**Муниципальное общеобразовательное учреждение**

**«Общеобразовательная школа для обучающихся с ограниченными**

**возможностями здоровья № 1» имени Мальцевой Екатерины Александровны.**

|  |  |
| --- | --- |
| ПРИНЯТО  на заседании педагогического совета  Протокол № 1  от «30» августа 2022 г. | УТВЕРЖДЕНА  приказом директора МОУ «Общеобразовательная школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья № 1» имени Мальцевой Екатерины Александровны.  от «01» сентября 2022г. № 169 |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**коррекционного курса**

**«Двигательное развитие»**

наименование курса (факультатива, объединения дополнительного образования)

**ДЛЯ 5 – 9 классов (2 вариант)**

**на 2022 - 2023 учебный год**

Учитель: Виноградова В.С.

2022

1. **Пояснительная записка**

Программа составлена в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Федеральный Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» №273 – ФЗ от 29 декабря 2012 года;
2. Федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию об­разовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образо­вания» на 2019-2020 учебный год, утвержденный приказом Минпросвещения России от 28.12.2018 № 345;
3. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (CОVID-19)» СанПиН 3.1/2.4.3598-20 от 30.06.2020;
4. «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», СП 2.4.3648-20 от 28.09.2020 №28.
5. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2), утверждённая приказом № 187 от 01.09.2016;
6. Устав МОУ «Общеобразовательная школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья № 1», утверждённый постановлением Администрации г. Вологды от 13.11.2015 г № 8661;
7. Положение о системе оценок, формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, утверждённое приказом № 76/1 от 20.03.2020;
8. Положение о порядке разработки и утверждения рабочих программ, утверждённое приказом № 157 от 30.08.2021;
9. Список учебников на 2022 – 2023 учебный год, утверждённый приказом № 169 от 01.09.2022
10. Учебный план по реализации адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2), утверждённый приказом № 169 от 01.09.2022

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

**Для достижения данной цели поставлены следующие 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 коррекционного курса

Коррекционный курс «Двигательное развитие» учитывает особенности психических, физических и двигательных данных обучающихся, способствует физическому развитию, формирует основы изучаемых двигательных умений и навыков, определяет оптимальный объем знаний и умений по коррекционным занятиям, который доступен большинству обучающихся.

Обучения ребенка самостоятельным движениям, действиям с предметами, элементарным операциям самообслуживания, способствует развитию познавательных процессов.

Программа учитывает особенности физического и психического развития и деятельности учащихся, способствует их физическому и умственному развитию.

Коррекционные занятия помогают учителю обучать учащихся таким жизненно важным двигательным навыкам, как ходьба, бег, прыжки и метания и их совершенствование должно осуществляться на основе развития у детей быстроты, ловкости, гибкости, силы и выносливости, а также использования в занятиях специальных подводящих упражнений.

Развитие двигательных умений у обучающихся с детским церебральным параличом тесно связано с профилактикой возникновения у них патологических состояний. В ходе работы тело ребенка фиксируется в таких позах (горизонтальных, сидячих, вертикальных), которые снижают активность патологических рефлексов, обеспечивая максимально комфортное положение ребенка в пространстве и возможность реализации движений. Придание правильной позы и фиксация обеспечивается при помощи специального оборудования и вспомогательных приспособлений с соблюдением индивидуального режима. Такая работа организуется в физкультурном зале, в классе и дома в соответствии с рекомендациями врача-ортопеда и специалиста по лечебной физкультуре. Обеспечение условий для придания и поддержания правильного положения тела создает благоприятные предпосылки для обучения ребенка самостоятельным движениям, действиям с предметами, элементарным операциям самообслуживания, способствует развитию познавательных процессов.

В основу обучения положена система простейших физических упражнений, направленных на коррекцию дефектов физического развития и моторики, укрепление здоровья, выработку жизненно необходимых двигательных умений и навыков у учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью.

1. Место коррекционного курса в учебном плане

Коррекционный курс «Двигательное развитие» включен в учебный план в части «Коррекционные курсы», рассчитан на 2 часа в неделю, общее количество часов за год 68.

