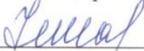


Государственное казённое общеобразовательное учреждение Свердловской области «Екатеринбургская школа-интернат №8, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы»

Согласовано

Заместитель директора по УР



« 1 » 09 2018 г.

Утверждаю:

директор школы – интерната №8

В.А. Шмаков

приказ № _____



**Рабочая программа
по лечебной физической культуре
7б и 9б классы (умеренная умственная отсталость)
2 вариант**

Учитель: - Шмакова Е.И.

г. Екатеринбург

2018 год

Пояснительная записка

Специальные занятия по лечебной физической культуре являются неотъемлемой частью системы мероприятий по физическому развитию в специальной (коррекционной) школе VIII вида.

Методика лечебной физкультуры в зависимости от заболевания ребенка содержит примерные комплексы оздоровительных физических упражнений, рекомендуемые виды двигательной активности, специальные упражнения при различных заболеваниях.

В основу данной программы положена " Программа по физической культуре для учащихся 1-11 классов общеобразовательных школ, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе", утвержденной Министерством просвещения и комплексы занятий по ЛФК для детей ограничениями в здоровье. Программа рассчитана на 1 час в неделю.

Назначения школьников в специальную медицинскую группу осуществляется после углубленного осмотра, ежегодно проводимого в соответствии с действующей инструкцией о врачебном контроле за обучающимися.

Занятия ЛФК направлены:

- ✓ на коррекцию наиболее распространенных дефектов (нарушение осанки, походки, слабость мышц брюшного пресса, туловища, конечностей);
- ✓ на развитие координационных способностей учеников, их уровень тренированности, способов выполнения упражнений (активно, с помощью, пассивно);
- ✓ на коррекцию и компенсацию недостатков физического развития (нарушения осанки, плоскостопие, отставание в росте, в массе тела, дисплазии и т.д.);
- ✓ на коррекцию нарушений в движениях (нарушение координации, ориентировки в пространстве, точность в движении, равновесия и т.д.);
- ✓ на устранение недостатков в развитии двигательных и иных качеств (силы, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости, прыгучести и т.д.);
- ✓ на формирование здорового образа жизни и дальнейшей социализации.

Занятия лечебной физкультурой дают возможность обучающимся компенсировать недостатки физического развития.

Все занятия по ЛФК проводятся в спортивном зале или на свежем воздухе при соблюдении санитарно - гигиенических требований. Оценка по занятиям ЛФК не выставляется.

На первом занятии следует объяснить детям значение этих занятий для их здоровья и физического развития. Обратить внимание учащихся на то, что их успехи зависят от добросовестного и правильного выполнения упражнений.

Структура занятий по лечебной физкультуре имеет свои особенности. Длительность занятия для детей с легкой умственной отсталостью составляет 35 минут и имеет ту же структуру, что и лечебные занятия для детей, имеющие отклонения в состоянии постоянного или временного характера. На занятиях нужно делать 2—3 перерыва по 1—2 мин. для отдыха детей. Отдых протекает более эффективно в

Контроль на занятиях ЛФК

С учетом особенностей детей при занятиях ЛФК необходимо тестировать следующие направления двигательной активности:

1. Общую выносливость обучающегося можно оценить при беге (ходьбе) в течение 5—6 мин. Тестируемый выполняет задание в удобном для него темпе. Результатом теста является подсчет пульса и определение выносливости по пятибалльной системе.

2. Скоростно-силовые качества оцениваются при проведении прыжков с места. Результатом является максимальная длина прыжка, которая засчитывается из трех прыжков.

3. Показателем координации движений, двигательных реакций, ловкости являются броски и ловля теннисного мяча двумя руками с расстояния одного метра от стенки в течение 30—60 с. в максимальном темпе. Засчитывается количество пойманных мячей.

4. Силу мышц ног, выносливость позволяют оценить приседания, выполненные в произвольном темпе до утомления; прыжки через скакалку на двух ногах — засчитывается количество прыжков до момента отказа тестируемого.

5. Гибкость позвоночника определяется из исходного положения: основная стойка, стопы параллельны. Тестируемый должен наклонить туловище и коснуться пола пальцами или ладонями, не сгибая ног в коленях. Если пальцы не достают пола, значит, подвижность недостаточна. Расстояние от пола измеряется сантиметровой лентой.

6. Сила мышц брюшного пресса определяется числом переходов из положения лежа на спине в положение сидя и обратно. Темп медленный. В возрасте 12—14 лет — 15—20 раз.

