

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Свердловской области «Екатеринбургская школа № 8, реализующая
адаптированные основные общеобразовательные программы»

РАССМОТРЕНО

на заседании МО ст. классов

Шмаков /Е.И.Шмакова

Протокол № 1

« 30 » 08 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

зам. директора по УР

Кутилова /Ю.В.Кутилова

« 01 » 09 2023 г.

С УТВЕРЖДАЮ

директор ГБОУ СО «ЕШИ № 8»

Шмаков /Б.А.Шмаков

« 01 » 09 2023 г.



Рабочая программа коррекционного курса

«Двигательное развитие»

для обучающихся с умеренной, глубокой и тяжелой умственной отсталостью и
тяжелыми множественными нарушениями здоровья

(2 вариант)

5 – 9 классов

Составители:
Шмакова Е.И.,
учитель, ВКК

Екатеринбург, 2023

Пояснительная записка

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства детей с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся.

Рабочая программа по коррекционному курсу «Двигательное развитие» для обучающихся 5 – 9 классов с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью и тяжелыми множественными нарушениями развития в школе №8 составлена на основе нормативно – правовых документов и методических рекомендаций:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последующими изменениями и дополнениями);

2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» (далее – ФГОС ОО УО (ИН));

3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;

4. Приказ Министерства Просвещения РФ от 24.11.2022 №1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»

5. Приказ мин. просвещения РФ N115 от 22.03.2021 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по общеобразовательным программам программам-образовательным программам общего начального, основного общего и среднего общего образования»;

6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (с изменениями и дополнениями);

8. Закон Свердловской области от 15 июля 2013 года № 78-ОЗ «Об образовании в Свердловской области» (с последующими изменениями и дополнениями);

9. Устав государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Свердловской области «Екатеринбургская школа № 8, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы», утверждённый приказом Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 10.01.2020 г. № 20-Д

«Об утверждении уставов государственных бюджетных учреждений Свердловской области» (с изм. от 28.04.2022 № 406 – Д);

10. Приказ ГБОУ СО «Екатеринбургская школа № 8, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы» № 53-О от 27.05.2021 г. об утверждении положения о рабочей программе педагогов государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Свердловской области «Екатеринбургская школа № 8, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы»;

11. Адаптированная основная образовательная программа образования обучающихся умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 1 (2) ГБОУ СО «Екатеринбургская школа № 8».

Цель программы - работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

Основные задачи:

1. Мотивация двигательной активности, поддержка и развитие имеющихся движений, расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений;
2. Освоение новых способов передвижения, включая передвижение с помощью технических средств реабилитации;
3. Целенаправленное развитие движений на специально организованных занятиях проводятся инструктором лечебной физкультуры.

Психолого-педагогическая характеристика обучающихся 5 – 9 классов с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, ТМНР (вариант 2)

Дети с умеренной и тяжелой умственной отсталостью отличаются выраженным недоразвитием мыслительной деятельности, препятствующим освоению предметных учебных знаний. Дети одного возраста характеризуются разной степенью выраженности интеллектуального снижения и психофизического развития, уровень сформированности той или иной психической функции, практического навыка может быть существенно различен.

Наряду с нарушением базовых психических функций, памяти и мышления отмечается своеобразное нарушение всех структурных компонентов речи: фонетико-фонематического, лексического и грамматического. У детей с умеренной и тяжелой степенью умственной отсталости затруднено или невозможно формирование устной и письменной речи. Для них характерно ограниченное восприятие обращенной к ним речи и ее ситуативное понимание. Из-за плохого понимания обращенной к ним речи с трудом формируется соотношение слова и предмета, слова и действия.

Психофизическое недоразвитие характеризуется также нарушениями координации, точности, темпа движений, что осложняет формирование физических действий: бег, прыжки и др., а также навыков несложных трудовых действий.

Дети с тяжелой и глубокой умственной отсталостью. Значительная часть детей с тяжелой и глубокой умственной отсталостью имеют и другие нарушения, что дает основание говорить о тяжелых и множественных нарушениях развития (ТМНР), которые представляют собой не сумму различных ограничений, а сложное качественно новое явление с иной структурой, отличной от структуры каждой из составляющих.

Уровень психофизического развития детей с тяжелыми множественными нарушениями невозможно соотнести с какими-либо возрастными параметрами. Органическое поражение центральной нервной системы чаще всего является причиной сочетанных нарушений и выраженного недоразвития интеллекта, а также сенсорных функций, движения, поведения, коммуникации. Все эти проявления совокупно препятствуют развитию самостоятельной жизнедеятельности ребенка, как в семье, так и в обществе.

В связи с выраженными нарушениями и (или) искажениями процессов познавательной деятельности, прежде всего: восприятия, мышления, внимания, памяти и др. у обучающихся с глубокой умственной отсталостью, ТМНР возникают непреодолимые препятствия в усвоении «академического» компонента различных программ дошкольного, а тем более школьного образования.

Специфика эмоциональной сферы определяется не только ее недоразвитием, но и специфическими проявлениями гипо- и гиперсензитивности. В связи с неразвитостью волевых процессов, дети не способны произвольно регулировать свое эмоциональное состояние в ходе любой организованной деятельности, что не редко проявляется в негативных поведенческих реакциях.

Общая характеристика коррекционного курса «двигательное развитие»

Коррекционно-развивающие занятия могут проводиться в индивидуальной и групповой формах, исходя из психофизических особенностей обучающихся с умеренной, глубокой и тяжелой умственной отсталостью и ТМНР на основании заключения территориальной психолого-медико-педагогической комиссии и индивидуальной программы реабилитации.

Развитие двигательных умений у обучающихся 5 – 9 классов с умеренной, глубокой и тяжелой умственной отсталостью и ТМНР тесно связано с профилактикой возникновения у них патологических состояний.

В ходе работы тело ребенка фиксируется в таких позах (горизонтальных, сидячих, вертикальных), которые снижают активность патологических рефлексов, обеспечивая максимально комфортное положение ребенка в пространстве и возможность реализации движений.

Обеспечение условий для придания и поддержания правильного положения тела создает благоприятные предпосылки для обучения ребенка самостоятельным движениям, действиям с предметами, элементарным операциям самообслуживания, способствует развитию познавательных процессов.

Место коррекционного курса «двигательное развитие» обучающихся 5 – 9 классов (вариант 2) в учебном плане

Согласно учебному плану «Екатеринбургской школы №8, реализующей адаптированные основные общеобразовательные программы», рабочая программа по коррекционному курсу «двигательное развитие» для 5 – 9 классов рассчитана на 170 часов. Коррекционный курс «Двигательное развитие» в 5 - 9 классах проводится 1 раз в неделю, что составляет 34 урока в год. Занятия проводятся по подгруппам, продолжительность занятия 20 минут.

№ п/п	Раздел	Классы				
		5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
1	Восприятие собственного тела	6	4	4	4	4
2	Развитие физических способностей	6	6	6	6	6
3	Общеразвивающие и корректирующие упражнения	8	7	7	7	7
4	Развитие функции рук	6	7	7	7	7
5	Подвижные игры	6	10	10	10	10
Итого:		34 ч.	34 ч.	34 ч.	34 ч.	34 ч.

**Планируемые (возможные) результаты освоения коррекционного курса
«Двигательное развитие»
обучающимися 5 - 9 классов (вариант 2)**

Возможные личностные результаты коррекционного курса «Двигательное развитие» в 5-9 классах не оцениваются. Преобладает безотметочное обучение.

