

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области
«Ачитская школа-интернат, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы».**

Согласовано:

**Заместитель директора
по УВР**

(Н.П. Свиридова)

«30» августа 2022 г.

Утверждено:

Директор

(Ю.П. Лунегов)

Приказ № 115 -ОД

от «31» августа 2022 г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Наименование коррекционного курса «Лечебная физкультура»

для учащихся 1-7 классов

на 2022-2023 учебный год

Рассмотрена

на заседании ШМО

Протокол № 1

от « 30 » августа 2022 г.

Руководитель ШМО

(Власова С.В.)

Составитель:

Меньшикова С.П.

(Ф.И.О. педагога)

Пояснительная записка.

Рабочая программа по коррекционному курсу «Лечебная физкультура» для 1-7 классов составлена на основе Федеральной программы «Дети России», Подпрограммы «Дети-инвалиды», Программы специальной (коррекционной) школы по лечебной физкультуре для детей с нарушением интеллекта I-IV классы «Азбука здоровья», рекомендованной Министерством образования Российской Федерации Международным университетом семьи и ребенка им. Рауля Валленберга, С.-Петербург, «Образование», 1994 год.

Рабочая программа по коррекционному курсу «Лечебная физкультура» для учащихся 1- 7 классов составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

- Федерального закона РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ № 1599 от 19 декабря 2014 г.;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ГБОУ СО «Ачитская школа-интернат»;
- Устава ГБОУ СО «Ачитская школа-интернат»;
- Учебного плана ГБОУ СО «Ачитская школа-интернат».

ХАРАКТЕРИСТИКА УЧАЩИХСЯ 1- 7 КЛАССОВ.

Характеристика 1 класс

В классе 4 человека: 4 мальчика

1	Корюков Михаил	Специальная группа «А»	(Заболевание ЦНС, ЛОР органов). ЛФК, исключить прыжки и физические упражнения требующие большого напряжения
2	Попов Евгений	Специальная группа «А»	(Заболевание ЦНС, ЛОР органов). ЛФК, исключить прыжки и физические упражнения требующие большого напряжения
3	Попов Алексей	Специальная группа «А»	(Заболевание ЦНС, ЛОР органов). ЛФК, исключить прыжки и физические упражнения требующие большого напряжения
4	Неустроев Феликс	Специальная группа «А»	(Заболевание ЦНС, ЛОР органов). ЛФК, исключить прыжки и физические упражнения требующие большого напряжения

Характеристика 3 класс

В классе 3 человека: 2 мальчика, 1 девочка

1	Назирова Анна	подготовительная	Заболевание ЦНС
2	Тупоногов Роман	Подготовительная	(Заболевание ЦНС, плоскостопие)
3	Мальцева Лида	Подготовительная	Заболевание ЦНС

Характеристика 4 класс

В классе 4 человека: 3 мальчика, 1 девочка

1	Власов Данил	подготовительная	(Заболевание ЛОР органов, ЦНС). Недостаточное физическое развитие и слабо физически подготовленные, с незначительными отклонениями в состоянии здоровья. Запрещены: большие объемы высокоинтенсивных физических нагрузок, длительный бег, большое количество повторений упражнений
2	Долженко Мирослав	Основная	(Заболевание ЦНС)
3	Ситдииков Иван	подготовительная	(Заболевание ЦНС). Недостаточное физическое развитие и слабо физически подготовленные, с незначительными отклонениями в состоянии здоровья. Запрещены: большие объемы высокоинтенсивных физических нагрузок, длительный бег, большое количество повторений упражнений
4	Иванова Милана	основная	(Заболевание ЦНС)

Характеристика 5 класс

В классе 3 человека: 2 мальчик и 1 девочка

1	Федосеева Вероника	подготовительная	(Заболевание ЦНС). Недостаточное физическое развитие и слабо физически подготовленные, с незначительными отклонениями в состоянии здоровья. Запрещены: большие объемы высокоинтенсивных физических нагрузок, длительный бег, большое количество повторений упражнений
2	Янгельдина Анастасия	подготовительная	(Заболевание ЦНС). Недостаточное физическое развитие и слабо физически подготовленные, с незначительными отклонениями в состоянии здоровья. Запрещены: большие объемы высокоинтенсивных физических нагрузок, длительный бег, большое количество повторений упражнений
3	Мусихин Артем	подготовительная	(Заболевание ЦНС). Недостаточное физическое развитие и слабо физически подготовленные, с незначительными отклонениями в состоянии здоровья. Запрещены: большие объемы высокоинтенсивных физических нагрузок, длительный бег, большое количество повторений упражнений

Характеристика 6 а класс

В классе 10 человек: 8 мальчиков и 2 девочки.

№	Ф.И.	Группа здоровья	Рекомендации
1	Миронов Иван	Подготовительная	(Заболевание ЦНС, мочеполовой системы). Недостаточное физическое развитие и слабо физически подготовленные, с незначительными отклонениями в состоянии здоровья. Запрещены: большие объемы высокоинтенсивных физических нагрузок, длительный бег, большое количество повторений упражнений.
2	Савицкий Кирилл	подготовительная	(Избыточная масса тела, ЦНС). Недостаточное физическое развитие и слабо физически подготовленные, с незначительными отклонениями в состоянии здоровья. Запрещены: большие объемы высокоинтенсивных физических нагрузок, длительный бег, большое количество повторений упражнений
3	Бушмелев Максим	основная	(Плоскостопие, заболевание Лор органов). Без отклонений в состоянии здоровья и физическом развитии
4	Ханов Фердинат	специальная группа «А»	(Заболевание ЦНС, мочеполовой системы, ЛОР органов, плоскостопие)Отклонения в здоровье постоянного или временного характера, требующие ограничения физических нагрузок, полностью исключены подтягивания и акробатические упражнения. Нуждается в упражнениях для правильной осанки, на создание и укрепление мышечного корсета спины и живота ограничение акробатических, силовых, скоростных упражнений, подвижные игры умеренно – интенсивные

5	Лягаев Виталий	основная	(Заболевание ЛОР органов, ЦНС). Без отклонений в состоянии здоровья и физическом развитии
6	Чебыкин Ярослав	подготовительная	(Избыточная масса тела, ЦНС). Недостаточное физическое развитие и слабо физически подготовленные, с незначительными отклонениями в состоянии здоровья. Запрещены: большие объемы высокоинтенсивных физических нагрузок, длительный бег, большое количество повторений упражнений
7	Калягина Полина	Специальная «Б»	(Заболевание ЦНС) . Упражнения в пределах возможностей : быстрота, сила, выносливость, большое внимание уделяется развитию гибкости и координации движений.
8	Келиверде Елизавета	Специальная группа «А»	(Ожирение, заболевание ЛОР органов, заболевание ЦНС) .ЛФК, упражнения в пределах возможностей : быстрота, сила, выносливость, большое внимание уделяется развитию гибкости и координации движений.
9	Быстров Владимир	Основная группа	(Заболевание ЦНС, плоскостопие). ЛФК, исключить прыжки и физические упражнения требующие большого напряжения
10	Гудаев Алексей	Специальная «Б»	(Заболевание ЦНС заболевание почек.) . Упражнения в пределах возможностей : быстрота, сила, выносливость, большое внимание уделяется развитию гибкости и координации движений. Запрещено работать в паре.

Характеристика 7 а класс

В классе 7 человек: 4 мальчика и 3 девочки.

№	Ф.И.	Группа здоровья	Рекомендации
1	Луногов Егор	Специальная группа «А»	(Заболевание мочеполовой системы). ЛФК, укрепление мышц спины, стопы, упражнения в пределах возможностей : быстрота, сила, выносливость, большое внимание уделяется развитию гибкости и координации движений.
2	Мусихин Дмитрий	подготовительная	(Заболевание ЦНС, мочеполовой системы, плоскостопие). Недостаточное физическое развитие и слабо физически подготовленные, с незначительными отклонениями в состоянии здоровья. Запрещены: большие объемы высокоинтенсивных физических нагрузок, длительный бег, большое количество повторений упражнений
3	Ладейщиков Евгений	Специальная группа «А»	(Заболевание ЛОР органов, ЦНС, плоскостопие). ЛФК, укрепление мышц спины. Отклонения в здоровье постоянного или временного характера, требующие ограничения физических нагрузок, полностью исключены подтягивания и акробатические упражнения. Нуждается в упражнениях для правильной осанки, на создание и укрепление мышечного корсета спины и живота ограничение акробатических, силовых, скоростных упражнений, подвижные игры умеренно – интенсивные
4	Савицкий Сергей	подготовительная	(ЦНС, плоскостопие). Недостаточное физическое развитие и слабо физически подготовленные, с незначительными отклонениями в состоянии здоровья.

			Запрещены: большие объемы высокоинтенсивных физических нагрузок, длительный бег, большое количество повторений упражнений
5	Тебнева Дарья	подготовительная	(Заболевание мочеполовой системы, ЦНС). Недостаточное физическое развитие и слабо физически подготовленные, с незначительными отклонениями в состоянии здоровья. Запрещены: большие объемы высокоинтенсивных физических нагрузок, длительный бег, большое количество повторений упражнений
6	Вафина Динара	подготовительная	(Плоскостопие, ЦНС, ожирение). Недостаточное физическое развитие и слабо физически подготовленные, с незначительными отклонениями в состоянии здоровья. Запрещены: большие объемы высокоинтенсивных физических нагрузок, длительный бег, большое количество повторений упражнений
7	Ожегова Виктория	Специальная группа «Б»	Заболевания ЦНС . Шунтирование кисты в голове. Запрещены: большие объемы высокоинтенсивных физических нагрузок, длительный бег, большое количество повторений упражнений .