7. Тонус мышц спины определяется из исходного положения: лежа на животе, руки вперед — подъем верхней части туловища и ног удержание в течение 10—60 с. Оценивается по 6-балльной системе.

Содержание программного материала для 7б и 9б классов

Комплекс упражнений, направленных на коррекцию дыхания (2 часа)

Основные движения и задания: дозированное дыхание при ходьбе и беге по подражанию и команде.

Дыхательные упражнения:

1. «Шарик». 1–2–3–4 — четыре глубоких вдоха, задержка дыхания, затем на счет 1–8 — медленный выдох;
2. «Пловец». 1 — резкий вдох, присесть, зажать пальцами нос; 2–3 — держать, 4 — встать, руки вверх — выдох.
3. Упражнения на развитие носового дыхания: закрывать правую
4. (левую) ноздрю 4 раза — вдох — выдох.
5. И. п. — стоя прямо, руки за спиной в захвате кистью локтевого сустава противоположной руки. На вдохе — плечи назад, на выдохе
6. И. п. — стоя прямо, руки за спиной, пальцы сплетены. На вдохе — плечи назад с одновременным подъемом на носки; на выдохе — И. п.;
7. И. п. — лежа на спине, ноги согнуты в коленях. Выдох — подъем верхней части тела, обхватывая колени руками; вдох — И. п.;
8. И. п. — лежа на спине, руки за головой. Выдох — поднимать
9. одну ногу, сгибая ее в колене; вдох — И. п.

Комплекс упражнений направленных на коррекцию ходьбы (2 часа)

Основные движения и задания

1. ходьба с выполнением упражнений на расслабление;
2. медленная ходьба в сочетании с ускорением;
3. ходьба с выполнением дыхательных упражнений;
4. ритмическая ходьба с коллективным подсчетом;
5. ходьба с различными движениями рук по показу: руки вперед, вверх, в стороны, за спину с сохранением правильной осанки;
6. выполнение команд «Шире шаг», «Короче шаг».

Комплекс упражнений, направленных коррекцию бега (2 часа)

Основные движения и задания

1. медленный бег с подскоками;
2. бег с переходом на спортивную ходьбу;

3. бег с фитболом в руках;
4. бег в различном темпе: медленно, быстро, «челночный бег», с максимальной скоростью, остановками, с переноской предметов.

Комплекс упражнений, направленных коррекцию прыжков (2 часа)

Основные движения и задания

1. выпрыгивание вверх из глубокого приседа;
2. прыжки на гимнастическую скамейку — прыжки с гимнастической скамейки;
3. прыжки через обруч;
4. прыжки с зажатым между стопами мячом вперед;

Комплекс упражнений, направленных коррекцию равновесия (1 час)

Основные движения и задания

1. ходьба с мешочком на голове;
2. ходьба с остановками на одной ноге и разнообразными движениями рук.

Упражнения с фитболом:

1. наклоны вперед к выставленной ноге с различными положениями рук;
2. удерживание правильной осанки в разных положениях: руки в стороны, вверх, согнутые в локтях;
3. круговые вращения руками;
4. наклоны поочередно в разные стороны к выставленной в сторону ноге с различными положениями рук;
5. лежа на спине на полу, прямые ноги на фитболе — махи прямой ногой вверх.

Комплекс упражнений, направленных коррекцию расслабления (1 час)

Основные движения и задания

1. И. п. — туловище в полунаклоне вперед, руки висят свободно. Поднимать плечи вверх и, расслабив их, опускать;
2. И. п. — то же, руки в стороны. Расслабление рук с последующими затухающими колебаниями;
3. И. п. — ноги врозь, руки вверх. Мах руками вниз и назад и снова вверх с одновременным пружинящим приседанием и наклоном туловища вперед с последующим выпрямлением (руки расслаблены).
4. Из стойки ноги врозь последовательно расслаблять мышцы шеи, плечевой пояс, руки, все туловище.

5. Подъем бедра двумя руками (голень и стопы расслаблены).

Комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц свода стопы (3 часа)

Основные движения и задания

1. ходьба на носках, на пятках и наружной стороне стоп, гусиным шагом, в полуприседе в сочетании с прыжками;
2. прыжки на месте на носках, с поворотом;
3. перекаты с пяток на носки и обратно, стоя серединой ступни на гимнастической палке;
4. захватывание и перекладывание пальцами ног различных предметов;
5. подкатывание теннисного мяча пальцами ног от носка к пятке; левая — правая нога на носок в быстром темпе.

