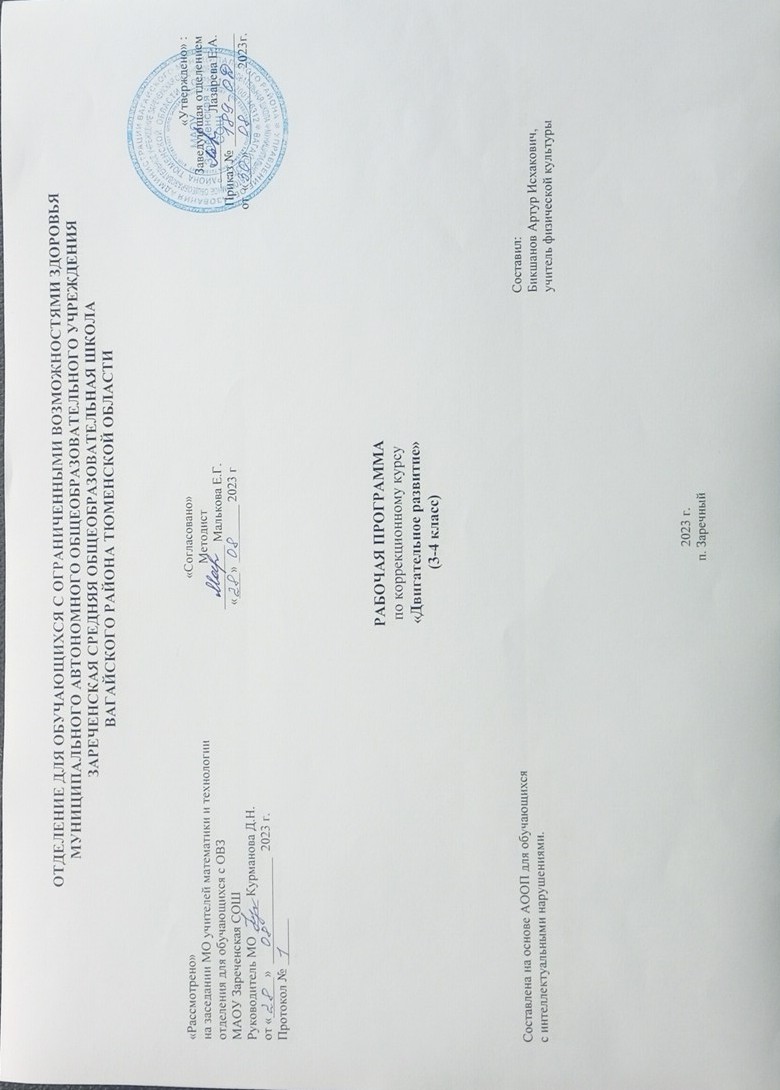
****

**1. Пояснительная записка.**

Адаптированная рабочая программа по учебному предмету «Двигательное развитие» 3, 4 класс ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями разработана на основании следующих нормативно – правовых документов:

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ.

2.  Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)".

3.Учебный план отделения для обучающихся с ОВЗ МАОУ Зареченская СОШ.

4.Адаптированная образовательная программа отделения для обучающихся с ОВЗ МАОУ Зареченская СОШ.

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

Цель программы**:** создание условий по обогащению сенсомоторного опыта обучающихся, поддержанию и развитию их способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

Задачи:

Коррекция и компенсация нарушений физического развития;

Мотивация двигательной активности; формирование, развитие и совершенствование двигательных умений и навыков;

расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений.

Учитывая основные трудности развития младших школьников в целом и с умственной отсталостью, в частности, в качестве основных коррекционно-развивающих задач выделены следующие: коррекция наиболее распространенных дефектов (нарушение осанки, походки, слабость мышц брюшного пресса, туловища, конечностей); развитие координационных способностей учеников, их уровень тренированности, способов выполнения упражнений (активно, с помощью, пассивно); коррекция и компенсация недостатков физического развития (нарушения осанки, плоскостопие, отставание в росте, в массе тела, дисплазии и т. д.); коррекция нарушений в движениях (нарушение координации, ориентировки в пространстве, точность в движении, равновесия и т. д.); устранение недостатков в развитии двигательных и иных качеств (силы, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости, прыгучести и т. д.); формирование здорового образа жизни и дальнейшей социализации.