Характеристика 7 в класс

В классе 7 человек 4 мальчика 3 девочки

№	Ф.И.	Группа здоровья	Рекомендации
---	------	-----------------	--------------

1	Миронова Мария	Специальная группа «А»	(Заболевание ЦНС, заболевание мочеполовой системы). ЛФК, укрепление мышц стопы, упражнения в пределах возможностей : быстрота, сила, выносливость, большое внимание уделяется развитию гибкости и координации движений.
2	Шубин Александр	подготовительная	(ЦНС, заболевание крови, мочеполовой системы, пищеварительного тракта, плоскостопие). Недостаточное физическое развитие и слабо физически подготовленные, с незначительными отклонениями в состоянии здоровья. Запрещены: большие объемы высокоинтенсивных физических нагрузок, длительный бег, большое количество повторений упражнений
3	Насиров Алмаз	подготовительная	(ЦНС, заболевание крови, мочеполовой системы, заболевание суставов, плоскостопие). Недостаточное физическое развитие и слабо физически подготовленные, с незначительными отклонениями в состоянии здоровья. Запрещены: большие объемы высокоинтенсивных физических нагрузок, длительный бег, большое количество повторений упражнений
4	Стругова Анастасия	основная	(ЦНС, плоскостопие). Без отклонений в состоянии здоровья и физическом развитии
5	Жданов Илья	специальная группа «В»,	(Заболевание ЦНС, сколиоз, плоскостопие, ОДА). ЛФК, отклонения в здоровье постоянного или временного характера, требующие ограничения физических нагрузок, полностью исключены подтягивания и акробатические упражнения. Нуждается в упражнениях для правильной осанки, на создание и укрепление мышечного корсета спины и живота ограничение акробатических, силовых, скоростных упражнений, подвижные игры умеренно – интенсивные

6	Лылов Мирослав	Специальная группа «А»	(ЦНС, заболевание ОДА). Исключить прыжки и физические упражнения, требующие большого напряжения. Отклонения в здоровье постоянного или временного характера, требующие ограничения физических нагрузок, полностью исключены подтягивания и акробатические упражнения. Нуждается в упражнениях для правильной осанки, на создание и укрепление мышечного корсета спины и живота ограничение акробатических, силовых, скоростных упражнений, подвижные игры умеренно – интенсивные
7	Сагалаева Анастасия	подготовительная	Заболевание ЦНС.

У большинства обучающихся ГБОУ СО «Ачитская школа-интернат» с нарушением интеллекта наблюдаются нарушения физического развития, что требует коррекционной работы с ними.

Настоящая программа составлена с учетом того, что у большинства обучающихся имеются нарушения сердечно-сосудистой, дыхательной, вегетативной и эндокринной системы. У многих из них отсутствуют согласованность дыхания и двигательной нагрузки, наблюдается отставание в росте, непропорциональное телосложение, различные отклонения в осанке, плоскостопие, различные стертые двигательные нарушения.

Необходимо учесть, что позвоночник - физический центр тела, каркас его мягких тканей и органов. Неправильная осанка, зажатость позвоночника приводит к неравномерному распределению нагрузки на суставы, связки, мышцы, отчего страдает вся опорно-двигательная система. При определенном искривлении тела внутренние органы отклоняются от нормального положения и зажимаются другими органами и тканями. Позвоночник не только поддерживает тело - из него выходят 33 пары нервов, 2 главные нити симпатической нервной системы, поэтому любое смещение позвонков, их деформация подвижности приводят к нарушению работы всего организма. Патологическая осанка возникает из-за слабого развития мышечной системы, особенно мышц спины и живота, неправильной походки, связанной с неразвитостью стоп, с плоскостопием.

Цель: максимально возможная самореализация и коррекция детей с отклонениями в состоянии здоровья в социально приемлемом и одобряемом виде деятельности, повышение их реабилитационного потенциала и уровня развития двигательных качества и как следствие, социализация и последующая социальная интеграция данной категории населения, которые должны осуществляться не только на приспособлении этих людей к нормам и правилам жизни здоровых сограждан, но и с учетом их собственных условий.

Задачи:

- активизация защитных сил организма ребенка;
- содействовать выработке устойчивой правильной осанки, укреплению и сохранению гибкости позвоночника, предотвращение его

деформации;

- содействовать укреплению и развитию мышечной системы, нормализации работы опорно-двигательного аппарата;
- воспитывать в детях чувства внутренней свободы, уверенности в себе, своих силах и возможностях своего тела;
- развивать общую организованность, их внимание, фантазию, доброжелательность.

Основополагающие принципы.

- учет индивидуальных особенностей каждого ученика (морфофункциональное развитие, состояние сохранных функций, медицинские противопоказания, состояние двигательных функций и координационных способностей, уровень физической подготовленности, способность к обучению движениям, отношение к занятиям физическими упражнениями: интересы, мотивы);

- адекватность средств, методов и методических приемов обучения двигательным действиям, развитие физических качеств, коррекция психомоторных нарушений и физической подготовки, оптимизация нагрузки, сообщение новых знаний;

- эмоциональность занятий (музыка, игровые методы, нетрадиционное оборудование и пр.);

- создание условий для реального выполнения заданий, оказание помощи, обеспечение безопасности;

- поощрение, одобрение, похвала за малейшие успехи;

- контроль за динамикой результатов учебно-познавательного процесса и функциональным состоянием занимающихся.

К психологическим принципам относятся:

- создание комфортного психологического климата на уроках (позитивный настрой, положительная мотивация, поддержание эмоций и ощущений радости, бодрости, оптимизма, комфорта), влияющего на проявление и развитие своего «Я»;

- сплоченность группы (постановка общей цели, объединение общими интересами, взаимопомощь, взаимопонимание, симпатия, эмпатия, ролевые функции);

- стиль общения (равный статус, доброжелательность, доверие, авторитет и личный пример учителя, его открытость, выраженное внимание к каждому ученику);

- примирительные акты в случае конфликтов (исключение ощущений дискомфорта, неуверенности, агрессии, враждебности, гнева, которые могут наступить вследствие неустойчивого психического самочувствия, перенапряжения, боли, неудачи, вербальных или невербальных разногласий, эмоционального неудовлетворения, отсутствия внимания и др.), концентрация внимания обучающихся на положительном, позитивном, переориентировка внимания на саморегуляцию, самоконтроль, установление равновесия между внешними влияниями, внутренним состоянием и формами поведения.

Как известно, нарушения в различных сферах у проблемного ребенка в преобладающем большинстве случаев сочетается с аномальным развитием двигательной сферы, становление которой неотделимо от познания мира, овладения речью, трудовыми навыками, поэтому важное значение для социализации и интеграция личности данной категории детей имеет уровень их сформированности.

Одной из главных причин, затрудняющих формирование двигательных умений и навыков у детей, имеющих ограниченные возможности здоровья, являются нарушения моторики, не только накладывающие отрицательный отпечаток на их физическое, но и психическое здоровье. Коррекция двигательных нарушений средствами лечебной физической культуры является обязательным и важным направлением оздоровительно-коррекционной работы в специальных (коррекционных) учреждениях, поскольку процесс физического воспитания оказывает значительное влияние на развитие личностных качеств аномального ребенка и в известной мере - на становление его познавательной деятельности.

В специальной литературе изложены основные теоретические положения, на которых строится оздоровительно-коррекционная работа с детьми, имеющими проблемы развития, имеется большое количество исследований по развитию у них познавательных возможностей, речи, памяти, практической деятельности, а также отдельных аспектов физического воспитания.

Лечебная физическая культура, предназначена для удовлетворения комплекса потребностей человека с отклонениями в состоянии здоровья. Главными из них являются самоактуализация, максимально возможная самореализация своих способностей и сопоставление (сравнение) их со способностями других людей, имеющих подобные проблемы со здоровьем (повреждения центральных механизмов управления движениями, зрения, слуха, интеллекта и др.).

Кроме того, в число ведущих потребностей этого комплекса входят потребности общения (коммуникативной деятельности), преодоления отчужденности, выхода за пределы замкнутого пространства своей квартиры, в более обобщенном выражении социализации и социальной интеграции.

Лечебная физкультура (ЛФК) - система средств физической культуры, применяемых для профилактики и лечения различных заболеваний и их последствий. Занятия ЛФК направлены на выведение организма из патологического состояния, повышение его функциональных возможностей путем восстановления, коррекции и компенсации дефектов.

На занятиях ЛФК, наряду с физическими упражнениями с коррекционной направленностью, используются упражнения, закрепляющие умения естественно двигаться (ходьба, бег, ориентирование в пространстве, управление своими движениями).

Положительными особенностями лечебных упражнений являются:

- 1) глубокая биологичность - движения свойственны всему живому;
- 2) отсутствие отрицательного побочного действия (при правильной дозировке);
- 3) возможность длительного применения;
- 4) универсальность и широкий диапазон воздействия на организм;
- 5) положительное влияние на эмоциональное состояние ребенка;
- 6) стимулирующее влияние на все органы и системы организма.

От правильного подбора комплекса упражнений зависит успех в коррекционно-восстановительной работе с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья.

При этом необходимо особенности вторичного дефекта, уровень физической подготовленности, возраст детей.

Несмотря на индивидуализацию занятий ЛФК, существуют общие правила, которых необходимо придерживаться:

1. Следует применять строго дозированные физические нагрузки с учетом всех компонентов (интенсивности, числа повторений, интервалов отдыха, характера упражнений).
2. Постепенно увеличивать физические нагрузки при адаптации организма к ним.
3. Упражнения должны охватывать различные мышечные группы.
4. В занятие необходимо включать дыхательные и общеукрепляющие упражнения.
5. Перед занятием помещение надо хорошо проветривать.
6. Проводить строгий контроль за реакцией организма на физическую нагрузку (до занятий, в процессе занятий и после нагрузки).

7. При появлении признаков утомления занятие необходимо прекратить и в дальнейшем пересмотреть характер нагрузки.

8. Регулярно проводить врачебно-педагогический контроль за детьми на занятиях ЛФК.

При планировании и проведении занятий ЛФК должны быть учтены особенности организма обучающихся, их пониженные функциональные возможности, замедленность адаптации к физическим нагрузкам. В зависимости от деформаций опорно-двигательного аппарата, функциональных возможностей

предполагается применение физических упражнений в разной последовательности и дозировке.