Упражнения с гимнастической палкой:

1. катать палку отдельно каждой ногой и двумя ногами вместе (стоя и сидя);
2. ходьба боковыми шагами по палке от края до края так, чтобы палка располагалась посреди стопы поперек ее;
3. ходьба вдоль по палке вперед носками, обратно — пятками;
4. приседания на палке.

Специальные упражнения для укрепления свода стоп:

1. И. п. — лежа на спине. Ноги сомкнуты, бедра разведены, стопы касаются друг друга подошвенными поверхностями: разведение пяток — в исходное положение; ноги согнуты в коленных суставах и упираются в пол: поочередное и одновременное отрывание пяток от пола.
2. Сидя на полу, ноги вытянуты. Носки и пальцы ног тянуть на себя — И. п.
3. И. п. — стоя, ноги вместе, руки на поясе: поочередно отставлять ногу вперед, в сторону, назад;
4. И. п. — стоя, носки вместе, пятки врозь, руки на поясе: одновременно подниматься на носки и опускаться, не касаясь пола пятками;
5. И. п. — стоя, ноги вместе, стопы параллельны, руки на поясе: полуприседания, одновременно устанавливая стопу на ее наружный край.

Комплекс упражнений, направленных на коррекцию лазанья и перелезания (1 час)

Основные движения и задания

1. Сочетание ползания по гимнастической скамейке на четвереньках с лазанием по гимнастической стенке, поднимаясь вверх по диагонали с пролета на пролет;

2. лазанье по гимнастической скамейке произвольным способом с последующим перелезанием через поролоновые кубы;
3. лазанье по гимнастической скамейке, лежа на животе и подтягиваясь на руках;
4. перешагивание через препятствия различной высоты.

Коррекция нарушения осанки (3 часа)

Комплекс упражнений на укрепление мышц плечевого пояса и верхних конечностей (1 час)

Основные движения и задания

1. перенос фитбола прямыми руками над головой справа налево и наоборот;
2. вращение фитбола на вытянутых руках вправо-влево;
3. маховые движения прямыми руками с фитболом вверх-вниз;
4. поворот с фитболом в руках вправо-влево (руки выпрямлены в локтевых суставах).

Комплекс упражнений направленных, на развитие силовой выносливости мышц спины (1 час)

Выполнение упражнений лежа на животе на полу:

1. подъем головы и плеч с различными движениями рук: в стороны
2. сжимание и разжимание пальцев;
3. прямые руки назад, в стороны, вверх, за голову;
4. имитация «бокса»;
5. прокатывание теннисного мяча под руками детей;
6. поочередное и одновременное поднятие прямых ног.

Лежа грудью на фитболе, стопы в упоре на полу, руки за спиной:

1. движение прямых рук вперед-назад;
2. руки в «крылышки»;
3. разгибание в грудном отделе позвоночника;
4. упражнение «ножницы».

Комплекс упражнений для развития гибкости позвоночника (1 час)

1. И.п.— лежа на спине на фитболе, тянуть руки в стороны — вверх;
2. сидя на фитболе, глубокий наклон вперед, обхватывая мяч руками, тянуть к себе;
3. наклоны вправо-влево в разном темпе;
4. наклоны вперед до горизонтального положения, затем до горизонтальной опорной поверхности;
5. стоя на коленях повороты вправо-влево;
6. сидя на пятках, руки подняты вверх — наклоны вперед;

7. сидя на полу, ноги скрестно — наклоны вперед до касания вытянутыми руками опорной поверхности;
8. сидя на полу, правая (левая) нога вытянута вперед, левая согнута и лежит на полу — наклоны к правой (левой) ноге, растягивая мышцы спины.

Комплекс упражнений для укрепления мышц брюшного пресса (2 часа)

Основные движения и задания

И. п. — лежа на спине, ноги согнуты в коленях, руки скрещены на груди;

1. выдох — подъем верхней части туловища вверх, вдох — в И. п.
2. руки вытянуты вдоль тела; выдох — подъем верхней части тела и ног, сгибая их в коленных суставах, вдох — в И. п.;
3. одна нога согнута в колене; выдох — подъем верхней части тела до положения сидя, вдох — в И. п.;
4. сидя на полу в упоре сзади на локтях; попеременно и подтягивать колени к груди;
5. одновременно подтягивать колени к груди выпрямлять ноги, не касаясь опорной поверхности;
6. И. п. — стоя: подъем правой (левой) ноги, возвращение в И. п.;
7. подтягивать правое (левое) колено обеими руками к груди.