**2.Общая характеристика учебного коррекционного курса.**

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

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

Индивидуальные формы работы на занятиях органически сочетаются с фронтальными и групповыми.

Дидактический материал подобран в соответствии с содержанием и задачами урока-занятия, с учетом уровня развития речи детей.

**3. Описание места учебного предмета в учебном плане.**

Коррекционный курс «Двигательное развитие» является инвариантной частью учебного плана, согласно которому на его изучение в 1 - 4 классах отводится 1 час в неделю, 34 часов в год.

**Учебный план.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Коррекционный курс** | **Количество часов за год** | |
| 3 класс | 4 класс |
| Двигательное развитие | 34 | 34 |
| Итог | 34 | 34 |

**4. Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса.**

Предметом итоговой оценки освоения обучающимися курса двигательного развития должно быть достижение предметные и личностные.

**Предметные результаты** связаны с овладением обучающимися содержанием образовательной области и характеризуют достижения обучающихся в усвоении знаний и умений, способность их применять в практической деятельности.

Основными критериями оценки планируемых результатов являются соответствие / несоответствие науке и практике; прочность усвоения (полнота и надежность). Чем больше, верно, выполненных заданий к общему объему, тем выше показатель надежности полученных результатов. Результаты, продемонстрированные учеником, соотносятся с оценками следующим образом:

**Личностные результаты:**

* освоение доступной социальной роли обучающейся, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
* развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
* развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выход из спорных ситуаций;
* основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определённому полу, осознание себя как «Я»;
* социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
* овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.

Предметные мотивация двигательной активности; поддержка и развитие имеющихся движений; расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений; освоение новых способов передвижения (включая передвижение с помощью технических средств реабилитации).

**5. Содержание учебного коррекционного курса.**

Содержание предмета «Двигательное развитие» представлено следующими разделами: Коррекция и формирование правильной осанки, Формирование и укрепление мышечного корсета, Коррекция и развитие сенсорной системы, Развитие точности движений пространственной ориентировки.

**3 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование разделов, блоков, тем.** | **Количество часов** | **Количество часов** | |
| **Теория** | **Практика** |
| **1.** | **1.Укрепление мышц спины.**  1.1. Игровые упражнения на формировании правильной осанки: «Делай как я», «Пройди не упади», «Прямая спина».  1.2. Формирование знаний о положении тела при правильной осанке.  1.3. Упражнения на коврике на укрепление мышц спины.  1.4. Комплекс ОРУ для мышц спины.  1.5. Комплекс упражнений с гимнастическими палками для мышц спины.  1.6. Формирование правильной осанки «Книжка», «Кошечка». | **6** | **1** | **5** |
| **2.** | **2.Укрепление мышц брюшного пресса**  2.1. Упражнения на пресс. Упражнения:  «Змея», «Ящерица», «Велосипед».  2.2. Упражнение с гимнастическим мячом.  2.3. Комплекс упражнений для укрепления мышц брюшного пресса.  2.4. Комплекс упражнений с гимнастической палкой. | 5 | 1 | 4 |
| **3** | **3.Профилактика и коррекция стоп**  3.1. Упражнения развитие стоп:  «Ходьба», «Лошадка».  3.2. Комплекс ОРУ для стоп.  3.3. Легкий бег на носках. Ходьба с имитацией походки птиц и животных  3.4. Ходьба с заданиями для стоп. | 4 | 1 | 3 |
| **4.** | **4.Развитие и укрепление плечевого пояса**  4.1. Упражнение «Пчелка», «Дощечка»,  «Мельница».  4.2. Силовые упражнения в игровой  Форме у стены и полу.  4.3. ОРУ для укрепления плечевого пояса.  4.4. Комплекс упражнений с гимнастической палкой. | 4 | 1 | 3 |
| **5.** | **5.Укрепление мышц тазового пояса, бёдер, ног.**  5.1. Упражнения в равновесии, «Елочка», «Зайчик», Бабочка».  5.2. ОРУ для укрепления мышц тазового пояса, бёдер, ног  5.3. Ходьба и бег с заданием.  5.4. Легкий бег, прыжковые упражнения. | 5 | 1 | 4 |
| **6.** | **6.Развитие вестибулярного аппарата**  6.1. Упражнения в равновесии. Стойка с  Закрытыми глазами.  6.2. Ходьба по прямой линии, по кубику,  точкам.  6.3. Ходьба и бег с заданием.  6.4. Выполнять ходьбу боком по гимнастической палке, по обручу, по канату, по гимнастической стенке; | 5 | 1 | 4 |
| **7.** | **7.Оздоровительная гимнастика**  7.1. Дыхательная гимнастика  7.2. Упражнения на мелкую моторику.  7.3. Упражнения на гимнастическом  мяче.  7.4. Комплекс общеразвивающих упражнений. | 5 | 1 | 4 |