Конкретизация личностных (возможных) планируемых результатов

№ п/п	Содержание планируемых личностных результатов АООП (В2)	Планируемые (возможные) личностные результаты образовательной деятельности в ГБОУ СО «Екатеринбургская школа № 8»
1.	Основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности определенному полу, осознание себя как «Я»	<i>Физические характеристики персональной идентификации</i> ✓ Определяет свои внешние данные (цвет глаз, волос, рост и т.д.); ✓ Определяет свой демографический статус; ✓ Определяет состояние своего здоровья; <i>Гендерная идентичность</i> ✓ Определяет свою половую принадлежность (без обоснования); <i>Возрастная идентификация</i> ✓ Определяет свою возрастную группу (ребенок, подросток, юноша); ✓ Проявляет уважение к людям старшего возраста.
2.	Социально – эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности	<i>«Уверенность в себе»</i> ✓ Осознает, что может, а что ему пока не удастся; <i>«Чувства, желания, взгляды»</i> ✓ понимает эмоциональные состояния других людей; ✓ понимает язык эмоций (позы, мимика, жесты и т.д.); ✓ проявляет собственные чувства; <i>«Социальные навыки»</i> ✓ умеет устанавливать и поддерживать контакты; ✓ умеет кооперироваться и сотрудничать; ✓ избегает конфликтных ситуаций; ✓ пользуется речевыми и жестовыми формами взаимодействия для установления контактов, разрешения конфликтов; ✓ использует элементарные формы речевого этикета; ✓ принимает доброжелательные шутки в свой адрес; ✓ охотно участвует в совместной деятельности (сюжетно-ролевых играх, инсценировках, хоровом пении, танцах и др., в создании совместных панно, рисунков, аппликаций, конструкций и поделок и т. п.);
3.	Формирование	<i>Мотивационно – личностный блок</i>

	социально ориентированного взгляда на окружающий мир в ее органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;	✓ испытывает потребность в новых знаниях (на начальном уровне) ✓ стремится помогать окружающим <i>Познавательные ценности</i> ✓ проявляет отношение к действиям другого человека <i>Ценности преобразования</i> ✓ стремится сделать сам то, что доступно другому <i>Ценности переживания</i> ✓ осознает значимость другого человека ✓ выражает сочувствие и сорадость.
4.	Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире	<i>Биологический уровень</i> ✓ сообщает о дискомфорте, вызванном внешними факторами (температурный режим, освещение и т.д.) ✓ сообщает об изменениях в организме (заболевание, ограниченность некоторых функций и т.д.)
5.	Освоение доступных социальных ролей, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	<i>Осознает себя в:</i> ✓ семейно – бытовых ситуациях (сын, внук, помощник и т.п.) ✓ учебных ситуациях (ученик, дежурный) ✓ проявляет мотивацию благополучия (желает заслужить одобрение, получить хорошие отметки)
6.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах и общепринятых правилах	<i>Ответственность за собственное здоровье, безопасность и жизнь</i> ✓ осознает, что определенные его действия несут опасность для него. <i>Ответственность за собственные вещи</i> ✓ осознает ответственность, связанную с сохранностью его вещей: одежды, игрушек, мебели в собственной комнате. <i>Экологическая ответственность</i> ✓ не мусорит на улице ✓ не ломает деревья
7.	Формирование эстетических потребностей, ценностей, чувств	✓ воспринимает и наблюдает за окружающими предметами и явлениями, рассматривает или прослушивает произведений искусства ✓ понимает на начальном уровне эстетику поведения и эстетику внешнего вида. ✓ также включается общение между взрослыми и детьми, общение в детском коллективе. ✓ проявляет зачатки творческих способностей
8.	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками	✓ принимает участие в коллективных делах и играх; - принимать и оказывать помощь. ✓ соотносит свои желания, стремления с интересами других людей; ✓ принимает участие в коллективных делах и играх; - уважительно относиться к окружающим людям; ✓ принимать и оказывать помощь.

Оценивание личностных (возможных) результатов освоения коррекционного курса «двигательное развитие»

Для проведения оценки личностных результатов обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР применяется метод экспертной

группы (на междисциплинарной основе). Она объединяет разных специалистов, осуществляющих процесс образования и развития ребенка. Задачей экспертной группы является проведение согласованной оценки достижений ребёнка в сфере жизненных компетенций. Основой служит анализ результатов обучения ребёнка, динамика развития его личности

На основании сравнения показателей текущей и предыдущей оценки экспертная группа делает вывод о динамике развития жизненной компетенции обучающегося за год по каждому показателю.

Результаты оценки личностных достижений заносятся в индивидуальную карту развития обучающегося, что позволяет представить полную картину динамики для планирования коррекционной работы с ребенком на будущий год.

Базовые учебные действия, формируемые на коррекционном курсе «двигательное развитие» в 5 - 9 классах (вариант 2)

Требования по формированию БУД на занятиях двигательным развитием	Планируемые (возможные) результаты образовательной деятельности в ГБОУ СО «Екатеринбургская школа № 8»
Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся	➤ Принимает цели и произвольно включаться в деятельность; ➤ Следует предложенному плану и работать в общем темпе; ➤ Ориентируется в спортивном, тренажерном залах, а так же на спортивных площадках школы.
Формирование учебного поведения	Фиксирует взгляд на лице педагога с использованием голоса и утрированной мимики; ➤ фиксирует взгляд на говорящем и на задании; ➤ понимает жестовую инструкцию; ➤ выполняет инструкцию, состоящую из одного или двух действий; ➤ использует по назначению спортивный инвентарь и оборудование; ➤ подражает действиям, выполняемым педагогом; ➤ последовательно выполняет отдельные операции действия по образцу педагога
Формирование умения выполнять задание	➤ Способен удерживать произвольное внимание на выполнении посильного задания 5-7 мин; ➤ при организующей, направляющей помощи способен выполнить посильное задание от начала до конца; ➤ выполняет задания самостоятельно от начала до конца
Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.	➤ Самостоятельно переходит от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с алгоритмом.

Оценивание БУД осуществляется 1 раз в год (май месяц) с применением бальной системы оценивания. Для оценки сформированности каждого базового действия используется следующая система оценки:

№п/п	Система оценки	Характеристика оценки
------	----------------	-----------------------

1.	0 баллов	действие отсутствует, обучающийся не понимает его смысла, не включается в процесс выполнения вместе с учителем
2.	1 балл	смысл действия понимает, связывает с конкретной ситуацией, выполняет действие только по прямому указанию учителя, при необходимости требуется оказание помощи
3.	2 балла	преимущественно выполняет действие по указанию учителя, в отдельных ситуациях способен выполнить его самостоятельно
4.	3 балла	способен самостоятельно выполнять действие в определенных ситуациях, нередко допускает ошибки, которые исправляет по прямому указанию учителя
5.	4 балла	способен самостоятельно применять действие, но иногда допускает ошибки, которые исправляет по замечанию учителя
6.	5 баллов	самостоятельно применяет действие в любой ситуации.

Содержание коррекционного курса «двигательное развитие» в 5 - 9 классах с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью и ТМНР

Программа по коррекционному курсу «двигательное развитие» включает в себя 5 разделов: «Восприятие собственного тела», «Развитие физических способностей», «Общеразвивающие и корригирующие упражнения», «Развитие функции рук», «Подвижные игры».

Содержание учебного материала 5 класс

Раздел 1: «Восприятие собственного тела»

1. Восприятие тактильных раздражителей

Восприятие прикосновения материалами, различными по: температуре (холодный, теплый), фактуре (гладкий, колючий, шероховатый и др.), материалу (дерево, металл, бумага и др.).