Комплекс упражнений с мячом для коррекции нарушения осанки (2 часа)

Основные движения и задания

1. толчки, броски, ловля мячей;
2. подъем мяча вверх;
3. повороты вправо (влево) с ударом мячом у правой (левой) ноги;
4. наклоны вниз — вправо (влево)
5. прокатывание мяча вокруг правой (левой) ноги;
6. перебрасывание мяча из одной руки в другую.
7. И. п. — лежа на спине: подъем ног с мячом, зажатым между ступней.
8. И. п. — лежа на животе: катание мяча друг другу.

Комплекс упражнений с фитболом для коррекции сутулой и круглой спины (2 часа)

Основные движения и задания

1. подскоки на фитболе, сохраняя правильную осанку, с работой плеч, стоп — с отрывом от пола только пяток или только носков;

2. упражнения для рук сидя на фитболе: круговые вращения прямыми руками вперед и назад;
3. хлопки над головой, перед собой, за спиной;
4. «ножницы» руками

И. п. — лежа на животе на фитболе.

Движения рук:

1. вперед, в стороны, к плечам, «бокс» руками, «ножницы», «крылышки»;
2. горизонтальные «ножницы» ногами.

И. п. — лежа на спине на фитболе:

1. руки в стороны, прогнуться — держать;
2. руки в «крылышки», прогнуться — держать;
3. подъем правой (левой) ноги до горизонтального уровня;
4. перекатываться на фитболе, сгибая и разгибая ноги в коленных суставах.

Комплекс упражнений при нарушении обмена веществ (3 часа)

Основные движения и задания

1. ходьба с изменением скорости по сигналу активной работой рук;
2. прыжки на батуте с различными движениями рук и ног.
3. махи, движения руками и ногами, туловищем;
4. наклоны вперед-назад, вправо-влево;
5. повороты направо-налево с приседанием.

Комплекс упражнений, направленных на коррекцию метания (2 часа)

Основные движения и задания

1. метание мяча через плечо с места на дальность;
2. метание мяча в цель по горизонтальной и вертикальной мишени;
3. броски из-за головы двумя руками баскетбольного мяча в стену с прогибанием туловища назад;
4. выпускать теннисные мячи и ловить их захватом сверху

Упражнения с набивным мячом

1. подъем мяча вверх, вперед, вправо, влево;
2. ходьба с мячом в руках, удерживая его за головой;
3. наклоны туловища вперед, вправо, влево с удержанием мяча на груди, за головой;
4. броски мяча в стену и ловля его после приседания;
5. то же после отскока от пола;

6. то же после хлопка в ладоши;
7. перебрасывание мяча двумя руками из-за головы партнеру и ловля двумя руками с постепенным увеличением расстояния и высоты полета.

Комплекс упражнений направленных на коррекцию мелкой моторики рук (3 часа)

Основные движения и задания

1. подбрасывание мяча перед собой правой (левой) рукой и ловля двумя;
2. подбрасывание мяча правой рукой, ловля левой и наоборот
3. высокое подбрасывание мяча вверх и перед ловлей выполнение хлопков спереди, сзади, под коленом;
4. удары мяча о стену одной рукой и ловля двумя руками;
5. поочередные удары разными мячами об пол и ловля двумя руками (мячи для настольного тенниса, каучуковый, резиновый, теннисный);
6. метание в горизонтальную цель мячами, разными по весу и материалу с разного расстояния.

Комплекс упражнений направленных на коррекцию зрения (2 часа)

Основные движения и задания

1. смотреть вверх-вниз, вверх-вправо (влево);
2. круговые вращения глазами по часовой стрелке и обратно;
3. частые моргания в течение 15–20 секунд 4–5 раз;
4. махи руками с фиксацией взгляда на одной кисти руки;
5. скрестные движения прямыми руками с фиксацией взгляда на движении кисти одной, затем другой руки из исходного положения
6. махи одной ногой к одноименной руке с фиксацией взгляда на носке;

И. п. — лежа на спине:

1. поочередный подъем ног с фиксацией взгляда на носке одной ноги;
2. одновременный подъем прямых ног с фиксацией взгляда на носках;
3. И.п. — сидя на полу, упор руками сзади: скрестные движения прямыми ногами с фиксацией взгляда на носке одной ноги.