**4 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование разделов, блоков, тем.** | **Количество часов** | **Количество часов** | |
| **Теория** | **Практика** |
| **1.** | **1.Укрепление мышц спины.**  1.1. Игровые упражнения на формировании правильной осанки: «Делай как я», «Пройди не упади», «Прямая спина».  1.2. Формирование знаний о положении тела при правильной осанке.  1.3. Упражнения на коврике на укрепление мышц спины.  1.4. Комплекс ОРУ для мышц спины.  1.5. Комплекс упражнений с гимнастическими палками для мышц спины.  1.6. Формирование правильной осанки «Книжка», «Кошечка». | **6** | **1** | **5** |
| **2.** | **2.Укрепление мышц брюшного пресса**  2.1. Упражнения на пресс. Упражнения:  «Змея», «Ящерица», «Велосипед».  2.2. Упражнение с гимнастическим мячом.  2.3. Комплекс упражнений для укрепления мышц брюшного пресса.  2.4. Комплекс упражнений с гимнастической палкой. | 5 | 1 | 4 |
| **3** | **3.Профилактика и коррекция стоп**  3.1. Упражнения развитие стоп:  «Ходьба», «Лошадка».  3.2. Комплекс ОРУ для стоп.  3.3. Легкий бег на носках. Ходьба с имитацией походки птиц и животных  3.4.Ходьба с заданиями для стоп. | 4 | 1 | 3 |
| **4.** | **4.Развитие и укрепление плечевого пояса**  4.1. Упражнение «Пчелка», «Дощечка»,  «Мельница».  4.2. Силовые упражнения в игровой  Форме у стены и полу.  4.3. ОРУ для укрепления плечевого пояса.  4.4. Комплекс упражнений с гимнастической палкой. | 4 | 1 | 3 |
| **5.** | **5.Укрепление мышц тазового пояса, бёдер, ног.**  5.1. Упражнения в равновесии, «Елочка», «Зайчик», Бабочка».  5.2. ОРУ для укрепления мышц тазового пояса, бёдер, ног  5.3. Ходьба и бег с заданием.  5.4. Легкий бег, прыжковые упражнения. | 5 | 1 | 4 |
| **6.** | **6.Развитие вестибулярного аппарата**  6.1. Упражнения в равновесии. Стойка с  Закрытыми глазами.  6.2. Ходьба по прямой линии, по кубику,  точкам.  6.3. Ходьба и бег с заданием.  6.4. Выполнять ходьбу боком по гимнастической палке, по обручу, по канату, по гимнастической стенке; | 5 | 1 | 4 |
| **7.** | **7.Оздоровительная гимнастика**  7.1. Дыхательная гимнастика  7.2. Упражнения на мелкую моторику.  7.3. Упражнения на гимнастическом  мяче.  7.4. Комплекс общеразвивающих упражнений. | 5 | 1 | 4 |