Восприятие вестибулярных/кинестетических раздражителей

Формирование ощущений изменения положения двигательного характера: перевороты, кручение, лазание, балансировочных плоскостях, канате, на подвижной поверхности.

2. Восприятие тела как единого целого

Формирование ощущений от различных поз движений тела.

Восприятие различных частей тела

Восприятие взаимно расположенных частей тела (голова-тело, руки-тело, ноги-тело) с использованием: тактильных раздражителей; пассивного и/или целенаправленного движения.

Развитие сенсомоторной координации

✓ Развитие акустически-моторной координации.

Повороты головы к звучащему предмету; повороты корпуса к звучащему предмету; взор в направлении звука; игры или действия со звучащими предметами и другие.

✓ развитие зрительно-моторной координации:

Координация глаз-рука: посмотри/возьми/дотянись/сбрось.

Формирование навыков саморегуляции и контроля действий

Релаксация (произвольное расслабление мышц). Упражнения дыхательной гимнастики (удлиненный вдох, удлиненный выдох, брюшное дыхание среднее дыхание, верхнее дыхание, полное дыхание).

Раздел 2: «Развитие физических способностей»

1. Развитие силовых способностей

Развитие навыков тянуть, тащить предметы различного веса, толкать руками и ногами набивной мяч, утяжеленный предмет, переносить предметы различного веса.

2. Развитие выносливости

Удержание различных поз продолжительное время (удержание положения лежа на животе с опорой на предплечья в течение 10 минут, удержание позы сидя в процессе игры).

Упражнения на ориентировку в пространстве

Формирование представлений о расположении предметов, заполняющих знакомое замкнутое пространство (например: «Покажи, где качели, зеркало?»; «Возьми мяч под стулом» и другое).

Правильное исходное положение. Ходьба и бег.

Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два.

Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием обручей.

Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга, «змейкой».

Развитие моторной ловкости

Лазание по скамейке, по мягким модулям, по горке, по шведской стенке, другое. Ходьба (по ограниченной поверхности; с огибанием препятствий, приставным шагом, вверх вниз по лестнице, со сменой направления движения, остановками по сигналу, перешагивание и т.д.)

Раздел 3. «Общеразвивающие и коррегирующие упражнения»

1. Дыхательные упражнения

Дыхательные упражнения в образном оформлении. Дыхательные упражнения под счет. Грудное, брюшное и полное дыхание в исходном положении «лежа на спине», «сидя», «стоя». Дыхание через нос, через рот.

2. Общеразвивающие упражнения.

Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи).

Движения рук в разных направлениях без предметов. Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам.

Перелезание через сцепленные руки, через палку. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп.

Упражнения, направленные на формирование и закрепление навыка правильной осанки. Упражнения, направленные на формирование и укрепление мышечного корсета: упражнения, направленные на развитие мышц брюшного пресса; упражнения, направленные на развитие мышц спины; боковых мышц туловища.

3. *Упражнения на координацию движений.*

Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу).

Упражнения на расслабление мышц.

Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник). Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра).

Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висающими руками и опущенной головой («петрушка»).

4. *Развитие чувства ритма.*

Ритмические движения по подражанию (хлопать двумя руками, одновременно или поочередно по столу, топать одной (двумя) ногами и т.д.).

Движения на фоне ритмического сопровождения звучащих жестов (хлопки, притопы и т.д.).

Раздел 4: «Развитие функции руки»

1. *Развитие функции руки*

Восприятие рукой/кистью различных материалов: опускание рук в воду и в емкость с сыпучим материалом (горох, песок, желуди).

Упражнения на расслабление пальцев и кистей рук, сортировка мелких предметов (по цвету, форме, величине).

2. *Обучение функциональным действиям руками*

Развитие умения целенаправленно брать и удерживать предмет (брать предметы из руки взрослого, брать/удерживать предметы одной/двумя руками, брать предметы различным хватом (ладонным, плоским, щипцовым, пинцетным и др.).

Обучение движениям, необходимым при самообслуживании (одевание-раздевание).

3. *Развитие ручной умелости и мелкой моторики*

Упражнения с массажными мячами. Игры и упражнения, направленные на развитие тактильной чувствительности ладоней.

Раздел 5: «Подвижные игры оздоровительного и развивающего характера»

Подвижные игры, направленные на развитие пространственной ориентировки.

Подвижные игры, направленные на развитие слуховой и мышечной памяти, тактильного восприятия и мышления, развития мелкой моторики.

Подвижные игры, направленные на развитие навыка метания, развитие координации движений крупных и мелких мышечных групп, ловкости, удержания равновесия, глазомера.

Подвижные игры с элементами соревнования (индивидуального и группового), игры-забавы, игры с правилами.

Содержание учебного материала 6 класс

Раздел 1: «Восприятие собственного тела»

1. *Восприятие тактильных раздражителей*

Восприятие прикосновения материалами, различными по: температуре (холодный, теплый), фактуре (гладкий, колючий, шероховатый и др.), материалу (дерево, металл, бумага и др.).

Восприятие вестибулярных/кинестетических раздражителей

Формирование ощущений изменения положения двигательного характера: перевороты, кручение, лазание.

Формирование кинестетических и вестибулярных ощущений во время движения или через смену покоя и движения: вперед-назад, вверх-вниз, при движении по кругу и другие.

2. Восприятие тела как единого целого

Формирование ощущений от различных поз движений тела, верхних и нижних конечностей, головы. Смена покоя и движения (качели, батут и т.д.).

3. Восприятие различных частей тела

Восприятие взаимно расположенных частей тела (голова-тело, руки-тело, ноги-тело) с использованием: тактильных раздражителей; пассивного и/или целенаправленного движения; визуальных раздражителей.

Развитие сенсомоторной координации

✓ Развитие акустически-моторной координации.

Повороты головы к звучащему предмету; повороты корпуса к звучащему предмету; взор в направлении звука; игры или действия со звучащими предметами и другие.

✓ развитие зрительно-моторной координации:

Координация глаз-рука: посмотри/возьми/дотянись/сбрось; фокусирование внимания на своих руках; нахождение спрятанного предмета (от видимого к невидимому, от близкого к дальнему).

4. Формирование навыков саморегуляции и контроля действий

Релаксация (произвольное расслабление мышц). Упражнения дыхательной гимнастики (удлиненный вдох, удлиненный выдох, брюшное дыхание среднее дыхание, верхнее дыхание, полное дыхание). Игровые приёмы и упражнения на развитие умения контролировать импульсивные действия, снятия эмоционального напряжения, преодоления импульсивности, тренировки навыков саморегуляции.

Раздел 2: «Развитие физических способностей»

1. Развитие силовых способностей

Упражнения с внешним сопротивлением: выполнение действия с эластичными, упругими материалами (резиновый бинт, эспандер). Развитие навыков тянуть, тащить предметы различного веса, толкать руками и ногами набивной мяч, утяжеленный предмет, переносить предметы различного веса.

2. Развитие выносливости

Удержание различных поз продолжительное время (удержание положения лежа на животе с опорой на предплечья в течение 10 минут, удержание позы сидя в процессе игры). Выполнение двигательного действия в течение заданного времени; на протяжении заданного расстояния; определенное количество раз (ходьба по коридору в течение определенного времени, подъем и спуск по лестничному пролету).

3. Упражнения на ориентировку в пространстве

Формирование представлений о расположении предметов, заполняющих знакомое замкнутое пространство (например: «Покажи, где качели, зеркало?»; «Возьми мяч под стулом» и другое).

Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол.

Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и concentрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад. Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и concentрических кругов в звездочки и карусели.

Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок.

Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга, «змейкой». Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах.