**4. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета,**

**базовые учебные действия**

В соответствии с требованиями Стандарта к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей.

Показателем усвоения обучающимися программы учебного материала являются следующие критерии:

Ребенок:

Проявляет интерес

-к видам физкультурно-спортивной деятельности:

-подвижным играм,

-выполнению основных видов движений.

Умеет:

-выполнять основные виды движений (ходьба, бег, прыжки, лазание, ползание, упражнения в равновесии);

-играть в подвижные и коррекционные игры.

**Различает** состояния:

-бодрость-усталость,

-напряжение-расслабление,

-больно-приятно и т.п.

Управляет произвольными движениями:

-статическими,

-динамическими.

Проявляет двигательные способности:

-общую выносливость,

-быстроту,

-гибкость,

-координационные способности,

-силовые способности.

**Личностные результаты освоения АООП включают:**

* основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «Я»;
* социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
* формирование уважительного отношения к окружающим;
* овладение начальными навыками адаптации;
* освоение доступной социальной роли (обучающегося);
* развитие мотивов учебной деятельности и первичное

формирование личностного смысла обучения;

* развитие первичной самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
* формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
* развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально - нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
* развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.

**Предметные результаты освоения программы:**

*5 класс*

* представления о двигательном развитии как средстве укрепления здоровья;
* знание основных правил поведения на занятиях;
* выполнение несложных упражнений с помощью учителя и по подражанию;
* выполнение индивидуальных упражнений, и упражнений на тренажерах и массажёрах;
* по словесной инструкции представления о двигательных действиях;
* знание основных строевых команд;
* практическое освоение коррегирующих, индивидуальных упражнений и элементов гимнастики, легкой атлетики;
* коррекционных подвижных игр;
* участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);
* выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;
* узнавание различного спортивного инвентаря и их применение в практической деятельности;
* знание правил двигательных действий под руководством учителя;
* знание и применение правил бережного обращения с инвентарём;
* соблюдение требований техники безопасности.

*6 класс*

* представления о двигательном развитии как средстве укрепления здоровья;
* выполнение комплексов утренней гимнастики;
* знание основных правил поведения на занятиях;
* выполнение упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд;
* выполнение индивидуальных упражнений, и упражнений на тренажерах и массажёрах;
* представления о двигательных действиях;
* знание основных строевых команд;
* ходьба в различном темпе с различными исходными положениями;
* взаимодействие со сверстниками в подвижных играх;
* знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием;
* практическое освоение элементов гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр;
* самостоятельное выполнение комплексов утренней гимнастики;
* владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища;
* участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);
* выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;
* выполнение строевых команд, оказание посильной помощи и поддержки сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях;
* знание спортивных традиций своего народа и других народов.

*7класс*

* представления о двигательном развитии как средстве укрепления здоровья и физического развития;

знание основных правил поведения на занятиях и осознанное их применение;

* выполнение упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд;
* выполнение индивидуальных упражнений, и упражнений на тренажерах и массажёрах;
* представления о двигательных действиях; знание основных строевых команд;
* ходьба в различном темпе с различными исходными положениями;
* взаимодействие со сверстниками в проведении подвижных игр;
* участие в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;
* знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием;
* практическое освоение элементов гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных и подвижных игр и других видов физической культуры;
* выполнение специальных коррекционных комплексов упражнений

для формирования правильной осанки и развития мышц туловища;

* участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);
* выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;
* совместное участие со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;
* знание способов использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и их применение в практической деятельности**;**
* знание и применение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;
* соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

*8 класс*

* представления о двигательном развитии как средстве укрепления здоровья;
* знание основных правил поведения на занятиях и осознанное их применение;
* выполнение упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд;
* выполнение индивидуальных упражнений, и упражнений на тренажерах и массажёрах;
* представления о двигательных действиях;
* знание основных строевых команд;
* ходьба в различном темпе с различными исходными положениями**;**
* взаимодействие со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований;
* участие в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;
* знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях;
* практическое освоение элементов гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных и подвижных игр и других видов физической культуры;
* владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища; участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);
* выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;
* подача и выполнение строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений;
* совместное участие со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;
* оказание посильной помощь и поддержки сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях;
* знание способов использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и их применение в практической деятельности;
* знание правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя;
* знание и применение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;
* соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