**6. Календарно – тематическое планирование.**

**1 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **Количество часов** | **Дата проведения** | |
| По плану | По факту |
| 1 | Укрепление мышц спины. Игровые упражнения на формировании правильной осанки: «Делай как я», «Пройди не упади», «Прямая спина». | 1 |  |  |
| 2. | Укрепление мышц спины Упражнения на формирование осанки. Упражнения: «Кошечка», «Книжка». Игра: «Кошки-мышки». | 1 |  |  |
| 3. | Укрепление мышц брюшного пресса. Упражнения на пресс. упражнения: «Змея», «Ящерица», «Велосипед». | 1 |  |  |
| 4. | Оздоровительная гимнастика. Дыхательная гимнастика. | 1 |  |  |
| 5. | Профилактика и коррекция стоп. Упражнения развитие стоп: «Ходьба», «Лошадка». | 1 |  |  |
| 6. | Развитие и укрепление плечевого пояса. Упражнение «Пчелка», «Дощечка», «Мельница». | 1 |  |  |
| 7. | Укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног. Упражнения в равновесии, «Елочка», «Зайчик», | 1 |  |  |
| 8. | Укрепление мышц спины. Комплекс ОРУ для мышц спины. | 1 |  |  |
| 9. | Развитие вестибулярного аппарата. Упражнения в равновесии. Стойка с закрытыми глазами. | 1 |  |  |
| 10 | Оздоровительная гимнастика. Упражнения на мелкую моторику. |  |  |  |
| 11 | Укрепление мышц спины. Комплекс упражнений с гимнастическими палками для мышц спины. | 1 |  |  |
| 12 | Укрепление мышц брюшного пресса. упражнение с гимнастическим мячом. | 1 |  |  |
| 13 | Укрепление мышц спины. Упражнения на коврике на укрепление мышц спины. | 1 |  |  |
| 14 | Оздоровительная гимнастика. Упражнения на гимнастическом мяче. | 1 |  |  | |
| 15 | Профилактика и коррекция стоп. Комплекс ОРУ для стоп. | 1 |  |  | |
| 16 | Развитие и укрепление плечевого пояса. Силовые упражнения в игровой форме у стены и полу | 1 |  |  | |
| 17 | Оздоровительная гимнастика. Развитие мелкой моторики пальцев рук (работа с тренажером). | 1 |  |  | |
| 18 | Укрепление мышц спины. Упражнения на коврике на укрепление мышц спины. |  |  |  | |
| 19 | Укрепление мышц брюшного пресса. Упражнения с гимнастическим мячом. | 1 |  |  | |
| 20 | Оздоровительная гимнастика. Комплекс общеразвивающих упражнений. | 1 |  |  | |
| 21 | Профилактика и коррекция стоп. Легкий бег на носках. Ходьба с имитацией походки птиц и животных | 1 |  |  | |
| 22 | Развитие и укрепление плечевого пояса. ОРУ для укрепления плечевого пояса. | 1 |  |  | |
| 23 | Укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног. ОРУ для укрепления мышц тазового пояса, бёдер, ног. | 1 |  |  | |
| 24 | Развитие вестибулярного аппарата. Ходьба и бег с заданием. | 1 |  |  | |
| 25 | Укрепление мышц спины. ОРУ с гимнастическими палками. | 1 |  |  | |
| 26 | Оздоровительная гимнастика. Упражнение на развитие мелкой моторики «Лепка комков». | 1 |  |  | |
| 27 | Укрепление мышц спины. Комплекса ОРУ для мышц спины. | 1 |  |  | |
| 28 | Укрепление мышц спины. Формирование знаний о положении тела при правильной осанке. | 1 |  |  |
| 29 | Укрепление мышц брюшного пресса. ОРУ с малым мячом. |  |  |  |
| 30 | Профилактика и коррекция стоп. Ходьба с заданием на стопы | 1 |  |  |
| 31 | Укрепление мышц плечевого пояса. Комплекс упражнений с гимнастической палкой. | 1 |  |  |
| 32 | Укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног. Легкий бег, прыжковые упражнения. | 1 |  |  |
| 33 | Развитие. Вестибулярного аппарата. Ходьба по прямой линии, по кубика, точкам, гимнастической палке, по обручу, по канату, по гимнастической стенки. | 1 |  |  |
| 34 | Развитие. Вестибулярного аппарата. Ходьба по прямой линии, по кубику, точкам, гимнастической палке, по обручу, по канату, по гимнастической стенки. | 1 |  |  |