Систематические, разнообразные занятия физическими упражнениями в процессе всей коррекционно-воспитательной работы, планомерное повышение нагрузок при текущем медико-педагогическом контроле, преемственность применяемых средств дают устойчивое повышение двигательной активности школьников, улучшение состояния здоровья.

Занятие ЛФК состоит из подготовительного, основного и заключительного этапов.

Поскольку у детей данного контингента слабо развита адаптация к физическим нагрузкам, выработка условно-рефлекторных связей идет медленно, целесообразно увеличить длительность подготовительной части занятия до 30-35% общего времени занятия, оставляя на основную часть до 40-50%, на заключительную - 20-25%.

При проведении занятий необходим контроль за переносимостью нагрузки. В середине занятия показатель частоты сердечных сокращений (ЧСС) должен быть увеличен не более чем на 25% по сравнению с пульсом до начала занятий.

Физиологическая кривая, которая строится на основании пульса, должна быть многовершинной, т. е. плавный подъем и понижение сменяются в течение занятий несколько раз. Восстановление пульса в течение 3-4 минут после упражнений – показатель хорошей переносимости нагрузки. При появлении в процессе упражнений или после них патологической реакции пульса занятия нужно прекратить и пересмотреть характер нагрузки. Процесс адаптации детей к нарастающей физической нагрузке должен происходить постепенно.

Для самих обучающихся с ограниченными возможностями основная цель лечебно-физкультурной деятельности состоит в коррекции двигательных нарушений и приобретении жизненно важных двигательных умений и навыков, приобщении их к социальной сфере, освоении мобилизационных, технологических, интеллектуальных и других ценностей адаптивной физической культуры. Занятия ЛФК направлены на улучшение физической подготовленности, увеличение подвижности суставов, укрепление деятельности сердечнососудистой и дыхательной систем, а также положительно влияет на развитие психомоторных механизмов (быстрая и адекватная ориентировка в сложной двигательной деятельности, развитие двигательной моторики, концентрация внимания, распределение внимания, объем поля зрения, оперативность мышления, моторная выносливость).

Учебная программа по лечебной физической культуре обобщает и систематизирует теоретические и практические сведения, позволяющие рационально строить коррекционный процесс, получать положительные сдвиги в развитии организма и формировать и корректировать в соответствии с возрастными особенностями правильное выполнение двигательных умений и навыков (двигательных качеств).

В программу включены следующие разделы:

- корригирующие упражнения;
- упражнения для профилактики плоскостопия;

- формирования правильной осанки;
- упражнения на равновесие, стимулирующие вестибулярный аппарат;
- упражнения на развитие и укрепление различных групп мышц;
- упражнения на тренажерах;
- упражнения на шведской стенке, способствующие профилактике плоскостопия, развитию координации движений, вытягиванию позвоночника, что стимулирует рост и предупреждает остеохондроз;
- дыхательные упражнения;
- упражнения на релаксацию, аутотренинг.

В комплексе с физическими упражнениями применяются элементы массажа.

Для повышения заинтересованности учащихся занятия проводятся с музыкальным сопровождением. Это развивает также чувство ритма, гармонии с окружающим миром.

Организационная структура занятий: основной формой работы по лечебной физкультуре в школе является коррекционное занятие.

Принципы планирования занятий лечебной физкультуры:

- постепенное повышение нагрузки и переход к успокоительным упражнениям в конце урока;
- чередование различных видов упражнений;
- подбор упражнений, соответствующих возрасту и развитию обучающихся.

Коррекционное занятие по ЛФК состоит из трех частей: подготавливающей (вводной), основной, заключительной.

Подготавливающая часть, включает упражнения с различными предметами: коврики массажные со следочками, сенсорные дорожки, ящики с наполнителями (галька, шишки, мячи), лесенкой, деревянными брусочками и без предметов: ходьба и виды ходьбы (на носках, на пятках, на внешней и внутренней стороне стопы, с мешочками, с высоким подниманием бедра и др.).

Основная часть занятия строится в игровой форме, что способствует развитию воображения и фантазии, образного мышления, а также речевых навыков обучающихся, которые охотно выполняют упражнения, превращаясь по ходу в различных животных (кошку, лягушку, носорога ...), насекомых и других персонажей живой природы. В основной части занятия используются тренажеры: велотренажер, беговая дорожка механическая, массажер для стоп, «ступеньки», гимнастические палки, платочки, веревочки, м/мячи, мешочки с песком и др.

Упражнения, являющиеся основой занятий, дети изучают в начале учебного курса. Они состоят из 7 разделов:

I. Укрепление Мышц спины, брюшного пресса, путем прогиба назад: "Змея", "Кобра", "Ящерица", "Кораблик", "Лодочка (Качели)", "Рыбка", "Колечко", "Мостик", "Кошечка".

II. Укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклона вперед: "Книжка", "Птица", "Страус", "Летучая мышь", "Носорог", "Веточка", "Улитка", "Горка".

III. Упражнения для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону: "Маятник", "Морская звезда", "Лисичка", "Месяц", "Орешек", "Муравей", "Стрекоза".

IV. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: "Бабочка", "Рак", "Паучок", "Павлин", "Зайчик", "Лягушка", "Бег", "Елочка", "Велосипед".

V. Упражнения для развития стоп: "Ходьба", "Лошадка", "Гусеница", "Медвежонок", "Лягушонок".

VI. Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса: "Замочек", "Дощечка", "Пчелка", "Мельница", "Пловец".

VII. Упражнения на равновесие: "Аист", "Петушок", "Ласточка".

Подвижные и коррекционные игры:

- игры для профилактики и коррекции дефектов осанки — «Пропеллер», «Плавание», «Ворона», «Рукопожатие», «Обруч», «Ласточка», «Лыжник», «Ходим в шляпах», «Слушай внимательно»;

- игры для профилактики и коррекции плоскостопия — «Каток», «Разбойник», «Маляр», «Сборщик», «Художник», «Гусеница», «Мельница».

- игровые упражнения: «Великан», «Карлик», «Маленький — большой», «Лошадь».

В заключительную часть занятия включаются упражнения на дыхание, расслабление, аутотренинг и элементы массажа, упражнения выполняются под музыку.

На всех занятиях предпринимаются меры для предупреждения несчастных случаев.

Особенности организации учебной деятельности обучающихся по коррекционному курсу «Лечебная физкультура» в 1-6 классах.

Учебный процесс представляет собой единство содержания, методов, средств, и организационных форм обучения. Словесно-практический метод – объяснение новой темы совмещается с показом, что является эффективным условием усвоения нового материала.

• Метод имитации – направлен на то, чтобы лучше усвоить технику выполнения упражнения.

• Методы стимулирования интереса:

игровые формы организации учебной деятельности – всем известно, что через игру можно активизировать процесс непроизвольного запоминания, повышение интереса к спортивной деятельности, углублению познания через эмоции.

• Методы поощрения и порицания – эта форма акцентирует внимание обучающихся, ребёнок постоянно смотрит на учителя, внимательно слушает задание, пытается выполнить так же, как и у него и поведение конечно соответствующее, потому что ребёнок сосредоточен.

Используются ТСО: музыкальные композиции (ПК, магнитофон).

Содержание программы

1 класс (34 часа)

Основы знаний.

Форма одежды, правила поведения и передвижения в кабинете. Знание техники безопасности и правил пользования спортивными снарядами и тренажерами. Правила личной гигиены.

Построение в колонну, равнение в затылок. Размыкание на вытянутые руки вперед. Повороты по ориентирам.

Вводная часть занятия.

1. Корректирующие упражнения.

Основная стойка. Положение рук: на пояс, за голову. Поднимание на носки, на пятки, стойка на внешней стороне стопы, носки вместе, пятки врозь (медвежонок), стойка на внутренней стороне стопы, носки врозь, пятки вместе (балеринка). Простейшие сочетания изученных движений (1 четверть).

2. Упражнения для формирования правильной осанки.

Ходьба под музыку колонной по одному за учителем с мешочком на голове. Руки на поясе (1, 2 четверть).

Ходьба занаправляющим по ориентирам с соблюдением ритма (3, 4 четверть).

3. Упражнения для профилактики плоскостопия:

а) ходьба на носках, на пятках (руки за голову), на внешней и внутренней стороне стопы (руки на поясе) под музыку за учителем (1,2 четверти);

Ходьба за направляющим по ориентирам с выполнением задания и соблюдением ритма (3, 4 четверти);

б) занятие на тренажёре «Массаж стоп» (1 четверть-30 мин; 2, 3, 4- четверти до 2 мин);

в) упражнения на шведской стенке по профилактике плоскостопия и улучшению координации движений, лазанье и спуск произвольным способом (1, 2, 3, 4 четверти).

4. Разминка без предметов для всех групп мышц (шея, плечи, руки, пояс, ноги) под музыку по примеру учителя (1, 2, 3, 4 четверти).

Основная часть занятия.

1. Корректирующие упражнения. Освоение главных исходных положений (поза «внимательного ученика», поза «удовольствия», положение лёжа на животе, руки в упоре у плеч, положение лёжа на спине, руки вдоль тела ладонями к полу (1 четверть).

Простейшие дыхательные упражнения (вдох: нюхаем цветок, выдох: греем дыханием руки) (1,2, 3, 4 четверти).

2. Упражнения для формирования правильной осанки (1, 2, 3, 4 четверти).

3. Упражнения для профилактики плоскостопия (1, 2, 3, 4 четверти).

4. Упражнения на равновесие (1, 2, 3, 4 четверти).

Заключительная часть занятия.

1. Упражнения на тренажёре «Качели». Простейшие упражнения качания с помощью учителя.

2. Упражнение «Вис на шведской стенке» из положения стоя на нижней: перекладине, лицом к снаряду.

3. Упражнение по ориентированию в пространстве: игра с обручами: «Найди свой домик», «Кто лишний?»

2 класс (34 часа)

Основы знаний.