4. Развитие моторной ловкости

Ползание через препятствия, вниз/вверх по наклонной плоскости, по ступенькам и т. д. Лазание по скамейке, по мягким модулям, по горке, по шведской стенке, другое. Ходьба (по ограниченной поверхности; с огибанием препятствий, приставным шагом, вверх вниз по лестнице, со сменой направления движения, остановками по сигналу, перешагивание и т.д.) Прыжки на месте на двух ногах, на одной ноге, с продвижением вперед на двух ногах, спрыгивание вниз с небольшой высоты;

Бег (по прямой, по диагонали, по кругу, с остановками, приставным шагом, спиной вперед, с остановками, и т.д.). Бросание мяча взрослому, в корзину в цель.

Раздел 3. «Общеразвивающие и корригирующие упражнения»

5. Дыхательные упражнения

Дыхательные упражнения в образном оформлении. Дыхательные упражнения под счет. Грудное, брюшное и полное дыхание в исходном положении «лежа на спине», «сидя», «стоя». Дыхание через нос, через рот. Изменение длительности вдоха и выдоха. Дыхание в ходьбе с имитацией. Движение руками в исходном положении. Движение предплечий и кистей рук в различных направлениях

6. Общеразвивающие упражнения.

Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища

вперед, в стороны с движениями рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на пояс.

Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук.

Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону.

Перелезание через сцепленные руки, через палку. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп.

Упражнения, направленные на формирование и закрепление навыка правильной осанки. Упражнения, направленные на формирование и укрепление мышечного корсета: упражнения, направленные на развитие мышц брюшного пресса; упражнения, направленные на развитие мышц спины; боковых мышц туловища.

7. Упражнения на координацию движений.

Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и т. д.).

8. Упражнения на расслабление мышц.

Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник). Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол). Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев. Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висющими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднимание головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка). То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

9. Развитие чувства ритма.

Ритмические движения по подражанию (хлопать двумя руками, одновременно или поочередно по столу, топать одной (двумя) ногами и т.д.).

Движения на фоне ритмического сопровождения звучащих жестов (хлопки, притопы и т.д.).

Движения под счет; движения на фоне ритмического сопровождения музыкальных инструментов (бубен и т.д.); движения в ритме музыки и песен. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений.

Раздел 4: «Развитие функции руки»

4. Развитие функции руки

Восприятие рукой/кистой различных материалов: опускание рук в воду и в емкость с сыпучим материалом (горох, песок, желуди); вкладывание предметов в руку (игрушку, маракас, ткань, мочалку и т.д.) ; сдвигание рукой предметов (легкие, тяжелые).

Упражнения на расслабление пальцев и кистей рук, сортировка мелких предметов (по цвету, форме, величине).

5. Обучение функциональным действиям руками

Развитие умения целенаправленно брать и удерживать предмет (брать предметы из руки взрослого, брать/удерживать предметы одной/двумя руками, брать предметы различным хватом (ладонным, плоским, щипцовым, пинцетным и др.).

Обучение движениям, необходимым при самообслуживании (одевание-раздевание, работа с различными застежками, шнуровками, замками, надевание варежки, захваты)

6. Развитие ручной умелости и мелкой моторики

Упражнения с массажными мячами. Игры и упражнения, направленные на развитие тактильной чувствительности ладоней.

Раздел 5: «Подвижные игры оздоровительного и развивающего характера»

Подвижные игры, направленные на развитие пространственной ориентировки.

Подвижные игры, направленные на развитие слуховой и мышечной памяти, тактильного восприятия и мышления, развития мелкой моторики.

Подвижные игры, направленные на развитие навыка метания, развитие координации движений крупных и мелких мышечных групп, ловкости, удержания равновесия, глазомера.

Подвижные игры с элементами соревнования (индивидуального и группового), игры-забавы, игры с правилами.

Содержание учебного материала 7 класс

Раздел 1: «Восприятие собственного тела»

1. Восприятие тактильных раздражителей

Восприятие прикосновения материалами, различными по: температуре (холодный, теплый), фактуре (гладкий, колючий, шероховатый и др.), материалу (дерево, металл, бумага и др.).

Восприятие вестибулярных/кинестетических раздражителей

Формирование ощущений изменения положения двигательного характера: перевороты, кручение, лазание, балансировочных плоскостях, канате.

Формирование кинестетических и вестибулярных ощущений во время движения или через смену покоя и движения.

Восприятие тела как единого целого

Формирование ощущений от различных поз движений тела, верхних и нижних конечностей, головы. Развитие ощущений во время закапывания в шарики. Смена покоя и движения (качели, батут и т.д.).

2. Восприятие различных частей тела

Восприятие взаимно расположенных частей тела (голова-тело, руки-тело, ноги-тело) с использованием: тактильных раздражителей; пассивного и/или целенаправленного движения.

Развитие сенсомоторной координации

✓ Развитие акустически-моторной координации.

Повороты головы к звучащему предмету; повороты корпуса к звучащему предмету; игры или действия со звучащими предметами и другие.

✓ развитие зрительно-моторной координации:

Координация глаз-рука: посмотри/возьми/дотянись/сбрось; фокусирование внимания на своих руках; нахождение спрятанного предмета (от близкого к дальнему).

3. Формирование навыков саморегуляции и контроля действий

Релаксация (произвольное расслабление мышц). Упражнения дыхательной гимнастики (удлиненный вдох, удлиненный выдох, брюшное дыхание среднее дыхание, полное дыхание).

Раздел 2: «Развитие физических способностей»

1. Развитие силовых способностей

Упражнения с внешним сопротивлением: выполнение действия с эластичными, упругими материалами (резиновый бинт, эспандер). Развитие навыков тянуть, тащить предметы различного веса.

2. Развитие выносливости

Удержание различных поз продолжительное время (удержание позы сидя в процессе игры). Выполнение двигательного действия в течение заданного времени; на протяжении заданного расстояния; определенное количество раз (подъем и спуск по лестничному пролету).

3. Упражнения на ориентировку в пространстве

Формирование представлений о расположении предметов, заполняющих знакомое замкнутое пространство (например: «Покажи, где качели, зеркало?»; «Возьми мяч под стулом» и другое).

Правильное исходное положение. Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, на пятках, держа ровно спину.

Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад.

Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах.

4. Развитие моторной ловкости

Ползание через препятствия, вниз/вверх. Лазание по скамейке. Ходьба (приставным шагом, вверх вниз по лестнице, со сменой направления движения, остановками по сигналу, перешагивание и т.д.) Прыжки на месте на двух ногах, на одной ноге, с продвижением вперед на двух ногах, спрыгивание вниз с небольшой высоты.

Бег (по прямой, по диагонали, по кругу, с остановками, приставным шагом, спиной вперед, с остановками, и т.д.). Бросание мяча взрослому, в корзину в цель.

Раздел 3. «Общеразвивающие и коррегирующие упражнения»

1. Дыхательные упражнения

Дыхательные упражнения в образном оформлении. Дыхательные упражнения под счет. Грудное, брюшное и полное дыхание в исходном положении «лежа на спине», «сидя», «стоя». Дыхание через нос, через рот. Дыхание в ходьбе с имитацией. Движение руками в исходном положении.

Общеразвивающие упражнения.

Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук.

Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам.

Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя.

Перелезание через палку. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп.

Упражнения, направленные на формирование и закрепление навыка правильной осанки. Упражнения, направленные на формирование и укрепление мышечного корсета: упражнения, направленные на развитие мышц брюшного пресса; упражнения, направленные на развитие мышц спины.

2. Упражнения на координацию движений.

Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (высокое поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием и опусканием правой руки и т. д.).

3. Упражнения на расслабление мышц.

Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник). Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед

собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед.

Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).