9 класс

* представления о двигательном развитии как средстве укрепления здоровья;
* знание основных правил поведения на занятиях и осознанное их применение;
* выполнение упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд;
* выполнение индивидуальных упражнений, и упражнений на тренажерах и массажёрах;
* представления о двигательных действиях;
* знание основных строевых команд;
* ходьба в различном темпе с различными исходными положениями**;**
* взаимодействие со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований;
* участие в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;
* знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях;
* практическое освоение элементов гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных и подвижных игр и других видов физической культуры;
* владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки , плоскостопия, при нарушении зрения индивидуальных упражнений;
* участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);
* выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;
* подача и выполнение строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих и коррегирующих упражнений;
* совместное участие со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;
* оказание посильной помощь и поддержки сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях;
* знание способов использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и их применение в практической деятельности;
* знание правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя;
* знание и применение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;
* соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

**Базовые** **учебные действия**, ― составляют основу формирования в старших классах более сложных действий, которые содействуют дальнейшему становлению ученика как субъекта осознанной активной учебной деятельности на доступном для него уровне.

3а период обучения в старших классах могут быть сформированы следующие **личностные учебные действия:**

* осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
* способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
* положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;
* целостный, социально ориентированный взгляд на мир в единстве его природной и социальной частей;
* самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей; понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе;
* готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

**Коммуникативные учебные действия**

Коммуникативные учебные действия включают следующие умения:

* вступать в контакт и работать в коллективе (учитель−ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель−класс);
* использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
* обращаться за помощью и принимать помощь;
* слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
* сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
* договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

**Регулятивные учебные действия:**

Регулятивные учебные действия включают следующие умения:

* адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
* принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
* активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
* соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

**Познавательные учебные действия:**

К познавательным учебным действиям относятся следующие умения:

* выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
* устанавливать видо-родовые отношения предметов;
* делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
* пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
* наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности;
* работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях).

1. **Примерное содержание коррекционных занятий**

Содержание программного материала занятий состоит из базовых и большого количества подготовительных, подводящих и коррекционных упражнений:

**Содержание курса состоит из следующих разделов:** «Основы знаний о личной гигиене», «Коррекционные и общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами», «Развитие мелкой моторики», «Дыхательные упражнения», «Коррекционные, подвижные и элементы спортивных игр.

1. класс

* Основы знаний о личной гигиене.
* Коррекционные и общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами.

Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки).

* Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые».
* Выполнение движений пальцами рук: сгибание/ разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак /разгибание.
* Выполнение движений плечами.
* Упражнения дыхательной гимнастики.
* Упражнения при формировании осанки, плоскостопия.
* Упражнения при нарушении зрения.
* Строевые упражнения.
* Упражнения на тренажерах, массажерах.
* Коррекционные, подвижные и элементы спортивных игр.

1. класс

* Правила личной гигиены.
* Правила хорошей осанки.
* Коррекционные и общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами.
* Опора на предплечья, на кисти рук.
* Бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы), одной рукой (от груди, от уровня колен, из-за головы).
* Отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой).
* Ловля мяча на уровне груди (на уровне колен, над головой).
* Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину.
* Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево).
* Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево).
* Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения

«лежа на спине».

* Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет.
* Повороты направо, налево с указанием направления учителем.
* Упражнения при формировании осанки, плоскостопия.
* Упражнения при нарушении зрения.
* Строевые упражнения.
* Упражнения на тренажерах, массажерах.
* Коррекционные, подвижные и элементы спортивных игр.