**2 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **Количество часов** | **Дата проведения** | |
| По плану | По факту |
| 1 | Укрепление мышц спины. Игровые упражнения на формировании правильной осанки: «Делай как я», «Пройди не упади», «Прямая спина». | 1 |  |  |
| 2. | Укрепление мышц спины Упражнения на формирование осанки. Упражнения: «Кошечка», «Книжка». Игра: «Кошки-мышки». | 1 |  |  |
| 3. | Укрепление мышц брюшного пресса. Упражнения на пресс. упражнения: «Змея», «Ящерица», «Велосипед». | 1 |  |  |
| 4. | Оздоровительная гимнастика. Дыхательная гимнастика. | 1 |  |  |
| 5. | Профилактика и коррекция стоп. Упражнения развитие стоп: «Ходьба», «Лошадка». | 1 |  |  |
| 6. | Развитие и укрепление плечевого пояса. Упражнение «Пчелка», «Дощечка», «Мельница». | 1 |  |  |
| 7. | Укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног. Упражнения в равновесии, «Елочка», «Зайчик», | 1 |  |  |
| 8. | Укрепление мышц спины. Комплекс ОРУ для мышц спины. | 1 |  |  |
| 9. | Развитие вестибулярного аппарата. Упражнения в равновесии. Стойка с закрытыми глазами. | 1 |  |  |
| 10 | Оздоровительная гимнастика. Упражнения на мелкую моторику. |  |  |  |
| 11 | Укрепление мышц спины. Комплекс упражнений с гимнастическими палками для мышц спины. | 1 |  |  |
| 12 | Укрепление мышц брюшного пресса. упражнение с гимнастическим мячом. | 1 |  |  |
| 13 | Укрепление мышц спины. Упражнения на коврике на укрепление мышц спины. | 1 |  |  |
| 14 | Оздоровительная гимнастика. Упражнения на гимнастическом мяче. | 1 |  |  | |
| 15 | Профилактика и коррекция стоп. Комплекс ОРУ для стоп. | 1 |  |  | |
| 16 | Развитие и укрепление плечевого пояса. Силовые упражнения в игровой форме у стены и полу | 1 |  |  | |
| 17 | Оздоровительная гимнастика. Развитие мелкой моторики пальцев рук (работа с тренажером). | 1 |  |  | |
| 18 | Укрепление мышц спины. Упражнения на коврике на укрепление мышц спины. | 1 |  |  | |
| 19 | Укрепление мышц брюшного пресса. Упражнения с гимнастическим мячом. | 1 |  |  | |
| 20 | Оздоровительная гимнастика. Комплекс общеразвивающих упражнений. | 1 |  |  | |
| 21 | Профилактика и коррекция стоп. Легкий бег на носках. Ходьба с имитацией походки птиц и животных. | 1 |  |  | |
| 22 | Развитие и укрепление плечевого пояса. ОРУ для укрепления плечевого пояса. | 1 |  |  | |
| 23 | Укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног. ОРУ для укрепления мышц тазового пояса, бёдер, ног. | 1 |  |  | |
| 24 | Развитие вестибулярного аппарата. Ходьба и бег с заданием. | 1 |  |  | |
| 25 | Укрепление мышц спины. ОРУ с гимнастическими палками. | 1 |  |  | |
| 26 | Укрепление мышц спины. Комплекса ОРУ для мышц спины. | 1 |  |  | |
| 27 | Оздоровительная гимнастика. Упражнение на развитие мелкой моторики «Лепка комков». | 1 |  |  | |
| 28 | Укрепление мышц спины. Комплекса ОРУ для мышц спины. | 1 |  |  |
| 29 | Укрепление мышц спины. Формирование знаний о положении тела при правильной осанке. |  |  |  |
| 30 | Укрепление мышц брюшного пресса. ОРУ с малым мячом. | 1 |  |  |
| 31 | Профилактика и коррекция стоп. Ходьба с заданием на стопы | 1 |  |  |
| 32 | Укрепление мышц плечевого пояса. Комплекс упражнений с гимнастической палкой. | 1 |  |  |
| 33 | Укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног. Легкий бег, прыжковые упражнения. | 1 |  |  |
| 34 | Развитие. Вестибулярного аппарата. Ходьба по прямой линии, по кубику, точкам, гимнастической палке, по обручу, по канату, по гимнастической стенки. | 1 |  |  |