Развитие чувства ритма.

Ритмические движения по подражанию (хлопать двумя руками, одновременно или поочередно по столу, топать одной (двумя) ногами и т.д.).

Движения на фоне ритмического сопровождения звучащих жестов (хлопки, притопы и т.д.).

Движения под счет; движения в ритме музыки и песен.

Раздел 4: «Развитие функции руки»

1. Развитие функции руки

Восприятие рукой/кистью различных материалов: опускание рук в воду и в емкость с сыпучим материалом (горох, песок, желуди); вкладывание предметов в руку (игрушку, ткань, и т.д.); сдвигание рукой предметов (легкие, тяжелые).

Упражнения на расслабление пальцев и кистей рук, сортировка мелких предметов (по цвету, форме, величине).

2. Обучение функциональным действиям руками

Развитие умения целенаправленно брать и удерживать предмет (брать предметы из руки взрослого, брать/удерживать предметы одной/двумя руками, брать предметы различным хватом (ладонным, плоским, пинцетным и др.).

Обучение движениям, необходимым при самообслуживании (одевание-раздевание, работа с различными застежками, шнуровками, замками, надевание варежки, захваты)

3. Развитие ручной умелости и мелкой моторики

Упражнения с массажными мячами. Игры и упражнения, направленные на развитие тактильной чувствительности ладоней.

Раздел 5: «Подвижные игры оздоровительного и развивающего характера»

Подвижные игры, направленные на развитие пространственной ориентировки.

Подвижные игры, направленные на развитие слуховой и мышечной памяти, тактильного восприятия и мышления, развития мелкой моторики.

Подвижные игры, направленные на развитие навыка метания, развитие координации движений крупных и мелких мышечных групп, ловкости, удержания равновесия, глазомера.

Содержание учебного материала 8 класс

Раздел 1: «Восприятие собственного тела»

1. Восприятие тактильных раздражителей

Восприятие прикосновения материалами, различными по: температуре (холодный, теплый), фактуре (гладкий, колючий, шероховатый и др.), материалу (дерево, металл, бумага и др.).

Восприятие вестибулярных/кинестетических раздражителей

Формирование ощущений изменения положения двигательного характера: перевороты, кручение, лазание, балансировочных плоскостях, канате.

Формирование кинестетических и вестибулярных ощущений во время движения или через смену покоя и движения: вперед-назад, вверх-вниз, движения по кругу и другие.

2. Восприятие тела как единого целого

Формирование ощущений от различных поз движений тела, верхних и нижних конечностей, головы. Развитие ощущений во время закапывания в шарики. Смена покоя и движения (качели, батут и т.д.).

3. Восприятие различных частей тела

Восприятие взаимно расположенных частей тела (голова-тело, руки-тело, ноги-тело) с использованием: тактильных раздражителей; пассивного и/или целенаправленного движения; визуальных раздражителей.

Развитие сенсомоторной координации

✓ Развитие акустически-моторной координации.

Повороты головы к звучащему предмету; повороты корпуса к звучащему предмету; взор в направлении звука; игры или действия со звучащими предметами и другие.

✓ развитие зрительно-моторной координации:

Координация глаз-рука: посмотри/возьми/дотянись/сбрось; фокусирование внимания на своих руках; нахождение спрятанного предмета (от видимого к невидимому, от близкого к дальнему).

4. Формирование навыков саморегуляции и контроля действий

Релаксация (произвольное расслабление мышц). Упражнения дыхательной гимнастики (удлиненный вдох, удлиненный выдох, брюшное дыхание среднее дыхание, верхнее дыхание, полное дыхание).

Раздел 2: «Развитие физических способностей»

1. Развитие силовых способностей

Упражнения с внешним сопротивлением: выполнение действия с эластичными, упругими материалами (резиновый бинт, эспандер). Развитие навыков тянуть, тащить предметы различного веса.

2. Развитие выносливости

Удержание различных поз продолжительное время (удержание положения лежа на животе с опорой на предплечья в течение 10 минут, удержание позы сидя в процессе игры). Выполнение двигательного действия в течение заданного времени; на протяжении заданного расстояния; определенное количество раз (ходьба по коридору в течение определенного времени, подъем и спуск по лестничному пролету).

3. Упражнения на ориентировку в пространстве

Формирование представлений о расположении предметов, заполняющих знакомое замкнутое пространство (например: «Покажи, где качели, зеркало?»; «Возьми мяч под стулом» и другое).

Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину.

Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад.

Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга, «змейкой». Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах.

1. Развитие моторной ловкости

Ползание через препятствия, вниз/вверх по наклонной плоскости, по ступенькам и т. д. Лазание по скамейке, по мягким модулям, по горке, по шведской стенке, другое. Ходьба (приставным шагом, вверх вниз по лестнице, со сменой направления движения, остановками по сигналу, перешагивание и т.д.) Прыжки на месте на двух ногах, на одной ноге, с продвижением вперед на двух ногах, спрыгивание вниз с небольшой высоты.

Бег (по прямой, по диагонали, по кругу, с остановками, приставным шагом, спиной вперед, с остановками, и т.д.). Бросание мяча взрослому, в корзину в цель.

Раздел 3. «Общеразвивающие и коррегирующие упражнения»

1. Дыхательные упражнения

Дыхательные упражнения в образном оформлении. Дыхательные упражнения под счет. Грудное, брюшное и полное дыхание в исходном положении «лежа на спине», «сидя», «стоя». Дыхание через нос, через рот. Дыхание в ходьбе с имитацией. Движение руками в исходном положении. *Общеразвивающие упражнения.*

Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи).

Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки).

Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение.

Перелезание через сцепленные руки, через палку. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп.

Упражнения, направленные на формирование и закрепление навыка правильной осанки. Упражнения, направленные на формирование и укрепление мышечного корсета: упражнения, направленные на развитие мышц брюшного пресса; упражнения, направленные на развитие мышц спины.

2. Упражнения на координацию движений.

Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (высокое поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и т. д.).

3. Упражнения на расслабление мышц.

Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник). Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед.

Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висющими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднимание головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).

Развитие чувства ритма.

Ритмические движения по подражанию (хлопать двумя руками, одновременно или поочередно по столу, топать одной (двумя) ногами и т.д.). Движения на фоне ритмического сопровождения звучащих жестов (хлопки, притопы и т.д.).

Раздел 4: «Развитие функции руки»

1. Развитие функции руки

Восприятие рукой/кистью различных материалов: опускание рук в воду и в емкость с сыпучим материалом (горох, песок, желуди); вкладывание предметов в руку (игрушку, маракас); сдвигание рукой предметов (легкие, тяжелые). Упражнения на расслабление пальцев и кистей рук.

2. Обучение функциональным действиям руками

Развитие умения целенаправленно брать и удерживать предмет (брать предметы из руки взрослого, брать/удерживать предметы одной/двумя руками, брать предметы различным хватом).

Обучение движениям, необходимым при самообслуживании (одевание-раздевание, работа с различными застежками, шнуровками, замками, надевание варежки, захваты)

3. Развитие ручной умелости и мелкой моторики

Упражнения с массажными мячами. Игры и упражнения, направленные на развитие тактильной чувствительности ладоней.

Раздел 5: «Подвижные игры оздоровительного и развивающего характера»

Подвижные игры, направленные на развитие пространственной ориентировки.

Подвижные игры, направленные на развитие слуховой и мышечной памяти, тактильного восприятия и мышления, развития мелкой моторики.

Подвижные игры, направленные на развитие навыка метания, развитие координации движений крупных и мелких мышечных групп, ловкости, удержания равновесия, глазомера.