Понятие «направляющий», чередование вдоха и выдоха при выполнении упражнений.

Построения и перестроения.

Построение в шеренгу, равнение по носкам: в шеренге. Выполнение приветствия. Расчёт на первый и второй. Перестроение из одной шеренги в две с последующим размыканием на вытянутые руки вперёд и в стороны (1, 2 четверти).

Вводная часть занятия.

1. Корректирующие упражнения.

Основная стойка, ноги в шестой позиции. Положение рук: вперёд, вверх, на пояс, переплетённые пальцы, Ладони вывернуты наружу. Стойка в положении медвежонок, балеринка (1 четверть).

2. Упражнения для формирования правильной осанки. Ходьба с мешочком на голове за направляющим, повороты по ориентирам, различные положения рук. Движения под музыку с соблюдением ритма.

3. Упражнения для профилактики плоскостопия:

а) ходьба на носках, на пятках (руки за головой), внешней: и внутренней стороне стопы (руки на поясе) под музыку с соблюдением ритма за направляющим по ориентирам (1, 2, 3, 4 четверти);

б) упражнения на тренажёрах: «Массажёр стоп» - бег, «Качели» - вращение грузов стопами ног из положения сидя на стуле (1, 2, 3, 4 четверти);

в) упражнения на шведской стенке, Лазанье вверх и вниз приставными шагами (1, 2, 3, 4 четверти).

4. Разминка с гимнастической палкой для всех групп мышц (шея, плечи, руки, ноги, пояс) под музыку с соблюдением ритма по примеру учителя (1, 2 четверти). По примеру назначенного учителем ведущего (3, 4 четверти).

Основная часть занятия.

Проводится в форме сказки, которую рассказывает учитель, а роли исполняют ученики. Они помогают давать характеристики главным героям сказки и оценивают ситуации. Количество упражнений, входящих в эту часть занятия, не превышает 8, 9.

1. Корректирующие упражнения.

Выполнение упражнения «Месяц» (1, 2, 3, 4 четверти).

2. Дыхательные упражнения; простейшие приёмы дыхательной гимнастики Стрельниковой (на каждый шаг на месте с поворотом головы показывать, как принохивается лисичка, идущая по следу) по примеру учителя (1,2, 3,4 четверти).

3. Упражнения для формирования правильной осанки. Любые по указанию учителя. 6-7 упражнений из разделов 1,2,3,4,5, выполняемые по примеру и с помощью учителя (1,2 четверти), без помощи учителя(3,4 четверти).

4. Упражнения для профилактики плоскостопия. Любые 1 или 2 упражнения из раздела 5, выполняемые по примеру и с помощью учителя в 1 четверти и без помощи - во 2, 3, 4 четвертях.

5. Упражнения на равновесие: любое из упражнений раздела 7, выполняемое по примеру и с помощью учителя в 1 четверти и без помощи учителя во 2,3, 4 четвертях.

Заключительная часть занятия.

1. Упражнения: на тренажёре «Качели», С помощью учителя в 1 четверти, без помощи учителя во 2, 3, 4 четвертях.

2. Вис на шведской стенке из положения стоя лицом к снаряду на половине высоты (1, 2, 3, 4 четверти).

3 класс (34 часа).

Основы знаний.

Значение ЛФК для здоровья. Формирование понятия «аккуратность». Умение придумать вместе с учителем сюжет основной части занятия.

Вводная часть занятия.

1. Корректирующие упражнения.

Выполнение на память упражнения «Потягушечки» с переходом в позу «внимательного ученика» (1,2,3,4 четверти).

2. Упражнения для формирования правильной осанки. Ходьба с мешочком на голове за направляющим, повороты по ориентирам, различные положения рук.

Движения под музыку с соблюдением ритма, строя и интервала. Сохранение осанки при выполнении упражнения: на каждый шаг касание высоко поднятым коленом, локтя противоположной руки (1,2,3,4 четверти).

3. Упражнения для профилактики плоскостопия:

а) ходьба на носках, на пятках (руки за головой), внешней и внутренней стороне стопы (руки на поясе) (1 четверть). Те же упражнения с гимнастической палкой под музыку с соблюдением ритма, за направляющим (2, 3,4 четверти);

б) упражнения на тренажерах: «Массажер стоп»- бег, «Качели»-вращение грузов стопами ног к себе и от себя из положения сидя на стуле (1,2,3,4 четверти);

в) упражнения на шведской стенке. Лазанье вверх и вниз одноименным способом (1,2,3,4 четверти).

4. Разминка с резиновым мячом для всех групп мышц (шея, плечи, руки, пояс, ноги) под музыку с соблюдением ритма по примеру учителя (1, 2,3,4 четверти).

Основная часть занятия.

Проводится в форме сказки, рассказа, фантазии, которую придумывают обучающиеся с учителем. Общее количество выполняемых упражнений-9-10.

1. Корректирующие упражнения.

По команде учителя из позы стоя на четвереньках поднять одновременно правую руку и левую ногу (левую руку и правую ногу). Сохранить положение на 4 счета (1, 2 четверти).

2. Дыхательные упражнения: простейшие приёмы дыхания,

3. Упражнения для формирования правильной осанки (1,2,3,4 четверти)

4. Упражнения для профилактики плоскостопия (1,2,3,4 четверти).

5. Упражнения на равновесие (1, 2, 3,4 четверти)

Заключительная часть занятия.

1. Упражнения на тренажере «Качели» (2,4 четверти).

2. Вис на шведской стенке из положения стоя спиной к снаряду на любой высоте, вис углом (1,2,3,4 четверти),

4 класс (34 часа).

Основы знаний:

Травмы во время занятий и их предупреждение.

Вводная часть занятия.

1. Выполнение строевых команд и упражнений.
2. Ходьба в разновидностях 2 мин
3. Бег с изменением, направления по сигналу 1,5 мин
4. Общеразвивающие и корригирующие упражнения 8-10 упр.
5. Упражнения на задержку дыхания 2 упр.

Основная часть занятия.

1. Висы на шведской стенке (2 способа).
2. Упражнения на гимнастических мячах 2 упр.
3. Упражнения-позы «Кошечка», «Аист».
4. Лазание по шведской стенке (2 способа)
5. Упражнения на «массажёре стоп» 5 мин.
6. Упражнения «Наездник» - 2 по 3 мин.
7. Упражнение на координацию движений 2 упр.

Заключительная, часть занятия.

1. Упражнения на тренажёре «Бегущий по волнам» - 3 мин.
2. Разновидности висов на шведской стенке (на время)
3. Упражнения «Гребной» 2 по 3 мин.
4. Подвижные игры и эстафеты 10 мин.

5 класс (34 часа).

Основы знаний:

Форма одежды, правила поведения во время занятий, техника безопасности при выполнении упражнений, правила личной гигиены.

Вводная часть занятия.

1.Корректирующие упражнения. (поза «внимательного ученика», «поза удовольствия», положение лежа на животе, руки в упоре у плеч, положение лежа на спине, руки вдоль тела ладонями к полу)

2.Повороты по ориентирам, 5 мин

Основная часть занятия.

1. Упражнения для формирования правильной осанки. («Змея», «Ящерица», «Кораблик», «Кошечка», «Книжка», «Птица», «Веточка», «Лисичка», «Орешек », «Муравей», «Стрекоза», «Морская звезда», «Бабочка», «Елочка», «Велосипед», «Замочек», « Пчелка», «Мельница», «Пловец».)

2. Упражнения для профилактики плоскостопия. (упражнение ходьба по примеру на носках, на пятках, на внешней и внутренней стороне стопы, ходьба за направляющим по ориентирам с соблюдением ритма, занятие на тренажере «Массаж стоп», упражнения на шведской стенке, лазанье и спуск произвольным способом).

3. Упражнения на равновесие, стимулирующие вестибулярный аппарата:(«Аист», «Петушок », «Ласточка».)

4. Упражнения на шведской стенке, способствующие профилактике плоскостопия, развитию коррекции движений вытягиванию позвоночника, что стимулирует рост и предупреждает остеохондроз.

5. Построение в колонну. 2 мин

6. Общеразвивающие упражнения для всех групп мышц. 10 мин.

7. Упражнение по ориентированию в пространстве: игра с обручами: «Кто лишний», «Найди свой домик»

Заключительная, часть занятия.

1. Дыхательные упражнения (вдох нюхаем цветок, выдох греем руки).

2. Упражнения с имитацией движения (медвежонок, пчелка, надуваем шар, зайчик, капуста), «Поиграем звуками», «Зайка топни ножкой», «Ходит кот по лавочке».

3. Упражнения на релаксацию и расслабление : «Радуга», «Разболтай-ка», «Загораем», «Кошачьи приемы расслабления».

6 класс (34 часа).

Основы знаний:

1. Техника безопасности при выполнении упражнений
2. Правила поведения во время занятий.

Вводная часть занятия.

1. Построение в колонну. 2 мин.

Основная часть занятия

1. Корректирующие упражнения. (положение лежа на животе, руки в упоре у плеч, положение лежа на спине, руки вдоль тела ладонями к полу поза «внимательного ученика», «поза удовольствия»).

2. Упражнения для формирования правильной осанки.(«Кораблик», «Кошечка», «Книжка», «Птица», «Веточка», «Лисичка», «Орешек », «Муравей», «Стрекоза», «Морская звезда», «Бабочка», «Елочка», «Велосипед», «Замочек»)

3. Упражнения для профилактики плоскостопия. (занятие на тренажере «Массаж стоп», упражнение ходьба по примеру на носках, на пятках, на внешней и внутренней стороне стопы, ходьба за направляющим по ориентирам с соблюдением ритма, упражнения на шведской стенке, лазанье и спуск произвольным способом).

4. Упражнения на равновесие, стимулирующие вестибулярный аппарат. 10 мин.

5. Упражнения на шведской стенке, способствующие профилактике плоскостопия, развитию коррекции движений вытягиванию позвоночника, что стимулирует рост и предупреждает остеохондроз.