**3 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **Количество часов** | **Дата проведения** | |
| По плану | По факту |
| 1 | Укрепление мышц спины. Игровые упражнения на формировании правильной осанки: «Делай как я», «Пройди не упади», «Прямая спина». | 1 |  |  |
| 2. | Укрепление мышц спины Упражнения на формирование осанки. Упражнения: «Кошечка», «Книжка». Игра: «Кошки-мышки». | 1 |  |  |
| 3. | Укрепление мышц брюшного пресса. Упражнения на пресс. упражнения: «Змея», «Ящерица», «Велосипед». | 1 |  |  |
| 4. | Оздоровительная гимнастика. Дыхательная гимнастика. | 1 |  |  |
| 5. | Профилактика и коррекция стоп. Упражнения развитие стоп: «Ходьба», «Лошадка». | 1 |  |  |
| 6. | Развитие и укрепление плечевого пояса. Упражнение «Пчелка», «Дощечка», «Мельница». | 1 |  |  |
| 7. | Укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног. Упражнения в равновесии, «Елочка», «Зайчик», | 1 |  |  |
| 8. | Укрепление мышц спины. Комплекс ОРУ для мышц спины. | 1 |  |  |
| 9. | Развитие вестибулярного аппарата. Упражнения в равновесии. Стойка с закрытыми глазами. | 1 |  |  |
| 10 | Оздоровительная гимнастика. Упражнения на мелкую моторику. |  |  |  |
| 11 | Укрепление мышц спины. Комплекс упражнений с гимнастическими палками для мышц спины. | 1 |  |  |
| 12 | Укрепление мышц брюшного пресса. упражнение с гимнастическим мячом. | 1 |  |  |
| 13 | Укрепление мышц спины. Упражнения на коврике на укрепление мышц спины. | 1 |  |  |
| 14 | Оздоровительная гимнастика. Упражнения на гимнастическом мяче. | 1 |  |  | |
| 15 | Профилактика и коррекция стоп. Комплекс ОРУ для стоп. | 1 |  |  | |
| 16 | Развитие и укрепление плечевого пояса. Силовые упражнения в игровой форме у стены и полу | 1 |  |  | |
| 17 | Оздоровительная гимнастика. Развитие мелкой моторики пальцев рук (работа с тренажером). | 1 |  |  | |
| 18 | Укрепление мышц спины. Упражнения на коврике на укрепление мышц спины. | 1 |  |  | |
| 19 | Укрепление мышц брюшного пресса. Упражнения с гимнастическим мячом. | 1 |  |  | |
| 20 | Оздоровительная гимнастика. Комплекс общеразвивающих упражнений. | 1 |  |  | |
| 21 | Профилактика и коррекция стоп. Легкий бег на носках. Ходьба с имитацией походки птиц и животных. | 1 |  |  | |
| 22 | Развитие и укрепление плечевого пояса. ОРУ для укрепления плечевого пояса. | 1 |  |  | |
| 23 | Укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног. ОРУ для укрепления мышц тазового пояса, бёдер, ног. | 1 |  |  | |
| 24 | Развитие вестибулярного аппарата. Ходьба и бег с заданием. | 1 |  |  | |
| 25 | Укрепление мышц спины. ОРУ с гимнастическими палками. | 1 |  |  | |
| 26 | Укрепление мышц спины. Комплекса ОРУ для мышц спины. | 1 |  |  | |
| 27 | Оздоровительная гимнастика. Упражнение на развитие мелкой моторики «Лепка комков». | 1 |  |  | |
| 28 | Укрепление мышц спины. Комплекса ОРУ для мышц спины. | 1 |  |  |
| 29 | Укрепление мышц спины. Формирование знаний о положении тела при правильной осанке. |  |  |  |
| 30 | Укрепление мышц брюшного пресса. ОРУ с малым мячом. | 1 |  |  |
| 31 | Профилактика и коррекция стоп. Ходьба с заданием на стопы | 1 |  |  |
| 32 | Укрепление мышц плечевого пояса. Комплекс упражнений с гимнастической палкой. | 1 |  |  |
| 33 | Укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног. Легкий бег, прыжковые упражнения. | 1 |  |  |
| 34 | Развитие. Вестибулярного аппарата. Ходьба по прямой линии, по кубика, точкам, гимнастической палке, по обручу, по канату, по гимнастической стенки. | 1 |  |  |