Подвижные игры с элементами соревнования (индивидуального и группового), игры-забавы, игры с правилами.

Содержание учебного материала 9 класс

Раздел 1: «Восприятие собственного тела»

1. Восприятие тактильных раздражителей

Восприятие прикосновения материалами, различными по: температуре (холодный, теплый), фактуре (гладкий, колючий, шероховатый и др.), материалу (дерево, металл, бумага и др.).

Восприятие вестибулярных/кинестетических раздражителей

Формирование ощущений изменения положения двигательного характера: перевороты, кручение, лазание, балансировочных плоскостях, канате, на подвижной поверхности.

Формирование кинестетических и вестибулярных ощущений во время движения или через смену покоя и движения: вперед-назад, вверх-вниз, при объезде препятствий, движении по кругу и другие.

2. Восприятие тела как единого целого

Формирование ощущений от различных поз движений тела, верхних и нижних конечностей, головы. Развитие ощущений во время закапывания в песок, листву, шарики. Смена покоя и движения (качели, батут и т.д.).

3. Восприятие различных частей тела

Восприятие взаимно расположенных частей тела (голова-тело, руки-тело, ноги-тело) с использованием: тактильных раздражителей; пассивного и/или целенаправленного движения; визуальных раздражителей. Ориентировка на собственном теле: дифференциация правой – левой руки/ ноги, правой – левой части тела.

4. Развитие сенсомоторной координации

✓ Развитие акустически-моторной координации.

Повороты головы к звучащему предмету; повороты корпуса к звучащему предмету; взор в направлении звука; игры или действия со звучащими предметами и другие.

✓ развитие зрительно-моторной координации:

Координация глаз-рука: посмотри/возьми/дотянись/сбрось; фокусирование внимания на своих руках; нахождение спрятанного предмета (от видимого к невидимому, от близкого к дальнему).

5. Формирование навыков саморегуляции и контроля действий

Релаксация (произвольное расслабление мышц). Упражнения дыхательной гимнастики (удлиненный вдох, удлиненный выдох, брюшное дыхание среднее дыхание, верхнее дыхание, полное дыхание). Игровые приёмы и упражнения на развитие умения контролировать импульсивные действия, снятия эмоционального напряжения, преодоления импульсивности, тренировки навыков саморегуляции.

Раздел 2: «Развитие физических способностей»

1. Развитие силовых способностей

Упражнения с внешним сопротивлением: выполнение действия с эластичными, упругими материалами (резиновый бинт, эспандер). Развитие навыков тянуть, тащить предметы различного веса, толкать руками и ногами набивной мяч, утяжеленный предмет, переносить предметы различного веса.

2. Развитие выносливости

Удержание различных поз продолжительное время (удержание положения лежа на животе с опорой на предплечья в течение 10 минут, удержание позы сидя в процессе игры). Выполнение двигательного действия в течение заданного времени; на протяжении заданного расстояния; определенное количество раз (ходьба по

коридору в течение определенного времени, подъем и спуск по лестничному пролету).

3. Упражнения на ориентировку в пространстве

Формирование представлений о расположении предметов, заполняющих знакомое замкнутое пространство (например: «Покажи, где качели, зеркало?»; «Возьми мяч под стулом» и другое).

Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол.

Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения враспынную. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и concentрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад. Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и concentрических кругов в звездочки и карусели.

Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок.

Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга, «змейкой». Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах.

4. Развитие моторной ловкости

Ползание через препятствия, вниз/вверх по наклонной плоскости, по ступенькам и т. д. Лазание по скамейке, по мягким модулям, по горке, по шведской стенке, другое. Ходьба (по ограниченной поверхности; с огибанием препятствий, приставным шагом, вверх вниз по лестнице, со сменой направления движения, остановками по сигналу, перешагивание и т.д.) Прыжки на месте на двух ногах, на одной ноге, с продвижением вперед на двух ногах, спрыгивание вниз с небольшой высоты;

Бег (по прямой, по диагонали, по кругу, с остановками, приставным шагом, спиной вперед, с остановками, и т.д.). Бросание мяча взрослому, в корзину в цель.

Раздел 3. «Общеразвивающие и корригирующие упражнения»

1. Дыхательные упражнения

Дыхательные упражнения в образном оформлении. Дыхательные упражнения под счет. Грудное, брюшное и полное дыхание в исходном положении «лежа на спине», «сидя», «стоя». Дыхание через нос, через рот. Изменение длительности вдоха и выдоха. Дыхание в ходьбе с имитацией. Движение руками в исходном положении. Движение предплечий и кистей рук в различных направлениях

2. Общеразвивающие упражнения.

Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на пояс.

Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук.

Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону.

Перелезание через сцепленные руки, через палку. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп.

Упражнения, направленные на формирование и закрепление навыка правильной осанки. Упражнения, направленные на формирование и укрепление мышечного корсета: упражнения, направленные на развитие мышц брюшного пресса; упражнения, направленные на развитие мышц спины; боковых мышц туловища.

3. Упражнения на координацию движений.

Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и т. д.).

4. Упражнения на расслабление мышц.

Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник). Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол). Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев. Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висающими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции

приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка). То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

5. Развитие чувства ритма.

Ритмические движения по подражанию (хлопать двумя руками, одновременно или поочередно по столу, топать одной (двумя) ногами и т.д.).

Движения на фоне ритмического сопровождения звучащих жестов (хлопки, притопы и т.д.).

Движения под счет; движения на фоне ритмического сопровождения музыкальных инструментов (бубен и т.д.); движения в ритме музыки и песен. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений.

Раздел 4: «Развитие функции руки»

1. Развитие функции руки

Восприятие рукой/кистью различных материалов: опускание рук в воду и в емкость с сыпучим материалом (горох, песок, желуди); вкладывание предметов в руку (игрушку, маракас, ткань, мочалку и т.д.) ; сдвигание рукой предметов (легкие, тяжелые).

Упражнения на расслабление пальцев и кистей рук, сортировка мелких предметов (по цвету, форме, величине).

2. Обучение функциональным действиям руками

Развитие умения целенаправленно брать и удерживать предмет (брать предметы из руки взрослого, брать/удерживать предметы одной/двумя руками, брать предметы различным хватом (ладонным, плоским, щипцовым, пинцетным и др.).

Обучение движениям, необходимым при самообслуживании (одевание-раздевание, работа с различными застежками, шнуровками, замками, надевание варежки, захваты)

3. Развитие ручной умелости и мелкой моторики

Упражнения с массажными мячами. Игры и упражнения, направленные на развитие тактильной чувствительности ладоней.

Раздел 5: «Подвижные игры оздоровительного и развивающего характера»

Подвижные игры, направленные на развитие пространственной ориентировки.

Подвижные игры, направленные на развитие слуховой и мышечной памяти, тактильного восприятия и мышления, развития мелкой моторики.

Подвижные игры, направленные на развитие навыка метания, развитие координации движений крупных и мелких мышечных групп, ловкости, удержания равновесия, глазомера.

Подвижные игры с элементами соревнования (индивидуального и группового), игры-забавы, игры с правилами.

