	Выполнение движений в такт музыки. Движение головой, руками, туловищем, ногами.	1
27.	Упражнения с предметами в движении под музыку.	Выполнение движений в такт музыки. Движение головой, руками, туловищем, ногами.	1
28.	Развитие функции руки. Пальчиковые игры «Веселая семейка», «Лошадки».	Упражнения, направленные на развитие функций рук. Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев. Выполнять простейшие дыхательные упражнения без сочетания с физическими упражнениями. Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами.	1
29	Упражнения с мячами – ёжиками. Игра «Прокати мяч».	Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами. Развить тонкие, дифференцированные движения пальцами рук. Перекладывание мяча из руки в руку, катание мяча.	1
30.	Подвижные игры, двигательная активность.	Бросать мяч, прокатывать мяч по дорожке. Выполнять действия в соответствии с правилами игры.	1
31.	Подвижные игры на сохранение правильной осанки: «Море волнуется», «Совушка - Сова».	Бросать мяч, прокатывать мяч по дорожке. Выполнять действия в соответствии с правилами игры «Море волнуется», «Совушка-Сова».	1
32.	Игры «Гуси-гуси».	Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила. Выполнять действия в соответствии с правилами игры. Проявлять двигательное воображение, имитирует походку гусей и т.д.	1
33.	Игра «У медведя во бору».	Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила. Выполнять действия в соответствии с правилами игры. Проявлять двигательное воображение, имитирует походку медведя.	1
	Итого		33

2класс

№ п/п	Наименование тем	Основные виды учебной деятельности обучающихся	Количество часов
1.	Правила безопасного перемещения, смены поз.	Правила безопасного перемещения, смены поз.	1
2.	Ходьба по ровной горизонтальной поверхности.	Обучение перемещению. Перемещение к месту проведения занятий. Ходьба по ровной горизонтальной поверхности с опорой и без опоры.	1
3.	Ходьба по наклонной поверхности, по лестнице.	Ходьба по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры), по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры).	1
4.	Обучение движениям, необходимым при самообслуживании.	Обучение переходу из одной позы в другую. Ориентация в схеме тела, представление о собственном теле.	1
5.	Обучение движениям, необходимым при самообслуживании.	Обучение переходу из одной позы в другую. Ориентация в схеме тела, представление о собственном теле.	1
6.	Одевание-раздевание.	Формирование навыков самообслуживания. Игра «Кто быстрее снимет обувь», игра «Застегни пуговицу».	1
7.	Одевание-раздевание. Работа с различными застежками, шнуровками, замками, захваты.	Формирование жизненно важных функций. Обучение движениям, необходимым при самообслуживании.	1
8.	Общеразвивающие упражнения для всех групп мышц.	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). Следить за полетом бабочки выполняя поворот головы	1
9.	Общеразвивающие упражнения для всех групп мышц. Выполнение движений головой.	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). Следить за полетом бабочки выполняя поворот головы	1
10.	Общеразвивающие упражнения для всех групп мышц. Движения руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые».	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые».	1
11.	Обучение двигательным навыкам. Пальчиковые игры «Ладушки-ладушки», «Сорока белобока».	Выполнение движения в соответствии с потешкой, показывать ушки, ладошки. Слушать музыку «Ладушки – ладушки», «Сорока белобока».	1

12.	Обучение двигательным навыкам. 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). Следить за полетом бабочки выполняя поворот головы	1
13.	Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину.	Развитие физических способностей. Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево).	1
14.	Стояние на коленях. Ходьба на коленях.	Дыхательные упражнения под музыку, релаксация. Вставание на колени из положения «сидя на пятках». Стояние на коленях. Ходьба на коленях. Вставание из положения «стоя на коленях».	1
15.	Вставание из положения «стоя на коленях».	Выполнять простейшие дыхательные упражнения без сочетания с физическими упражнениями. Вставание на колени из положения «сидя на пятках». Стояние на коленях. Ходьба на коленях.	1
16.	Упражнения в положении лежа, сидя, стоя.	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).	1
17.	Упражнения стоя и стоя на четвереньках.	Переход из одной позы в другую (из положения стоя в положение сидя, в положение лёжа). Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках).	1
18.	Развитие физических способностей. Изменение позы в положении сидя: поворот, наклон.	Дыхательные упражнения, релаксация. 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).	1
19.	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	Стояние на коленях. Ходьба на коленях. Вставание из положения «стоя на коленях». Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	1
20.	Вставание на колени из положения «сидя на пятках».	Стояние на коленях. Ходьба на коленях. Вставание из положения «стоя на коленях». Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	1