Тематическое планирование по предмету «Лечебная физическая культура»

7б класс

2018 – 2019 учебный год

№ урока	Тема урока	дата	Коррекц ия даты	Контрольно – измерительный материал
1 четверть				
1.	Комплекс упражнений, направленных на коррекцию дыхания.	5.09		Правильное выполнение
2.	Комплекс упражнений направленных на коррекцию ходьбы.	12.09		Правильное выполнение задания
3.	Комплекс упражнений, направленных на коррекцию бега.	19.09		Правильное выполнение задания
4.	Комплекс упражнений на укрепление мышц плечевого пояса и верхних конечностей.	26.09		Правильное выполнение задания
5.	Комплекс упражнений для укрепления мышц брюшного пресса.	3.10		Правильное выполнение задания
6.	Комплекс упражнений с фитболом для коррекции сутулой и круглой спины	10.10		Правильное выполнение задания
7.	Комплекс упражнений, направленных на коррекцию метания	17.10		Правильное выполнение задания
8.	Комплекс упражнений направленных на коррекцию мелкой моторики рук.	24.10		Правильное выполнение задания
2 четверть				
9.	Комплекс упражнений, направленных на коррекцию дыхания	7.11		Правильное выполнение задания
10.	Комплекс упражнений, направленных на коррекцию бега.	14.11		Правильное выполнение задания
11.	Комплекс упражнений, направленных на коррекцию равновесия.	21.11		Правильное выполнение задания
12.	Комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц свода стопы.	28.11		Правильное выполнение задания
13.	Комплекс упражнений, направленных	5.12		Правильное

	на коррекцию лазанья и перелезания.			выполнение задания
14.	Комплекс упражнений с фитболом для коррекции сутулой и круглой спины.	12.12		Правильное выполнение задания
15.	Комплекс упражнений при нарушении обмена веществ.	19.12		Правильное выполнение задания
16.	Комплекс упражнений направленных на коррекцию зрения	26.12		Правильное выполнение задания
3 четверть				
17.	Комплекс упражнений направленных на коррекцию ходьбы.	16.01		Правильное выполнение задания
18.	Комплекс упражнений, направленных коррекцию прыжков.	23.01		Правильное выполнение задания
19.	Комплекс упражнений, направленных укрепление мышц свода стопы.	30.01		Правильное выполнение задания
20.	Комплекс упражнений направленных, на развитие силовой выносливости мышц спины.	6.02		Правильное выполнение задания
21.	Комплекс упражнений для укрепления мышц брюшного пресса.	13.02		Правильное выполнение задания
22.	Комплексе упражнений с мячом для коррекции нарушения осанки.	20.02		Правильное выполнение задания
23.	Комплекс упражнений при нарушении обмена веществ	27.02		Правильное выполнение задания
24.	Комплекс упражнений, направленных на коррекцию метания.	6.03		Правильное выполнение задания
25.	Комплекс упражнений направленных на коррекцию мелкой моторики рук.	13.03		Правильное выполнение задания
26.	Комплекс упражнений направленных на коррекцию зрения.	20.03		Правильное выполнение задания
4 четверть				
27.	Комплекс упражнений, направленных коррекцию прыжков.	3.04		Правильное выполнение задания
28.	Комплекс упражнений, направленных укрепление мышц свода стопы.	10.04		Правильное выполнение задания

29.	Комплекс упражнений, направленных на коррекцию расслабления.	17.04		Правильное выполнение задания
30.	Комплекс упражнений для развития гибкости позвоночника.	24.04		Правильное выполнение задания
31.	Комплекс упражнений с мячом для коррекции нарушения осанки.	8.05		Правильное выполнение задания
32.	Комплекс упражнений при нарушении обмена веществ.	15.05		Правильное выполнение задания
33.	Комплекс упражнений направленных на коррекцию мелкой моторики рук.	22.05		Правильное выполнение задания

Планируемые результаты

7б класс

Личностные результаты	Предметные результаты
1. сформировать положительное отношение к занятиям лечебной физической культурой; 2. сформировать представление о значении упражнений для укрепления здоровья человека;	1. научатся понимать значение физических упражнений для здоровья человека; 2. научатся выполнять упражнения для исправления нарушений.