**Тематическое планирование коррекционного курса «двигательное развитие»
5 класс (вариант 2)**

№ п/п	Название раздела	Кол- во часов	Планируемый результат	Основные виды деятельности обучающихся	Контрольные мероприятия
			Формируемые БУД		
1	«Восприятие собственного тела»	6	➤ Принимает цели и произвольно включаться в деятельность; ➤ Ориентируется в спортивном, тренажерном залах, а также на спортивных площадках школы. <i>Фиксирует взгляд на лице педагога с использованием голоса и утрированной мимики;</i>	➤ Соблюдение Т/Б, дисциплины; ➤ Слушание объяснения учителя; ➤ Выполнение заданий под руководством учителя.	Правильное выполнение упражнений
2	«Развитие физических способностей»	6	➤ фиксирует взгляд на говорящем и на задании; ➤ понимает жестовую инструкцию; ➤ выполняет инструкцию, состоящую из одного или двух действий;	➤ Соблюдение Т/Б, дисциплины; ➤ Наблюдение за демонстрацией учителя; ➤ Выполнение заданий под руководством учителя.	Правильное выполнение упражнений.
3	«Общеразвивающие и корригирующие упражнения»	8	➤ использует по назначению спортивный инвентарь и оборудование; ➤ подражает действиям, выполняемым педагогом; ➤ последовательно выполняет отдельные операции действия по образцу педагога	➤ Соблюдение Т/Б, дисциплины; ➤ Слушание объяснения учителя; ➤ Выполнение заданий под руководством учителя.	Правильное выполнение упражнений.
4	«Развитие функции рук»	6	<i>Способен удерживать произвольное внимание на выполнении посильного задания 5-7 мин;</i> ➤ при организующей, направляющей помощи способен выполнить посильное задание от начала до конца; ➤ выполняет задания самостоятельно от начала до конца <i>Следует предложенному плану и работать в общем темпе.</i>	➤ Соблюдение Т/Б, дисциплины; ➤ Соблюдение правил игры; ➤ Слушание объяснения учителя; ➤ Наблюдение за демонстрацией учителя	Правильное выполнение упражнений
5	«Подвижные игры»	6	<i>Самостоятельно переходит от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с алгоритмом.</i>	➤ Соблюдение Т/Б, дисциплины; ➤ Слушание объяснения учителя; ➤ Наблюдение за демонстрацией учителя; ➤ Выполнение заданий под руководством учителя.	Соблюдение правил подвижных игр
					ИТОГО: 34 ч.

**Тематическое планирование коррекционного курса «двигательное развитие»
6 класс (вариант 2)**

№ п/п	Название раздела	Кол- во часов	Планируемый результат	Основные виды деятельности обучающихся	Контрольные мероприятия
			Формируемые БУД		
1	«Восприятие собственного тела»	4	➤ Принимает цели и произвольно включаться в деятельность; ➤ Ориентируется в спортивном, тренажерном залах, а также на спортивных площадках школы. <i>Фиксирует взгляд на лице педагога с использованием голоса и утрированной мимики;</i>	➤ Соблюдение Т/Б, дисциплины; ➤ Слушание объяснения учителя; ➤ Выполнение заданий под руководством учителя.	Правильное выполнение упражнений
2	«Развитие физических способностей»	6	➤ фиксирует взгляд на говорящем и на задании; ➤ понимает жестовую инструкцию; ➤ выполняет инструкцию, состоящую из одного или двух действий;	➤ Соблюдение Т/Б, дисциплины; ➤ Наблюдение за демонстрацией учителя; ➤ Выполнение заданий под руководством учителя.	Правильное выполнение упражнений.
3	«Общеразвивающие и корригирующие упражнения»	7	➤ использует по назначению спортивный инвентарь и оборудование; ➤ подражает действиям, выполняемым педагогом; ➤ последовательно выполняет отдельные операции действия по образцу педагога	➤ Соблюдение Т/Б, дисциплины; ➤ Слушание объяснения учителя; ➤ Выполнение заданий под руководством учителя.	Правильное выполнение упражнений.
4	«Развитие функции рук»	7	<i>Способен удерживать произвольное внимание на выполнении посильного задания 5-7 мин;</i> ➤ при организующей, направляющей помощи способен выполнить посильное задание от начала до конца; ➤ выполняет задания самостоятельно от начала до конца	➤ Соблюдение Т/Б, дисциплины; ➤ Соблюдение правил игры; ➤ Слушание объяснения учителя; ➤ Наблюдение за демонстрацией учителя	Правильное выполнение упражнений
5	«Подвижные игры»	10	<i>Следует предложенному плану и работать в общем темпе.</i> <i>Самостоятельно переходит от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с алгоритмом.</i>	➤ Соблюдение Т/Б, дисциплины; ➤ Слушание объяснения учителя; ➤ Наблюдение за демонстрацией учителя; ➤ Выполнение заданий под руководством учителя.	Соблюдение правил подвижных игр
					ИТОГО: 34 ч.

**Тематическое планирование коррекционного курса «двигательное развитие»
7 класс (вариант 2)**

№ п/п	Название раздела	Кол- во часов	Планируемый результат	Основные виды деятельности обучающихся	Контрольные мероприятия
			Формируемые БУД		
1	«Восприятие собственного тела»	4	➤ Принимает цели и произвольно включаться в деятельность; ➤ Ориентируется в спортивном, тренажерном залах, а также на спортивных площадках школы. <i>Фиксирует взгляд на лице педагога с использованием голоса и утрированной мимики;</i>	➤ Соблюдение Т/Б, дисциплины; ➤ Слушание объяснения учителя; ➤ Выполнение заданий под руководством учителя.	Правильное выполнение упражнений
2	«Развитие физических способностей»	6	➤ фиксирует взгляд на говорящем и на задании; ➤ понимает жестовую инструкцию; ➤ выполняет инструкцию, состоящую из одного или двух действий;	➤ Соблюдение Т/Б, дисциплины; ➤ Наблюдение за демонстрацией учителя; ➤ Выполнение заданий под руководством учителя.	Правильное выполнение упражнений.
3	«Общеразвивающие и корригирующие упражнения»	7	➤ использует по назначению спортивный инвентарь и оборудование; ➤ подражает действиям, выполняемым педагогом; ➤ последовательно выполняет отдельные операции действия по образцу педагога	➤ Соблюдение Т/Б, дисциплины; ➤ Слушание объяснения учителя; ➤ Выполнение заданий под руководством учителя.	Правильное выполнение упражнений.
4	«Развитие функции рук»	7	<i>Способен удерживать произвольное внимание на выполнении посильного задания 5-7 мин;</i> ➤ при организующей, направляющей помощи способен выполнить посильное задание от начала до конца; ➤ выполняет задания самостоятельно от начала до конца	➤ Соблюдение Т/Б, дисциплины; ➤ Соблюдение правил игры; ➤ Слушание объяснения учителя; ➤ Наблюдение за демонстрацией учителя	Правильное выполнение упражнений
5	«Подвижные игры»	10	<i>Следует предложенному плану и работать в общем темпе.</i> <i>Самостоятельно переходит от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с алгоритмом.</i>	➤ Соблюдение Т/Б, дисциплины; ➤ Слушание объяснения учителя; ➤ Наблюдение за демонстрацией учителя; ➤ Выполнение заданий под руководством учителя.	Соблюдение правил подвижных игр
					ИТОГО: 34 ч.