**7 класс**

* Повторение правил личной гигиены.
* Коррекционные и общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами.
* Основы знаний: понятие «направляющий».
* Вставание из положения «стоя на коленях».
* Стояние с опорой, без опоры.
* Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.
* Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры), по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры), по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры).
* Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе).
* Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом).
* Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево).
* Прыжки на одной ноге.
* Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега).
* Выполнение дыхательной гимнастики: грудное, брюшное и полное дыхание в исходном положении «лежа на спине», «сидя», «стоя».
* Упражнения при формировании осанки, плоскостопия
* Упражнения при нарушении зрения.
* Строевые упражнения.
* Упражнения на тренажерах, массажерах.
* Коррекционные, подвижные и элементы спортивных игр.

**8 класс**

* Повторение правил личной гигиены.
* Основы знаний: понятие «направляющий».
* Вставание из положения «стоя на коленях».
* Стояние с опорой, без опоры.
* Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.
* Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры), по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры), по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры).
* Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе).
* Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом).
* Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево).
* Прыжки на одной ноге.
* Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега).
* Выполнение дыхательной гимнастики: грудное, брюшное и полное дыхание в исходном положении «лежа на спине», «сидя», «стоя».
* Коррекционные и общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами.
* упражнения при формировании осанки, плоскостопия
* упражнения при нарушении зрения,
* строевые упражнения
* Упражнения на тренажерах, массажерах.
* Коррекционные, подвижные и элементы спортивных игр.

9 класс

* Правила личной гигиены.
* Основы знаний: понятие «направляющий».
* Вставание из положения «стоя на коленях».
* Стояние с опорой, без опоры.
* Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.
* Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры), по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры), по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры).
* Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе).
* Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом).
* Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево).
* Прыжки на одной ноге.
* Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега).
* Выполнение дыхательной гимнастики: грудное, брюшное и полное дыхание в исходном положении «лежа на спине», «сидя», «стоя».
* Коррекционные и общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами.
* Упражнения при формировании осанки, плоскостопия.
* Упражнения при нарушении зрения.
* Строевые упражнения.
* Упражнения на тренажерах, массажерах.
* Коррекционные, подвижные и элементы спортивных игр.

1. **Тематическое планирование**

Распределение сетки часов на разделы коррекционной программы

«Двигательное развитие» для учащихся 5, 6, 7, 8, 9классов.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Класс | Всего  часов | Специально коррегирующие упражнения и индивидуальные | Общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами и на тренажерах | Коррекционные, подвижные и элементы спортивных игр | Гимнастические упражнения | Легкоатлетические упражнения |
| 5 | 66 | 14 | 10 | 16 | 14 | 14 |
| 6 | 68 | 14 | 10 | 16 | 14 | 14 |
| 7 | 68 | 14 | 10 | 16 | 14 | 14 |
| 8 | 68 | 14 | 10 | 16 | 14 | 14 |
| 9 | 68 | 14 | 10 | 16 | 14 | 14 |

**Распределение учебного материала по четвертям в 5, 6, 7, 8, 9 классах**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Виды программного  материала | 1  четверть | 2  четверть | 3  четверть | 4  четверть | Всего  часов |
| Общеразвивающие упражнения без предметов с предметами и на тренажерах. | 5 |  | 5 | 2 | 12 |
| Специально коррегирующие упражнения и индивидуальные | 3 | 4 | 3 | 4 | 14 |
| Легкоатлетические упражнения | 3 | 3 | 4 | 4 | 14 |
| Гимнастические упражнения | 3 | 4 | 4 | 3 | 14 |
| Коррекционные, подвижные игры и элементы спортивных игр | 4 | 3 | 4 | 3 | 14 |
|  | 18 | 14 | 20 | 16 | 68 |

1. **Материально - техническое обеспечение**

**Оборудование в спортивном зале:**

1. Баскетбольная площадка с двумя баскетбольными корзинами.
2. Волейбольная сетка.
3. Гимнастическая стенка 4 шт.
4. Навесная гимнастическая стенка с тренажером для свода стоп - 1.
5. Гимнастический конь.
6. Гимнастический козёл.
7. Гимнастическое бревно.
8. Гимнастические скамейки – 4.