21.	Укрепление мышц спины. Игровые упражнения на формировании правильной осанки: «Делай как я».	Развитие физических способностей. Дыхательные упражнения, релаксация. Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Переход из одной позы в другую (из положения стоя в положение сидя, в положение лёжа).	1
22.	Укрепление мышц спины. Упражнения на формирование осанки. Упражнения: «Кошечка», «Книжка».	Развитие физических способностей. Дыхательные упражнения, релаксация. Упражнения «Кошечка», «Книжка».	1
23.	Развитие физических способностей. Упражнение «Велосипед».	Дыхательные упражнения, релаксация. Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках). Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине».	1
24.	Развитие физических способностей. Игровые упражнения «Сбор ягод и грибов».	Ходьба, ходьба с перешагиванием кубиков. Игровые упражнения «Сбор ягод и грибов (кубиков)».	1
25.	Оздоровительная гимнастика. Дыхательная гимнастика.	Развитие физических способностей. Дыхательные упражнения, релаксация. Игра «Совушка».	1
26.	Упражнения для увеличения гибкости и подвижности позвоночника.	Вставание на колени из положения «сидя на пятках». Стояние на коленях. Ходьба на коленях. Вставание из положения «стоя на коленях». Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	1
27.	Упражнения в движении под музыку.	Выполнять в такт музыки. Движение головой, руками, туловищем, ногами. Упражнения с предметами в движении под музыку.	1
28.	Упражнения для пальчиков. Игра «Сложи картинку».	Развитие функции руки. Упражнения, направленные на развитие функций рук. Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев.	1
29.	Упражнения для развития кисти рук и пальцев.	Выполнять простейшие дыхательные упражнения без сочетания с физическими упражнениями. Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами.	1
30.	Переключивание мяча из руки в руку, катание мяча. Игра «Прокати мяч».	Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами. Развить тонкие, дифференцированные движения пальцами рук. Упражнения с мячами – ёжиками. Переключивание мяча из руки в руку, катание мяча. Игра «Прокати мяч».	1

31.	Подвижные игры на сохранение правильной осанки: «Совушка - Сова».	Подвижные игры, двигательная активность. Бросать мяч, прокатывать мяч по дорожке. Выполнять действия в соответствии с правилами игры.	1
32.	Подвижные игры на сохранение правильной осанки: «Море волнуется».	Подвижные игры, двигательная активность. Бросать мяч, прокатывать мяч по дорожке. Выполнять действия в соответствии с правилами игры.	1
33.	Развитие физических способностей. Игра «Кошка и воробушки».	Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила. Выполнять действия в соответствии с правилами игры. Проявлять двигательное воображение. Имитировать движения кошки (передвигается тихо, охотиться притаившись и т.д.). Воробушки чик-чирик (крыльшками машут, прыгают и т.д.).	1
34.	Развитие физических способностей. Игра «Воздушные снежинки».	Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила. Выполнять действия в соответствии с правилами игры. Проявлять двигательное воображение. Кружится в такт музыки в одну сторону в другую сторону.	1
	Итого		34

Зкласс

№ п/п	Название темы	Основные виды учебной деятельности обучающихся	Количество часов
1.	Одевание-раздевание	Формирование жизненно важных функций. Обучение движениям, необходимым при самообслуживании. Достать физкультурную форму, самостоятельное переодевание, обувание или использование помощи сопровождающего в необходимом объёме), правила личной гигиены.	1
2.	Работа с различными застежками	Упражнениям с верёвочкой (узелок одной рукой, бантик и узелок, плетёнка). Работа с различными застежками, шнуровками, замками, захваты.	1
3.	Работа с различными шнуровками	Упражнениям с верёвочкой (узелок одной рукой, бантик и узелок, плетёнка). Работа с различными застежками, шнуровками, замками, захваты.	1
4.	Работа с различными замками	Упражнениям с верёвочкой (узелок одной рукой, бантик и узелок, плетёнка). Работа с различными застежками, шнуровками, замками, захваты.	1
5.	Захваты. Игра «Застегни пуговицу».	Захват предметов. Игра «Кто быстрее снимет обувь», Игра «Застегни пуговицу».	1