**Тематическое планирование коррекционного курса «двигательное развитие»
8 класс (вариант 2)**

№ п/п	Название раздела	Кол- во часов	Планируемый результат	Основные виды деятельности обучающихся	Контрольные мероприятия
			формируемые БУД		
1	«Восприятие собственного тела»	4	➤ Принимает цели и произвольно включаться в деятельность; ➤ Ориентируется в спортивном, тренажерном залах, а также на спортивных площадках школы. <i>Фиксирует взгляд на лице педагога с использованием голоса и утрированной мимики;</i>	➤ Соблюдение Т/Б, дисциплины; ➤ Слушание объяснения учителя; ➤ Выполнение заданий под руководством учителя.	Правильное выполнение упражнений
2	«Развитие физических способностей»	6	➤ фиксирует взгляд на говорящем и на задании; ➤ понимает жестовую инструкцию; ➤ выполняет инструкцию, состоящую из одного или двух действий;	➤ Соблюдение Т/Б, дисциплины; ➤ Наблюдение за демонстрацией учителя; ➤ Выполнение заданий под руководством учителя.	Правильное выполнение упражнений.
3	«Общеразвивающие и корригирующие упражнения»	7	➤ использует по назначению спортивный инвентарь и оборудование; ➤ подражает действиям, выполняемым педагогом; ➤ последовательно выполняет отдельные операции действия по образцу педагога	➤ Соблюдение Т/Б, дисциплины; ➤ Слушание объяснения учителя; ➤ Выполнение заданий под руководством учителя.	Правильное выполнение упражнений.
4	«Развитие функции рук»	7	<i>Способен удерживать произвольное внимание на выполнении посильного задания 5-7 мин;</i> ➤ при организующей, направляющей помощи способен выполнить посильное задание от начала до конца; ➤ выполняет задания самостоятельно от начала до конца	➤ Соблюдение Т/Б, дисциплины; ➤ Соблюдение правил игры; ➤ Слушание объяснения учителя; ➤ Наблюдение за демонстрацией учителя	Правильное выполнение упражнений
5	«Подвижные игры»	10	<i>Следует предложенному плану и работать в общем темпе.</i> ✓ Самостоятельно переходит от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с алгоритмом.	➤ Соблюдение Т/Б, дисциплины; ➤ Слушание объяснения учителя; ➤ Наблюдение за демонстрацией учителя; ➤ Выполнение заданий под руководством учителя.	Соблюдение правил подвижных игр
					ИТОГО: 34 ч.

**Тематическое планирование коррекционного курса «двигательное развитие»
9 класс (вариант 2)**

№ п/п	Название раздела	Кол- во часов	Планируемый результат	Основные виды деятельности обучающихся	Контрольные мероприятия
			Формируемые БУД		
1	«Восприятие собственного тела»	4	➤ Принимает цели и произвольно включаться в деятельность; ➤ Ориентируется в спортивном, тренажерном залах, а также на спортивных площадках школы. <i>Фиксирует взгляд на лице педагога с использованием голоса и утрированной мимики;</i>	➤ Соблюдение Т/Б, дисциплины; ➤ Слушание объяснения учителя; ➤ Выполнение заданий под руководством учителя.	Правильное выполнение упражнений
2	«Развитие физических способностей»	6	➤ фиксирует взгляд на говорящем и на задании; ➤ понимает жестовую инструкцию; ➤ выполняет инструкцию, состоящую из одного или двух действий;	➤ Соблюдение Т/Б, дисциплины; ➤ Наблюдение за демонстрацией учителя; ➤ Выполнение заданий под руководством учителя.	Правильное выполнение упражнений.
3	«Общеразвивающие и корригирующие упражнения»	7	➤ использует по назначению спортивный инвентарь и оборудование; ➤ подражает действиям, выполняемым педагогом; ➤ последовательно выполняет отдельные операции действия по образцу педагога	➤ Соблюдение Т/Б, дисциплины; ➤ Слушание объяснения учителя; ➤ Выполнение заданий под руководством учителя.	Правильное выполнение упражнений.
4	«Развитие функции рук»	7	<i>Способен удерживать произвольное внимание на выполнении посильного задания 5-7 мин;</i> ➤ при организующей, направляющей помощи способен выполнить посильное задание от начала до конца; ➤ выполняет задания самостоятельно от начала до конца	➤ Соблюдение Т/Б, дисциплины; ➤ Соблюдение правил игры; ➤ Слушание объяснения учителя; ➤ Наблюдение за демонстрацией учителя	Правильное выполнение упражнений
5	«Подвижные игры»	10	<i>Следует предложенному плану и работать в общем темпе.</i> ✓ Самостоятельно переходит от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с алгоритмом.	➤ Соблюдение Т/Б, дисциплины; ➤ Слушание объяснения учителя; ➤ Наблюдение за демонстрацией учителя; ➤ Выполнение заданий под руководством учителя.	Соблюдение правил подвижных игр
					ИТОГО: 34 ч.

Материально-техническое обеспечение учебного предмета «адаптивная физическая культура»

Тренажерный зал, расположенный на 1 этаже школы. Оборудование тренажерного зала: эллиптический тренажер – (1шт.), стенка спортивная – (3шт.), коврик гимнастический – (12шт.), скамейка гимнастическая – (2шт.), обруч гимнастический – (2шт.), палка гимнастическая (дерево) – (5шт.), мяч д/ занятий ЛФК – (5шт), мяч б/т. – (5шт.), коврик массажный Ортодон Набор Универсал №1, 8 модулей - (1шт.), коврик массажный Ортодон Волна жесткая 6 модулей -(1шт.), тактильная дорожка (1 шт.), массажные мячики с шипами (12 шт.) 5 см. – 2 шт., 6 см. – 3 шт., 8 см. – 2 шт., 9 см. – 3 шт., 12 см. – 2 шт. мяч массажный Torneo, 65 см (4 шт.). Мяч гимнастический Torneo, 65 см (3 шт.), 55 см (3 шт.). Мяч гимнастический с эспандером d=65, 1000 гр, до 150кг, МИКС (4 шт.). Спортивное полотно "Гусеница"(1 шт.). Игровой комплекс для двигательной активности (1 шт.). Беговая дорожка с подъемом полотна (1 шт.). Коврики гимнастические (12 шт.). Массажная роликовая доска (2 шт.). Наклонная доска (1 шт.). Педали-балансир ЛАН-561 (1 набор). Балансировочная доска (1 шт.). Полусфера (6 шт.). Гантель неопреновая DB-201 0,5 кг - 4 кг (42 шт.). Подвесная консоль для 10 фитболов с полкой для не крупного инвентаря (1 шт.). Стойка на 15 пар гантелей односторонняя (1 шт.). Стеллаж для хранения инвентаря закрытый 1250х500х2000 (разборный) (1 шт.). Диск здоровья Тривес (4 шт.). Степ-платформа трехуровневая (6 шт.).

Спортивный зал, расположенный отдельно стоящее здание во дворе школы. Оборудование спортивного зала: лыжи – (25 шт.), палки лыжные – (50.), маты спортивные – (8 шт.), мячи баскетбольные – (15.), мячи футбольные – (6.), мячи волейбольные – (20.), мяч набивной – (7.), набор настольный теннис – (2.), обруч гимнастический взросл. – (5.), палки гимнастические пластик. –(15.), ракетка настольный теннис – (10.), сетка волейбольная – (1.), сетка баскетбольная капрон – (2.), щит баскетбольный – (2.), стол теннисный – (1.), фитбол – (4.), стенка гимнастическая – (5.), гимнастические скамейки – (6.), скакалки – (15.), набор для бадминтона – (6.), коврик гимнастический – (4.)

Кабинет № 314, расположенный на 3 этаже школы. Оборудование кабинета здоровья: стол большой письменный (1 шт.), стулья (4 шт.) стол малый (1 шт.), стула (2 шт.), шкафы (6 шт.), ковер (1 шт.), сухой бассейн с шариками (1 шт.), гимнастические коврики (8 шт.), скамья (2 шт.), массажные мячи (12 шт.), Елка с отверстиями (1 шт.), палки гимнастические (8 шт.), колокольчики (20 шт.), скакалки (20 шт.), эспандеры (10 шт.), батут Triumph Nord Спортивный 183 см. (1 шт.). иппо – тренажер (1 шт.), кресло (1 шт.), телевизор (1 шт.), парта (1 шт.), (обручи (12 шт.).