6. Упражнение по ориентированию в пространстве: Ориентировка «на себя», ориентировка в пространстве «от себя», ориентировка в пространстве «от объектов»

7. Дыхательные упражнения («Воздушный шарик», «Бегемотик», «Птички», «Мыльный пузырь», «Погружение под воду»).

8. Упражнения с имитацией движения («Вырастем большими», «Разминаем пластилин», «Гармошка», «Петрушка», «Бабочка», «Змейка», «Звонок», «Чистим одежду», «Маятник», «Деревья гнуться», «Дровосеки», «Пилим дрова», «Насос»).

9. Упражнения на релаксацию и расслабление : игра «Дождь», «Порхание бабочки», «Полет высоко в небе», «Плывем в облаках», «Отдых на море», «Радуга», «Ленивая кошечка»

7 класс (34 часа)

Вводная часть занятия.

1. Построение в колонну. 2 мин.

Основная часть занятия

1. Корректирующие упражнения. (положение лежа на животе, руки в упоре у плеч, положение лежа на спине, руки вдоль тела ладонями к полу поза «внимательного ученика», «поза удовольствия»).

2. Упражнения для формирования правильной осанки.(«Кораблик», «Кошечка», «Книжка», «Птица», «Веточка», «Лисичка», «Орешек », «Муравей», «Стрекоза», «Морская звезда», «Бабочка», «Елочка», «Велосипед», «Замочек»)

3. Упражнения для профилактики плоскостопия. (занятие на тренажере «Массаж стоп», упражнение ходьба по примеру на носках, на пятках, на внешней и внутренней стороне стопы, ходьба за направляющим по ориентирам с соблюдением ритма, упражнения на шведской стенке, лазанье и спуск произвольным способом).

4. Упражнения на равновесие, стимулирующие вестибулярный аппарат. 10 мин.

5. Упражнения на шведской стенке, способствующие профилактике плоскостопия, развитию коррекции движений вытягиванию позвоночника, что стимулирует рост и предупреждает остеохондроз.
6. Упражнение по ориентированию в пространстве: Ориентировка «на себя», ориентировка в пространстве «от себя», ориентировка в пространстве «от объектов»
7. Дыхательные упражнения («Воздушный шарик», «Бегемотик», «Птички», «Мыльный пузырь», «Погружение под воду»).
8. Упражнения с имитацией движения («Вырастем большими», «Разминаем пластилин», «Гармошка», «Петрушка», «Бабочка», «Змейка», «Звонок», «Чистим одежду», «Маятник», «Деревья гнуться», «Дровосеки», «Пилим дрова», «Насос»).
9. Упражнения на релаксацию и расслабление : игра «Дождь», «Порхание бабочки», «Полет высоко в небе», «Плывем в облаках», «Отдых на море», «Радуга», «Ленивая кошечка»

Тематическое планирование по коррекционному курсу «Лечебная физкультура».

1 класс

<i>№ п/п</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Дата</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Коррекционно- развивающие приемы</i>	<i>Оборудование</i>
1	1		Техника безопасности на занятиях ЛФК. Корректирующие упражнения.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	м/мячи, шишки, бруски, коврики для аэробики
2	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия. Дыхательные упражнения.	Коррекция памяти на основе упражнений в запоминании	гимнастические палки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания, канат, шведская стенка, «Велотренажер»
3	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения на равновесие.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании	м/мячи, веревка, шишки, бруски, гимнастические маты 5см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед), коврики
4	1		Правила личной гигиены. Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	Скакалки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону
5	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения на равновесие.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	Гимнастические палки., шишки, бруски, коврики для аэробики , иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног
6	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия. Равновесие на полу.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	шнурки, платки, веревка, шишки, бруски, коврики для аэробики , иллюстрации к упражнениям для развития стоп , сенсорные дорожки
7	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для	Коррекция	м/мячи, шишки, бруски, коврики для

			укрепления мышц туловища.	внимания на основе упражнений в двигательной активности	аэробики , иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса, тренажеры: «Беговая дорожка»
8	1		Корректирующие упражнения. Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	Мешочки, шишки, бруски, коврики для аэробики , иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса
9	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения на равновесие. Дыхательные упражнения.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	скакалки, веревка, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям на равновесие
10	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Дыхательные упражнения.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании	гимн. палки, шишки, бруски, маты 5см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания
11	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Корректирующие упражнения.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	м/мячи, шишки, бруски, гимнастические маты 10см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
12	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения на равновесие.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону
13	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения на равновесие.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений	гимн. палки, шишки, бруски, коврики для аэробики , иллюстрации к упражнениям для развития стоп, «Беговая дорожка»
14	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия.	Коррекция памяти на основе упражнений в	м/мячи, шнурки, платки, шишки, бруски, коврики для аэробики , иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц

				воспроизведении	тазового пояса, бедер, ног, сенсорные дорожки
15	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Дыхательные упражнения.	Коррекция внимания на основе упражнений на узнавание	Мешочки, шишки, бруски, палас, простыни, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса
16	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	лесенка, шишки, бруски, палас, простыни, иллюстрации к упражнениям на равновесие
17	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения на равновесие. Игра «Петушок». Занятие на тренажерах.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	Беговая дорожка, тренажер для стоп, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед), тренажеры
18	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения на равновесие. Игра «Петушок».	Коррекция эмоциональной сферы воспитанников	м/мячи, мешочки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания
19	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения на тренажерах. Массаж стоп.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	Беговая дорожка, гимн. палки, керамзит, шишки, бруски, простыни, палас, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног
20	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения на равновесие.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	м/мячи, веревка, шишки, бруски, простыни, палас, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса
21	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для укрепления мышц туловища.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	гимн. палки, маты, шишки, бруски, простыни, палас, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц туловища, развития стоп

22	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	м/мячи, мешочки, шишки, бруски, маты 5см, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону, тренажер «Беговая дорожка»
23	1		Дыхательные упражнения. Корректирующие упражнения. Упражнения для укрепления мышц туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	гимн. палки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног
24	1		Дыхательные упражнения. Корректирующие упражнения. Упражнения на равновесие.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	Скакалки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям на равновесие, гимнастические скамейки, шведская стенка
25	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения на равновесие. Игра «Петушок». Занятие на тренажерах.	Коррекция эмоциональной сферы воспитанников	скакалки, дорожка, тренажер для стоп, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для развития стоп
26	1		Упражнения для укрепления мышц туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	гимн.палки, маты, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания
27	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения на равновесие. Дыхательные упражнения.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	веревка, мешочки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
28	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для укрепления мышц туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	маты, гимн.палки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону
29	1		Упражнения для укрепления мышц туловища.	Коррекция образной	м/мячи, гимн.палки, шишки, бруски,

			Упражнения для формирования правильной осанки.	памяти на основе упражнений в воспроизведении	упражнениям для развития стоп, тренажер «Беговая дорожка»
30	1		Упражнения для укрепления мышц туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	маты, скакалки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног
31	1		Корректирующие упражнения. Упражнения на равновесие. Дыхательные упражнения.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	скакалки, веревка, шишки, бруски, упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса
32	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	Мешочки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания, тренажер «Беговая дорожка»
33	1		Упражнения для укрепления мышц туловища.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	гимн.палки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
34	1		Упражнения для укрепления мышц туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	маты, скакалки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног

Тематическое планирование по коррекционному курсу «Лечебная физкультура».

2 класс

<i>№ п/п</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Дата</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Коррекционно- развивающие приемы</i>	<i>Оборудование</i>
1	1		Техника безопасности на занятиях ЛФК. Корректирующие упражнения.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	м/мячи, шишки, бруски, коврики для аэробики
2	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия.	Коррекция памяти на основе упражнений в запоминании	гимнастические палки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания, канат, шведская стенка
3	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения на равновесие.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании	м/мячи, веревка, шишки, бруски, гимнастические маты 5см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
4	1		Правила личной гигиены. Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	Скакалки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону
5	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	Гимнастические палки, шишки, бруски, коврики для аэробики , иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног
6	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	шнурки, платки, веревка, шишки, бруски, коврики для аэробики , иллюстрации к упражнениям для развития стоп , сенсорные дорожки
7	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция внимания на основе	м/мячи, шишки, бруски, коврики для аэробики , иллюстрации к упражнениям

			Упражнения на равновесие. Занятие на тренажерах.	упражнений в двигательной активности	для укрепления мышц плечевого пояса
8	1		Корректирующие упражнения. Дыхательные упражнения. Упражнения на равновесие.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	Мешочки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса
9	1		Корректирующие упражнения. Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения на равновесие.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	скакалки, веревка, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям на равновесие
10	1		Корректирующие упражнения. Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения на равновесие.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании	гимн.палки, шишки, бруски, маты 5см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания
11	1		Корректирующие упражнения. Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	м/мячи, шишки, бруски, гимнастические маты 10см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
12	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для укрепления мышц туловища. Упражнения на равновесие.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону
13	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения на равновесие.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	гимн. палки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для развития стоп
14	1		Корректирующие упражнения. Дыхательные упражнения. Упражнения на равновесие.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений	м/мячи, шнурки, платки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног

15	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	Мешочки, шишки, бруски, палас, простыни, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса
16	1		Корректирующие упражнения. Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	лесенка, шишки, бруски, палас, простыни, иллюстрации к упражнениям на равновесие
17	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	Беговая дорожка, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед), «Велотренажер»
18	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки (ходьба с мешочком на голове).	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	м/мячи, мешочки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания
19	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для укрепления мышц туловища. Занятие на тренажерах.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	Беговая дорожка, тренажер для стоп, гимн. палки, шишки, бруски, простыни, палас, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног
20	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для укрепления мышц туловища.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	м/мячи, веревка, шишки, бруски, простыни, палас, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса
21	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки (ходьба с мешочком на голове).	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	гимн.палки, маты, шишки, бруски, простыни, палас, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц туловища, развития стоп
22	1		Корректирующие упражнения. Дыхательные упражнения. Упражнения на равновесие.	Коррекция внимания на основе упражнений на	м/мячи, мешочки, шишки, бруски, маты 5см, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем

				различение	поворота туловища и наклона его в сторону, тренажер «Беговая дорожка»
23	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для укрепления мышц туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	гимн. палки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног
24	1		Упражнения на равновесие. Занятие на тренажерах.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	Скакалки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям на равновесие, гимнастические скамейки, шведская стенка
25	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	скакалки, дорожка, тренажер для стоп, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для развития стоп
26	1		Упражнения для укрепления мышц туловища. Занятие на тренажерах.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	гимн.палки, маты, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания
27	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	веревка, мешочки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
28	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для укрепления мышц туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	маты, гимн.палки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону
29	1		Упражнения для укрепления мышц туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	м/мячи, гимн.палки, шишки, бруски, упражнениям для развития стоп, тренажер «Беговая дорожка»

30	1		Занятие на тренажерах. Упражнения для профилактики плоскостопия.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	маты, скакалки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног
31	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	скакалки, веревка, шишки, бруски, упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса, гимнастические скамейки
32	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений на различие	Мешочки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания, тренажер «Беговая дорожка»
33	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	гимн.палки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
34	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	скакалки, дорожка, тренажер для стоп, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для развития стоп

Тематическое планирование по коррекционному курсу «Лечебная физкультура».