**4 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **Количество часов** | **Дата проведения** | |
| По плану | По факту |
| 1 | Укрепление мышц спины. Игровые упражнения на формировании правильной осанки: «Делай как я», «Пройди не упади», «Прямая спина». | 1 |  |  |
| 2. | Укрепление мышц спины Упражнения на формирование осанки. Упражнения: «Кошечка», «Книжка». Игра: «Кошки-мышки». | 1 |  |  |
| 3. | Укрепление мышц брюшного пресса. Упражнения на пресс. упражнения: «Змея», «Ящерица», «Велосипед». | 1 |  |  |
| 4. | Оздоровительная гимнастика. Дыхательная гимнастика. | 1 |  |  |
| 5. | Профилактика и коррекция стоп. Упражнения развитие стоп: «Ходьба», «Лошадка». | 1 |  |  |
| 6. | Развитие и укрепление плечевого пояса. Упражнение «Пчелка», «Дощечка», «Мельница». | 1 |  |  |
| 7. | Укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног. Упражнения в равновесии, «Елочка», «Зайчик», | 1 |  |  |
| 8. | Укрепление мышц спины. Комплекс ОРУ для мышц спины. | 1 |  |  |
| 9. | Развитие вестибулярного аппарата. Упражнения в равновесии. Стойка с закрытыми глазами. | 1 |  |  |
| 10 | Оздоровительная гимнастика. Упражнения на мелкую моторику. |  |  |  |
| 11 | Укрепление мышц спины. Комплекс упражнений с гимнастическими палками для мышц спины. | 1 |  |  |
| 12 | Укрепление мышц брюшного пресса. упражнение с гимнастическим мячом. | 1 |  |  |
| 13 | Укрепление мышц спины. Упражнения на коврике на укрепление мышц спины. | 1 |  |  |
| 14 | Оздоровительная гимнастика. Упражнения на гимнастическом мяче. | 1 |  |  | |
| 15 | Профилактика и коррекция стоп. Комплекс ОРУ для стоп. | 1 |  |  | |
| 16 | Развитие и укрепление плечевого пояса. Силовые упражнения в игровой форме у стены и полу | 1 |  |  | |
| 17 | Оздоровительная гимнастика. Развитие мелкой моторики пальцев рук (работа с тренажером). | 1 |  |  | |
| 18 | Укрепление мышц спины. Упражнения на коврике на укрепление мышц спины. |  |  |  | |
| 19 | Укрепление мышц брюшного пресса. Упражнения с гимнастическим мячом. | 1 |  |  | |
| 20 | Оздоровительная гимнастика. Комплекс общеразвивающих упражнений. | 1 |  |  | |
| 21 | Профилактика и коррекция стоп. Легкий бег на носках. Ходьба с имитацией походки птиц и животных. | 1 |  |  | |
| 22 | Развитие и укрепление плечевого пояса. ОРУ для укрепления плечевого пояса. | 1 |  |  | |
| 23 | Укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног. ОРУ для укрепления мышц тазового пояса, бёдер, ног. | 1 |  |  | |
| 24 | Развитие вестибулярного аппарата. Ходьба и бег с заданием. | 1 |  |  | |
| 25 | Укрепление мышц спины. ОРУ с гимнастическими палками. | 1 |  |  | |
| 26 | Укрепление мышц спины. Комплекса ОРУ для мышц спины. | 1 |  |  | |
| 27 | Оздоровительная гимнастика. Упражнение на развитие мелкой моторики «Лепка комков». | 1 |  |  | |
| 28 | Укрепление мышц спины. Комплекса ОРУ для мышц спины. | 1 |  |  |
| 29 | Укрепление мышц спины. Формирование знаний о положении тела при правильной осанке. |  |  |  |
| 30 | Укрепление мышц брюшного пресса. ОРУ с малым мячом. | 1 |  |  |
| 31 | Профилактика и коррекция стоп. Ходьба с заданием на стопы | 1 |  |  |
| 32 | Укрепление мышц плечевого пояса. Комплекс упражнений с гимнастической палкой. | 1 |  |  |
| 33 | Укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног. Легкий бег, прыжковые упражнения. | 1 |  |  |
| 34 | Развитие. Вестибулярного аппарата. Ходьба по прямой линии, по кубику, точкам, гимнастической палке, по обручу, по канату, по гимнастической стенки. | 1 |  |  |

**7. Описание материально – технического обеспечения образовательной деятельности.**

1. Гимнастическая стенка.
2. Мячи: малые, большие резиновые, массажные, волейбольные.
3. Обручи, скакалки, гимнастические палки, кегли, ленточки разных цветов.
4. Секундомер.
5. Массажные коврики.
6. Гимнастические скамейки.
7. Гимнастические маты.