**Оборудование в спортивном (тренажерном) зале:**

1. Гимнастическая шведская стенка – 1шт.
2. Беговая дорожка – 2шт.
3. Велотренажеры – 3шт.
4. Мини степперы – 3шт.
5. Детский спортивный тренажер «Тяга верхняя» - гребля – 1шт.
6. Гимнастическая скамья для пресса - 1шт.
7. Скамья атлетическая – 1шт.
8. Тонер (Дартс) – 3 шт.
9. Детская тяга «Жим ногами» - 1шт.
10. Мини велотренажеры – 3шт.

**Спортивный инвентарь для проведения занятий**

1.Мягкие мячи – 10 шт.

2.Мячи волейбольные – 4 шт.

3.Мячи баскетбольные – 2 шт.

4. Мячи футбольные – 2 шт.

5.Мячи для настольного тенниса – 8 шт.

6.Мячи для большого тенниса – 4 шт.

7.Мячи набивные (метбол) – 24 шт.

8. Кистевые эспандеры – 29 шт.

9.Ручные эспандеры – 10 шт.

10.Гантели – 8 шт.

11.Скакалки – 12 шт.

12. Гимнастические мячи – 8 шт.

13. Лыжи - 25 пар.

14.Лыжные ботинки – 41 пара.

15.Лыжные палки – 25 пар.

16.Диск «Здоровье» – 12 шт.

17.Мяч массажный -10 шт.

18.Насос для мяча – 1шт.

19.Гимнастические палки – 20 шт.

20.Разметка для игр – 10 шт.

21.Ракетки для бадминтона – 5 пар.

22.Дартс – тонер – 2шт.

**Дидактический спортивный инвентарь** (нестандартное оборудование):

1.Средние мягкие мячи – 10 шт.

2.Малые мягкие мячи – 12 шт.

3.Бумажные малые мячи - 10 шт.

4.Мешочки с песком – 10 шт.

5.Мягкие гимнастические палки – 10 шт.

6.Коррекционная тропа мягкая следковая на веревочном соединении.

7.Носковая тропа.

8.Пяточная тропа.

9.Следки из ДВП:

- одиночные,

- двойные.

10.Следковые дорожки из ДВП:

- открытые,

- закрытые.

11.Пробочные следки (одиночные)

12.Следки двойные мягкие с пуговичками

13.Перчатки двойные с пуговичками

14.Пробочные дорожки от 3 до 6 метров

15.Коврик для прыжков с продвижением вперед и разные стороны

16.Деревянные бруски с носковыми следочками

высотой 4 см.

**Литература**

1. Лечебная физическая культура: Справочник. Епифанов В.А. М- Медицина,1987.
2. Полная энциклопедия лечебной гимнастики. Т.А. Евдокимова. М: Эксмо,2003.
3. Программа по физической культуре. Специальная медицинская группа. М.Ю. Ушакова. М:2010 ( Образовательный стандарт»
4. Физическое воспитание детей со сколиозом и нарушением осанки. Г. А.Халемского.М: Энас,2002.
5. Внимание сколиоз. А.А. Очерет «Советский спорт»2000.
6. Физическое воспитание детей с церебральным параличом. Е.М. Мастюкова.М: Просвещение 1991
7. Спортивные и подвижные игры для детей и подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Михаэль Шоо.»академия,2003
8. Комплексная физическая реабилитация детей с нарушением опорно-двигательного аппарата.Л.С. Сековец. М: Школьная пресса 2008.
9. Корригирующая гимнастика для детей с нарушением опорно- двигательного аппарата. М.Ю. Клюева. Санкт- Петербург «Детство- Пресс» 2007
10. Детское зрение. Г. Демирчоглян .М:1998
11. Как самому восстановить зрение .Е.А. Оремус. М:1999
12. Коррекционно- педагогическая работа по физическому воспитанию детей с нарушением зрения..Л.С. Сековец. М:2008.
13. Здоровьеформирующее физическое развитие. И.К.Шилкова. « Владос»,2001.
14. Игры которые лечат. Е.А. Бабенкова, М: 2010.
15. Игры которые лечат, А.С. Галанов, М: 2001