3 класс

<i>№ п/п</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Дата</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Коррекционно- развивающие приемы</i>	<i>Оборудование</i>
1	1		Техника безопасности на занятиях ЛФК. Корригирующие упражнения.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	м/мячи, шишки, бруски, коврики для аэробики
2	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия.	Коррекция памяти на основе упражнений в запоминании	гимнастические палки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания, канат, шведская стенка
3	1		Корригирующие упражнения. Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании	м/мячи, веревка, шишки, бруски, гимнастические маты 5см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
4	1		Упражнения для укрепления мышц туловища. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	Скакалки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону
5	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения на равновесие.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	Гимнастические палки, шишки, бруски, коврики для аэробики , иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног, гимнастические скамейки
6	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	шнурки, платки, веревка, шишки, бруски, коврики для аэробики , иллюстрации к упражнениям для развития стоп , сенсорные дорожки

7	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	м/мячи, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса
8	1		Упр. для укрепления мышц туловища. Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения на равновесие.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	Мешочки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса, «Велотренажер»
9	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Занятие на тренажерах.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	скакалки, веревка, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям на равновесие
10	1		Упражнения для укрепления мышц туловища. Упражнения на равновесие.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании	гимн.палки, шишки, бруски, маты 5см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания
11	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	м/мячи, шишки, бруски, гимнастические маты 10см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
12	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения на равновесие.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений	шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону
13	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения на равновесие.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	гимн. палки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для развития стоп
14	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения на равновесие. Игры на внимание.	Коррекция эмоциональной сферы воспитанников	м/мячи, шнурки, платки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног, сенсорные

					дорожки
15	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия. Занятие на тренажерах.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	Мешочки, шишки, бруски, маты 10см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса
16	1		Разминка с малыми мячами. Упражнения для укрепления мышц туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	лесенка, шишки, бруски, маты 5 см, иллюстрации к упражнениям на равновесие
17	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Упражнения для формирования правильной осанки.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	Беговая дорожка, тренажер для стоп, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
18	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Занятие на тренажерах (массаж стоп, беговая дорожка).	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	м/мячи, мешочки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания
19	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для укрепления мышц туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	Беговая дорожка, тренажер для стоп, гимн.палки, шишки, бруски, простыни, палас, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног
20	1		Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения для укрепления мышц туловища.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	м/мячи, веревка, шишки, бруски, простыни, палас, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса
21	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	гимн.палки, маты, шишки, бруски, простыни, палас, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц туловища, развития стоп
22	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для	Коррекция	м/мячи, мешочки, шишки, бруски, маты

			укрепления мышц всего туловища.	внимания на основе упражнений на различие	5см, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону, тренажер «Беговая дорожка»
23	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	гимн. палки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног
24	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	Скакалки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям на равновесие, гимнастические скамейки, шведская стенка
25	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений на различие	скакалки, дорожка, тренажер для стоп, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для развития стоп
26	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	гимн.палки, маты, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания
27	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	веревка, мешочки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
28	1		Корректирующие упражнения. Упражнения на равновесие. Занятие на тренажерах.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	маты, гимн.палки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону
29	1		Корректирующие упражнения. Упражнения на равновесие. Дыхательные упражнения.	Развитие точности восприятия на основе	м/мячи, гимн.палки, шишки, бруски, упражнениям для развития стоп,

				упражнений в координации движений	тренажер «Беговая дорожка»
30	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Упражнения на осанку «Петушок». Игры на внимание.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	маты, скакалки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног
31	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Дыхательные упражнения.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	скакалки, веревка, шишки, бруски, упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса
32	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	Мешочки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания, тренажер «Беговая дорожка»
33	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Занятие на тренажерах.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	гимн.палки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
34	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Дыхательные упражнения.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	скакалки, дорожка, тренажер для стоп, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для развития стоп

Тематическое планирование по коррекционному курсу «Лечебная физкультура».

4 класс

<i>№ п/п</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Дата</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Коррекционно- развивающие приемы</i>	<i>Оборудование</i>
1	1		Техника безопасности на занятиях ЛФК. Корректирующие упражнения.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	м/мячи, шишки, бруски, коврики для аэробики
2	1		Упражнения для укрепления мышц туловища. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция памяти на основе упражнений в запоминании	гимнастические палки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания, канат, шведская стенка
3	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании	м/мячи, веревка, шишки, бруски, гимнастические маты 5см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
4	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	Скакалки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону
5	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Занятие на тренажерах.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	Гимнастические палки, шишки, бруски, коврики для аэробики , иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног, гимнастические скамейки
6	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения на равновесие.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	шнурки, платки, веревка, шишки, бруски, коврики для аэробики , иллюстрации к упражнениям для развития стоп

7	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	м/мячи, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса
8	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений на узнавание	Мешочки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса, «Велотренажер»
9	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Упражнения на равновесие. Занятие на тренажерах.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	скакалки, веревка, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям на равновесие
10	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения на равновесие.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании,	гимн.палки, шишки, бруски, маты 5см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания
11	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Упражнения на равновесие.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	м/мячи, шишки, бруски, гимнастические маты 10см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
12	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Занятие на тренажерах.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений	шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону
13	1		Корректирующие упражнения. Дыхательные упражнения. Упражнения на равновесие. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	гимн.палки, керамзит, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для развития стоп
14	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция внимания на основе упражнений в	м/мячи, шнурки, платки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц

				двигательной активности	тазового пояса, бедер, ног, сенсорные дорожки
15	1		Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	Мешочки, шишки, бруски, маты 10см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса
16	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Занятие на тренажерах.	Коррекция внимания на основе упражнений на различие	лесенка, шишки, бруски, маты 5 см, иллюстрации к упражнениям на равновесие
17	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Упражнения для формирования правильной осанки. Корректирующие упражнения.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	Беговая дорожка, тренажер для стоп, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
18	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	м/мячи, мешочки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания
19	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений на различие	Беговая дорожка, тренажер для стоп, гимн.палки, шишки, бруски, простыни, палас, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног
20	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки (ходьба с мешочком на голове). Упражнения для профилактики плоскостопия.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	м/мячи, веревка, шишки, бруски, простыни, палас, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса
21	1		Упражнения для профилактики плоскостопия. Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	гимн.палки, маты, шишки, бруски, простыни, палас, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц туловища, развития стоп
22	1		Дыхательные упражнения. Занятие на	Коррекция	м/мячи, мешочки, шишки, бруски, маты

			тренажерах.	внимания на основе упражнений на различие	5см, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону, тренажер «Беговая дорожка»
23	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища (упражнения с гимн. палками, м/мячами).	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	гимн. палки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног
24	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения на равновесие.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	Скакалки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям на равновесие, гимнастические скамейки, шведские стенки
25	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения на равновесие.	Коррекция внимания на основе упражнений на различие	скакалки, дорожка, тренажер для стоп, керамзит, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для развития стоп, тренажер «Беговая дорожка»
26	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	гимн.палки, маты, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания
27	1		Упражнения для профилактики плоскостопия. Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция образной памяти на основе упр. в воспроизведении	веревка, мешочки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
28	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Дыхательные упражнения.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	маты, гимн.палки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону
29	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения на равновесие.	Развитие точности восприятия на основе упражнений	м/мячи, гимн.палки, шишки, бруски, упражнениям для развития стоп, тренажер «Беговая дорожка»

				в координации движений	
30	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	маты, скакалки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног
31	1		Упражнения на равновесие. Занятие на тренажерах.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	скакалки, веревка, шишки, бруски, упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса
32	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	Мешочки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания, тренажер «Беговая дорожка»
33	1		Упражнения для укрепления мышц туловища. Занятие на тренажерах.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	гимн.палки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
34	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения на равновесие.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	скакалки, дорожка, тренажер для стоп, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для развития стоп, тренажер, «Беговая дорожка»

Тематическое планирование по коррекционному курсу «Лечебная физкультура».