6.	Перемещение к месту проведения занятий	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).	1
7.	Общеразвивающие упражнения для всех групп мышц.	Правильное дыхание: вдох – через нос, выдох – через рот, простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Пальчиковая гимнастика	1
8.	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). Следить за полетом бабочки выполняя поворот головы	1
9.	Выполнение движений руками	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые». Выполняет движения в соответствии с потешкой, показывать ушки, ладошки. слушать музыку «Ладушки – ладушки», «Сорока белобока».	1
10.	Игра «Фигура из пальцев», « Мы делили апельсин»	Сгибание разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак, разгибание.	1
11.	Упражнения в положении лежа, сидя, стоя.	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). Переход из одной позы в другую (из положения стоя в положение сидя, в положение лёжа).	1
12.	Упражнения стоя и стоя на четвереньках.	Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках). Упражнение «Змея», «Ящерица», «Кошка».	1
13.	Пальчиковые игры «Веселая семейка», «Лошадки»	Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами. Развить тонкие, дифференцированные движения пальцами рук.	1
14.	Перекладывание мяча из руки в руку, катание мяча. Игра «Прокати мяч».	Упражнения с мячами – ёжиками.	1

15.	Упражнения для пальчиков. Игра «Сложи картинку».	Упражнения, направленные на развитие функций рук. Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев. Выполнять простейшие дыхательные упражнения без сочетания с физическими упражнениями. Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами.	1
16.	Развитие физических способностей. Игра «Бросай, поймай мячик».	Бросать мяч, прокатывать мяч по дорожке. Выполнять действия в соответствии с правилами игры.	1
17.	Развитие физических способностей. Игра «Прокати мяч по дорожке»	Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами. Развить тонкие, дифференцированные движения пальцами рук. Перекладывание мяча из руки в руку, катание мяча.	1
18.	Развитие физических способностей. Игра «Воробьи-вороны»	Выполнение действия в соответствии с потешкой, имитируя ходьбу медведя.	1
19.	Развитие физических способностей. Игра «Зайка попляши»	Выполнять движения в соответствии с потешкой, слушать музыку.	1
20.	Самомассаж рук, головы	Выполнять самомассаж с помощью массажных мячей, ориентация в схеме тела, представление о собственном теле.	1
21.	Самомассаж рук, головы, ног, живота	Выполнять самомассаж с помощью массажных мячей, ориентация в схеме тела, представление о собственном теле.	1
22.	Подвижные игры на сохранение правильной осанки: «Море волнуется», «Совушка - Сова».	Выполнение движений руками, плечами, туловищем.	1
23.	Подвижные игры на сохранение правильной осанки. Игра «Зоопарк»	Движениями, имитирующими ходьбу и бег животных.	1
24.	Работа с дидактическим пособием «Черепашка»	Развивать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами. Правильно раскладывать детали по форме. Упражнениям с массажными мячами.	1
25.	Перекладывание мяча из руки в руку, катание мяча. Игра «Передай мяч»	Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами. Развить тонкие, дифференцированные движения пальцами	1

		рук. Перекладывание мяча из руки в руку, катание мяча.	
26.	Упражнения для укрепления мышц живота и спины из различных и.п.	Принимать правильно положение головы, туловища, ног в различных и.п. стоя, сидя, лёжа на спине, на животе. Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине». Вставание на колени из положения «сидя на пятках».	1
27.	Упражнения для увеличения гибкости и подвижности позвоночника.	Стояние на коленях. Ходьба на коленях. Вставание из положения «стоя на коленях». Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	1
28.	Упражнения для укрепления тазового пояса, бёдер, ног и рук.	Стояние на коленях. Ходьба на коленях. Вставание из положения «стоя на коленях». Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	1
29.	«Гуси-гуси» « У медведя во бору»	Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила. Выполнять действия в соответствии с правилами игры. Проявлять двигательное воображение, имитирует походку гусей и т.д..	1
30.	«Воздушные снежинки»	Кружится в такт музыки в одну сторону в другую сторону.	1
31.	«Кошка и воробушки»	Имитировать движения кошки (передвигается тихо, охотиться притаившись и т.д.) Воробушки чик-чирик (крылышками машут, прыгают и т.д.).	1
32.	Упражнения в равновесии «Елочка», «Зайчик», Бабочка».	Имитировать движения елочки, зайчика, бабочки.	1
33.	Упражнения в движении под музыку.	Выполнять в такт музыки. Движение головой, руками, туловищем, ногами.	1
34.	Упражнения с предметами в движении под музыку.	Выполнять в такт музыки. Движение головой, руками, туловищем, ногами.	1
	Итого		34

4класс

№ п/п	Наименование тем	Основные виды учебной деятельности обучающихся	Количество часов
1.	Наклоны головой лежа на спине/животе	Наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине/животе), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине/животе). Выполнение движений с помощью учителя, самостоятельно.	1