5 класс

<i>№ п/п</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Дата</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Коррекционно- развивающие приемы</i>	<i>Оборудование</i>
1	1		Техника безопасности на занятиях ЛФК. Корректирующие упражнения.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	м/мячи, шишки, бруски, коврики для аэробики
2	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия.	Коррекция памяти на основе упражнений в запоминании	гимнастические палки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания, канат, шведская стенка
3	1		Упр. для укрепления мышц туловища. Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения на равновесие	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	Мешочки, шишки, бруски, коврики для аэробики , иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса, «Велотренажер»
4	1		Упражнения для укрепления мышц туловища. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	Скакалки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону
5	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения на равновесие.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	Гимнастические палки, шишки, бруски, коврики для аэробики , иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног, гимнастические скамейки
6	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	шнурки, платки, веревка, шишки, бруски, коврики для аэробики , иллюстрации к упражнениям для развития стоп , сенсорные дорожки
7	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для	Коррекция памяти	м/мячи, шишки, бруски, коврики для

			формирования правильной осанки.	на основе упражнений в воспроизведении	аэробики , иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса
8	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	м/мячи, шишки, бруски, гимнастические маты 10см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
9	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Занятие на тренажерах.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	скакалки, веревка, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям на равновесие
10	1		Упражнения для укрепления мышц туловища. Упражнения на равновесие.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании	гимн.палки, шишки, бруски, маты 5см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания
11	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия. Занятие на тренажерах.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	Мешочки, шишки, бруски, маты 10см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса
12	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения на равновесие.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений	шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону
13	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения на равновесие.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	гимн. палки, шишки, бруски, коврики для аэробики , иллюстрации к упражнениям для развития стоп
14	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения на равновесие. Игры на внимание.	Коррекция эмоциональной сферы воспитанников	м/мячи, шнурки, платки, шишки, бруски, коврики для аэробики , иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног, сенсорные дорожки

15	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для укрепления мышц туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	Беговая дорожка, тренажер для стоп, гимн.палки, шишки, бруски, простыни, палас, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног
16	1		Разминка с малыми мячами. Упражнения для укрепления мышц туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	лесенка, шишки, бруски, маты 5 см, иллюстрации к упражнениям на равновесие
17	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Упражнения для формирования правильной осанки.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	Беговая дорожка, тренажер для стоп, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
18	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Занятие на тренажерах (массаж стоп, беговая дорожка).	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	м/мячи, мешочки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания
19	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	/мячи, мешочки, шишки, бруски, маты 5см, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону, тренажер «Беговая дорожка»
20	1		Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения для укрепления мышц туловища.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	м/мячи, веревка, шишки, бруски, простыни, палас, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса
21	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	гимн.палки, маты, шишки, бруски, простыни, палас, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц туловища, развития стоп
22	1		Упражнения для профилактики плоскостопия.	Коррекция	Скакалки, шишки, бруски, иллюстрации

			Упражнения для укрепления мышц туловища	внимания на основе упражнений в двигательной активности	к упражнениям на равновесие, гимнастические скамейки, шведская стенка
23	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	гимн. палки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног
24	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	Скакалки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям на равновесие, гимнастические скамейки, шведская стенка
25	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	скакалки, дорожка, тренажер для стоп, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для развития стоп
26	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	гимн.палки, маты, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания
27	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	веревка, мешочки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
28	1		Корректирующие упражнения. Упражнения на равновесие. Занятие на тренажерах.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	маты, гимн.палки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону
29	1		Корректирующие упражнения. Упражнения на равновесие. Дыхательные упражнения.	Развитие точности восприятия на основе	м/мячи, гимн.палки, шишки, бруски, упражнениям для развития стоп,

				упражнений в координации движений	тренажер «Беговая дорожка»
30	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Упражнения на осанку «Петушок». Игры на внимание.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	маты, скакалки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног
31	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Дыхательные упражнения.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	скакалки, веревка, шишки, бруски, упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса
32	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	Мешочки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания, тренажер «Беговая дорожка»
33	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Занятие на тренажерах.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	гимн.палки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
34	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Дыхательные упражнения.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	скакалки, дорожка, тренажер для стоп, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для развития стоп

Тематическое планирование по коррекционному курсу «Лечебная физкультура».

6 класс

<i>№ п/п</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Дата</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Коррекционно- развивающие приемы</i>	<i>Оборудование</i>
1	1		Техника безопасности на занятиях ЛФК. Корректирующие упражнения.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	м/мячи, шишки, бруски, коврики для аэробики
2			Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании	м/мячи, веревка, шишки, бруски, гимнастические маты 5см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
3	1		Упражнения для укрепления мышц туловища. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция памяти на основе упражнений в запоминании	гимнастические палки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания, канат, шведская стенка
4	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	м/мячи, шишки, бруски, коврики для аэробики , иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса
5	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	Скакалки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону
6	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Занятие на тренажерах.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	Гимнастические палки, шишки, бруски, коврики для аэробики , иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног, гимнастические скамейки

7	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения на равновесие.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	шнурки, платки, веревка, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для развития стоп
8	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения на равновесие.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании	гимн.палки, шишки, бруски, маты 5см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания
9	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений на узнавание	Мешочки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса, «Велотренажер»
10	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Упражнения на равновесие. Занятие на тренажерах.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	скакалки, веревка, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям на равновесие
11	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Занятие на тренажерах.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	лесенка, шишки, бруски, маты 5 см, иллюстрации к упражнениям на равновесие
12	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Упражнения на равновесие.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	м/мячи, шишки, бруски, гимнастические маты 10см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
13	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Занятие на тренажерах.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений	шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону
14	1		Корректирующие упражнения. Дыхательные упражнения. Упражнения на равновесие. Упражнения для укрепления мышц всего	Коррекция памяти на основе упражнений в	гимн.палки, керамзит, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для развития стоп

			туловища.	воспроизведении	
15	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	м/мячи, шнурки, платки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног, сенсорные дорожки
16	1		Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	Мешочки, шишки, бруски, маты 10см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса
17	1		Дыхательные упражнения. Занятие на тренажерах.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	м/мячи, мешочки, шишки, бруски, маты 5см, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону, тренажер «Беговая дорожка»
18	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Упражнения для формирования правильной осанки. Корректирующие упражнения.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	Беговая дорожка, тренажер для стоп, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
19	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	м/мячи, мешочки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания
20	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	Беговая дорожка, тренажер для стоп, гимн.палки, шишки, бруски, простыни, палас, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног
21	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки (ходьба с мешочком на голове). Упражнения для профилактики плоскостопия.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	м/мячи, веревка, шишки, бруски, простыни, палас, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса

22	1				
23	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища (упражнения с гимн. палками, м/мячами).	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	гимн. палки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног
24	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения на равновесие.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	Скакалки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям на равновесие, гимнастические скамейки, шведские стенки
25	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения на равновесие.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	скакалки, дорожка, тренажер для стоп, керамзит, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для развития стоп, тренажер «Беговая дорожка»
26	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	гимн.палки, маты, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания
27	1		Упражнения для профилактики плоскостопия. Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция образной памяти на основе упр. в воспроизведении	веревка, мешочки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
28	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Дыхательные упражнения.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	маты, гимн.палки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону
29	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения на равновесие.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	м/мячи, гимн.палки, шишки, бруски, упражнениям для развития стоп, тренажер «Беговая дорожка»
30	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для	Коррекция образной	маты, скакалки, шишки, бруски,

			укрепления мышц всего туловища.	памяти на основе упражнений в воспроизведении	иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног
31	1		Упражнения на равновесие. Занятие на тренажерах.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	скакалки, веревка, шишки, бруски, упражнения для укрепления мышц плечевого пояса
32	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	Мешочки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания, тренажер «Беговая дорожка»
33	1		Упражнения для укрепления мышц туловища. Занятие на тренажерах.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	гимн.палки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
34	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения на равновесие.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	скакалки, дорожка, тренажер для стоп, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для развития стоп, тренажер, «Беговая дорожка»

Тематическое планирование по коррекционному курсу «Лечебная физкультура».

7 «а» класс

<i>№ п/п</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Дата</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Коррекционно- развивающие приемы</i>	<i>Оборудование</i>
1	1		Техника безопасности на занятиях ЛФК. Корректирующие упражнения.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	м/мячи, шишки, бруски, коврики для аэробики
2			Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании	м/мячи, веревка, шишки, бруски, гимнастические маты 5см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
3	1		Упражнения для укрепления мышц туловища. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция памяти на основе упражнений в запоминании	гимнастические палки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания, канат, шведская стенка
4	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	м/мячи, шишки, бруски, коврики для аэробики , иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса
5	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	Скакалки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону
6	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Занятие на тренажерах.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	Гимнастические палки, шишки, бруски, коврики для аэробики , иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног, гимнастические скамейки

7	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения на равновесие.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	шнурки, платки, веревка, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для развития стоп
8	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения на равновесие.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании	гимн.палки, шишки, бруски, маты 5см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания
9	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений на узнавание	Мешочки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса, «Велотренажер»
10	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Упражнения на равновесие. Занятие на тренажерах.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	скакалки, веревка, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям на равновесие
11	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Занятие на тренажерах.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	лесенка, шишки, бруски, маты 5 см, иллюстрации к упражнениям на равновесие
12	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Упражнения на равновесие.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	м/мячи, шишки, бруски, гимнастические маты 10см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
13	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Занятие на тренажерах.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений	шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону
14	1		Корректирующие упражнения. Дыхательные упражнения. Упражнения на равновесие. Упражнения для укрепления мышц всего	Коррекция памяти на основе упражнений в	гимн.палки, керамзит, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для развития стоп

			туловища.	воспроизведении	
15	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	м/мячи, шнурки, платки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног, сенсорные дорожки
16	1		Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	Мешочки, шишки, бруски, маты 10см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса
17	1		Дыхательные упражнения. Занятие на тренажерах.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	м/мячи, мешочки, шишки, бруски, маты 5см, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону, тренажер «Беговая дорожка»
18	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Упражнения для формирования правильной осанки. Корректирующие упражнения.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	Беговая дорожка, тренажер для стоп, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
19	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	м/мячи, мешочки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания
20	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	Беговая дорожка, тренажер для стоп, гимн.палки, шишки, бруски, простыни, палас, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног
21	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки (ходьба с мешочком на голове). Упражнения для профилактики плоскостопия.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	м/мячи, веревка, шишки, бруски, простыни, палас, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса

22	1				
23	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища (упражнения с гимн. палками, м/мячами).	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	гимн. палки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног
24	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения на равновесие.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	Скакалки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям на равновесие, гимнастические скамейки, шведские стенки
25	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения на равновесие.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	скакалки, дорожка, тренажер для стоп, керамзит, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для развития стоп, тренажер «Беговая дорожка»
26	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	гимн.палки, маты, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания
27	1		Упражнения для профилактики плоскостопия. Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция образной памяти на основе упр. в воспроизведении	веревка, мешочки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
28	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Дыхательные упражнения.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	маты, гимн.палки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону
29	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения на равновесие.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	м/мячи, гимн.палки, шишки, бруски, упражнениям для развития стоп, тренажер «Беговая дорожка»
30	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для	Коррекция образной	маты, скакалки, шишки, бруски,

			укрепления мышц всего туловища.	памяти на основе упражнений в воспроизведении	иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног
31	1		Упражнения на равновесие. Занятие на тренажерах.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	скакалки, веревка, шишки, бруски, упражнения для укрепления мышц плечевого пояса
32	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	Мешочки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания, тренажер «Беговая дорожка»
33	1		Упражнения для укрепления мышц туловища. Занятие на тренажерах.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	гимн.палки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
34	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения на равновесие.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	скакалки, дорожка, тренажер для стоп, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для развития стоп, тренажер, «Беговая дорожка»

Тематическое планирование по коррекционному курсу «Лечебная физкультура».

7 «в» класс

<i>№ п/п</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Дата</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Коррекционно- развивающие приемы</i>	<i>Оборудование</i>
1	1		Техника безопасности на занятиях ЛФК. Корректирующие упражнения.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	м/мячи, шишки, бруски, коврики для аэробики
2			Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании	м/мячи, веревка, шишки, бруски, гимнастические маты 5см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
3	1		Упражнения для укрепления мышц туловища. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция памяти на основе упражнений в запоминании	гимнастические палки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания, канат, шведская стенка
4	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	м/мячи, шишки, бруски, коврики для аэробики , иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса
5	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	Скакалки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону
6	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Занятие на тренажерах.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	Гимнастические палки, шишки, бруски, коврики для аэробики , иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног, гимнастические скамейки

7	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения на равновесие.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	шнурки, платки, веревка, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для развития стоп
8	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения на равновесие.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании	гимн.палки, шишки, бруски, маты 5см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания
9	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений на узнавание	Мешочки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса, «Велотренажер»
10	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Упражнения на равновесие. Занятие на тренажерах.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении	скакалки, веревка, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям на равновесие
11	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Занятие на тренажерах.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	лесенка, шишки, бруски, маты 5 см, иллюстрации к упражнениям на равновесие
12	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Упражнения на равновесие.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	м/мячи, шишки, бруски, гимнастические маты 10см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
13	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Занятие на тренажерах.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений	шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону
14	1		Корректирующие упражнения. Дыхательные упражнения. Упражнения на равновесие. Упражнения для укрепления мышц всего	Коррекция памяти на основе упражнений в	гимн.палки, керамзит, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для развития стоп

			туловища.	воспроизведении	
15	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	м/мячи, шнурки, платки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног, сенсорные дорожки
16	1		Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	Мешочки, шишки, бруски, маты 10см, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса
17	1		Дыхательные упражнения. Занятие на тренажерах.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	м/мячи, мешочки, шишки, бруски, маты 5см, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону, тренажер «Беговая дорожка»
18	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Упражнения для формирования правильной осанки. Корректирующие упражнения.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	Беговая дорожка, тренажер для стоп, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
19	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в воспроизведении	м/мячи, мешочки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания
20	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	Беговая дорожка, тренажер для стоп, гимн.палки, шишки, бруски, простыни, палас, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног
21	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки (ходьба с мешочком на голове). Упражнения для профилактики плоскостопия.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	м/мячи, веревка, шишки, бруски, простыни, палас, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц плечевого пояса

22	1				
23	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища (упражнения с гимн. палками, м/мячами).	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	гимн. палки, шишки, бруски, коврики для аэробики, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног
24	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения на равновесие.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	Скакалки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям на равновесие, гимнастические скамейки, шведские стенки
25	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения на равновесие.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	скакалки, дорожка, тренажер для стоп, керамзит, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для развития стоп, тренажер «Беговая дорожка»
26	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для укрепления мышц всего туловища.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	гимн.палки, маты, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания
27	1		Упражнения для профилактики плоскостопия. Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция образной памяти на основе упр. в воспроизведении	веревка, мешочки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
28	1		Упражнения для укрепления мышц всего туловища. Дыхательные упражнения.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение	маты, гимн.палки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в сторону
29	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения на равновесие.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	м/мячи, гимн.палки, шишки, бруски, упражнениям для развития стоп, тренажер «Беговая дорожка»
30	1		Корректирующие упражнения. Упражнения для	Коррекция образной	маты, скакалки, шишки, бруски,

			укрепления мышц всего туловища.	памяти на основе упражнений в воспроизведении	иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног
31	1		Упражнения на равновесие. Занятие на тренажерах.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	скакалки, веревка, шишки, бруски, упражнения для укрепления мышц плечевого пояса
32	1		Дыхательные упражнения. Упражнения для формирования правильной осанки.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение	Мешочки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогибания, тренажер «Беговая дорожка»
33	1		Упражнения для укрепления мышц туловища. Занятие на тренажерах.	Коррекция внимания на основе упражнений в двигательной активности	гимн.палки, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для укрепления мышц спины путем складывания (наклон вперед)
34	1		Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения на равновесие.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений	скакалки, дорожка, тренажер для стоп, шишки, бруски, иллюстрации к упражнениям для развития стоп, тренажер, «Беговая дорожка»

Планируемые результаты освоения обучающимися коррекционного курса «Лечебная физкультура» в 1-6 классах.

Основные требования к знаниям, умениям и навыкам обучающихся 1 класса.

Знать: форму одежды для занятий, правила поведения в кабинете ЛФК, технику безопасности при пользовании спортивными снарядами и тренажёрами, для чего они применяются.

Уметь: ходить в колонне по одному на носках, пятках, внутренней и внешней стороне стопы, ходить с мешочком на голове, выполнять за учителем любые из упражнений, перечисленных в «Основной части» занятия, технически верно с небольшим (2-3 раза) количеством повторений, выполнять упражнения под музыку в определённом ритме, пользоваться тренажёрами под наблюдением учителя.

Основные требования к знаниям, умениям и навыкам обучающихся 2 класса.

Знать: построение и равнение в шеренге, перестроение из одной шеренги в две, правила.

Уметь: технически верно 4-3 раз- повторить за учителем любое из упражнений (всех семи разделов) с наименьшей степенью сложности, грамотно пользоваться тренажёрами, самостоятельно выполнять разминку с гимнастической палкой по примеру ведущего, выполнять вис на средней высоте шведской стенки лицом к снаряду.

Основные требования к знаниям, умениям и навыкам обучающихся 3 класса.

Знать: что такое дыхательная пауза, как сочетать дыхание и движения.

Уметь: выполнять разновидности: висов на шведской стенке, упражнения- позы «Медвежонок», «Балерина».

Основные требования к знаниям, умениям и навыкам обучающихся 4 класса.

Знать: требования к занятиям на тренажёрах.

Уметь: пользоваться тренажёрами в полном объёме, выполнять упражнения – позы «Аист», «Кошечка».

Основные требования к знаниям, умениям и навыкам обучающихся 5 класса

Знать: правила личной гигиены.

Уметь: выполнять упражнения на равновесие, стимулирующие вестибулярный аппарат.(«Аист», «Петушок », «Ласточка».)

Основные требования к знаниям, умениям и навыкам обучающихся 6 класса

Знать: Технику безопасности при выполнении упражнений на шведской стенке, на тренажерах; с предметами.

Уметь: выполнять упражнения с имитацией движения («Вырастем большими», «Разминаем пластилин», «Гармошка», «Петрушка», «Бабочка», «Змейка», «Звонок», «Чистим одежду», «Маятник», «Деревья гнуться», «Дровосеки», «Пилим дрова», «Насос»).

Основные требования к знаниям, умениям и навыкам обучающихся 7 класса

Знать: Технику безопасности при выполнении упражнений на шведской стенке, на тренажерах; с предметами.

Уметь: выполнять упражнения с имитацией движения («Подтянись до неба», «Мелкая моторика», «Гармошка», «Петрушка», «Бабочка», «Змейка», «Звонок», «Чистим одежду», «Маятник», «Деревья гнуться», «Дровосеки», «Пилим дрова», «Насос»).

Перечень учебно-методического, материально-технического обеспечения программы по коррекционному курсу «Лечебная физкультура» в 1-7 классах.

Спортивное оборудование: Скамейка гимнастическая 2шт, стенка шведская 1шт, велотренажер 1шт, беговая дорожка механическая 1шт, лабиринт 1шт, лавка гимнастическая 2шт

Спортивный инвентарь: Мат гимнастический 10шт, коврик ППЭ 2 шт, мяч баскетбольный 5 шт, мяч волейбольный 5 шт, мяч футбольный 5 шт, массажер для стоп 1шт, обруч 6шт

Литература

1. Гербцова Г.И. Программа специальной (коррекционной) школы по лечебной физкультуре для детей с нарушением интеллекта I-IV классы «Азбука здоровья», С.-Пб., «Образование», 1994.
2. Зубков. А.Н.Йога-путь к здоровью. М. Сов.спорт, 1991.
3. Смоленский В.А., Ивлиев Б.К. Нетрадиционные виды гимнастики.М. Просвещение, 1992.
4. Потапчук А.А., Матвеев С.В., Дидур М.Д. Лечебная физическая культура в детском возрасте. – СПб,: Речь, 2007.