2.	Наклоны головой в положении стоя или сидя	Выполнение движений с помощью учителя, самостоятельно. Наклоны (вправо, влево, вперед в положении стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении стоя или сидя).	1
3.	Повороты головой в положении лежа на спине/животе	Повороты (вправо, влево в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя). Выполнение движений с помощью учителя, самостоятельно.	1
4.	Повороты головой в положении стоя или сидя	Повороты (вправо, влево в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя). Выполнение движений с помощью учителя, самостоятельно.	1
5.	Выполнение движений головой: наклоны, повороты в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя	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). Выполнение движений с помощью учителя, самостоятельно.	1
6.	«Круговые» движения головой	«Круговые» движения 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). Выполнение движений с помощью учителя, самостоятельно.	1
7.	«Круговые» движения руками (по часовой стрелке и против часовой стрелки).	Выполняют движения самостоятельно/с помощью по словесной инструкции, по показу	1
8.	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые» движения.	Выполняют движения самостоятельно/с помощью по словесной инструкции, по показу	1
9.	Изменение позы в положении лежа, сидя, стоя: повороты и наклоны	Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево).	1
10.	Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках).	Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево).	1
11.	Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине».	Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево).	1
12.	Вставание на колени из положения «сидя на пятках».	Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево).	1
13.	Стояние на коленях. Ходьба на коленях	Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево).	1

14.	Вставание из положения «стоя на коленях».	Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево).	1
15.	Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.	Выполнение движений ногами по словесной инструкции.	1
16.	Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры)	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).	1
17.	Ходьба по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры)	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).	1
18.	Повороты и наклоны туловища в разных положениях	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).	1
19.	Движения пальцами рук. Игра «Фигура из пальцев».	Выполнение движений пальцами рук: сгибание /разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание.	1
20.	Дыхательные упражнения, релаксация.	Дыхательные упражнения под музыку, релаксация. Вставание на колени из положения «сидя на пятках». Стояние на коленях. Ходьба на коленях. Вставание из положения «стоя на коленях».	1
21.	Дыхательные упражнения под музыку, релаксация.	Выполнять простейшие дыхательные упражнения без сочетания с физическими упражнениями. Вставание на колени из положения «сидя на пятках». Стояние на коленях. Ходьба на коленях.	1
22.	Упражнения для пальчиков. Игра «Сложи картинку».	Пальчиковые игры. Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами. Развить тонкие, дифференцированные движения пальцами рук.	1
23.	Упражнения с массажными мячами.	Развивать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами. Правильно раскладывать детали по форме	1
24.	Перекладывание мяча из руки в руку, катание мяча. Игра «Прокати мяч»	Бросать мяч, прокатывать мяч по дорожке. Выполнять действия в соответствии с правилами игры.	1
25.	Игра «Бросай, поймай мячик».	Выполнять действия в соответствии с правилами игры.	1

26.	Игра «Найди флажок».	Выполнять действия в соответствии с правилами игры. Развитие внимания.	1
27.	Игровые упражнения на формировании правильной осанки: «Делай как я», «Пройди не упади», «Прямая спина».	Развитие физических способностей. Дыхательные упражнения, релаксация. Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Переход из одной позы в другую (из положения стоя в положение сидя, в положение лёжа).	1
28.	Игровые упражнения на формировании правильной осанки: «Книжка», «Кошечка».	Развитие физических способностей. Дыхательные упражнения, релаксация. Упражнения «Кошечка», «Книжка».	1
29.	Упражнения на пресс. Упражнения: «Змея», «Ящерица», «Велосипед».	Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках). Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине». Упражнение «Змея», «Ящерица», «Кошка».	1
30.	Упражнения развитие стоп: «Ходьба», «Лошадка».	Упражнения, направленные на развитие стопы. Выполнять простейшие дыхательные упражнения без сочетания с физическими упражнениями.	1
31.	Упражнение «Пчелка», «Дощечка», «Мельница».	Развитие физических способностей. Упражнение «Пчелка», «Дощечка», «Мельница».	1
32.	Ходьба по прямой линии, по кубика, точкам.	Развитие физических способностей. Ходьба по прямой линии, по кубика, точкам.	1
33.	Ходьба боком по гимнастической палке, по обручу, по канату, по гимнастической стенке.	Развитие физических способностей. Ходьба боком по гимнастической палке, по обручу, по канату, по гимнастической стенке.	1
34.	Упражнения с предметами в движении под музыку.	Выполнять в такт музыки. Движение головой, руками, туловищем, ногами. Упражнения с предметами в движении под музыку.	1
	Итого		34

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 460837604057956529703830632163952415623550190550

Владелец Кнор Ольга Владимировна

Действителен с 18.10.2023 по 17.10.2024

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 275152970271060640478711546600923288287568428801

Владелец Кнор Ольга Владимировна

Действителен с 24.10.2024 по 24.10.2025