Тематическое планирование по предмету «Лечебная физическая культура»

9б класс

2018 – 2019 учебный год

№ урока	Тема урока	дата	Коррекц ия даты	Контрольно – измерительный материал
1 четверть				
1.	Комплекс упражнений, направленных на коррекцию дыхания.	3.09		Правильное выполнение
2.	Комплекс упражнений направленных на коррекцию ходьбы.	10.09		Правильное выполнение задания
3.	Комплекс упражнений, направленных на коррекцию бега.	17.09		Правильное выполнение задания
4.	Комплекс упражнений на укрепление мышц плечевого пояса и верхних конечностей.	24.09		Правильное выполнение задания
5.	Комплекс упражнений для укрепления мышц брюшного пресса.	1.10		Правильное выполнение задания
6.	Комплекс упражнений с фитболом для коррекции сутулой и круглой спины	8.10		Правильное выполнение задания
7.	Комплекс упражнений, направленных на коррекцию метания	15.10		Правильное выполнение задания
8.	Комплекс упражнений направленных на коррекцию мелкой моторики рук.	22.10		Правильное выполнение задания
2 четверть				
9.	Комплекс упражнений, направленных на коррекцию дыхания	12.11		Правильное выполнение задания
10.	Комплекс упражнений, направленных на коррекцию бега.	19.11		Правильное выполнение задания
11.	Комплекс упражнений, направленных на коррекцию равновесия.	26.11		Правильное выполнение задания
12.	Комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц свода стопы.	3.12		Правильное выполнение задания
13.	Комплекс упражнений, направленных	10.12		Правильное

	на коррекцию лазанья и перелезания.			выполнение задания
14.	Комплекс упражнений с фитболом для коррекции сутулой и круглой спины.	17.12		Правильное выполнение задания
15.	Комплекс упражнений при нарушении обмена веществ.	24.12		Правильное выполнение задания
3 четверть				
16.	Комплекс упражнений направленных на коррекцию ходьбы.	14.01		Правильное выполнение задания
17.	Комплекс упражнений, направленных коррекцию прыжков.	21.01		Правильное выполнение задания
18.	Комплекс упражнений, направленных укрепление мышц свода стопы.	28.01		Правильное выполнение задания
19.	Комплекс упражнений направленных, на развитие силовой выносливости мышц спины.	4.02		Правильное выполнение задания
20.	Комплекс упражнений для укрепления мышц брюшного пресса.	11.02		Правильное выполнение задания
21.	Комплекс упражнений с мячом для коррекции нарушения осанки.	18.02		Правильное выполнение задания
22.	Комплекс упражнений при нарушении обмена веществ	25.02		Правильное выполнение задания
23.	Комплекс упражнений, направленных на коррекцию метания.	4.03		Правильное выполнение задания
24.	Комплекс упражнений направленных на коррекцию мелкой моторики рук.	11.03		Правильное выполнение задания
25.	Комплекс упражнений направленных на коррекцию зрения.	18.03		Правильное выполнение задания
4 четверть				
26.	Комплекс упражнений, направленных коррекцию прыжков.	1.04		Правильное выполнение задания
27.	Комплекс упражнений, направленных укрепление мышц свода стопы.	8.04		Правильное выполнение задания
28.	Комплекс упражнений, направленных коррекцию расслабления.	15.04		Правильное выполнение задания

29.	Комплекс упражнений для развития гибкости позвоночника.	22.04		Правильное выполнение задания
30.	Комплекс упражнений с мячом для коррекции нарушения осанки.	29.04		Правильное выполнение задания
31.	Комплекс упражнений при нарушении обмена веществ.	6.05		Правильное выполнение задания
32.	Комплекс упражнений направленных на коррекцию мелкой моторики рук.	13.05		Правильное выполнение задания
33.	Комплекс упражнений направленных на коррекцию зрения.	20.05		Правильное выполнение задания

Планируемые результаты

9б класс

Личностные результаты	Предметные результаты
1. сформировать положительное отношение к занятиям лечебной физической культурой; 2. сформировать представление о значении упражнений для укрепления здоровья человека; 3. мотивировать к систематическому выполнению изученных комплексов.	1. научатся понимать значение физических упражнений для здоровья человека; 2. научатся рассказывать о правильной осанке; 3. научатся выполнять упражнения для исправления нарушений.

Список литературы:

- ✓ Евдокимова Т.А., Справочник по ЛФК, Спб. 2013 год.
- ✓ Милюкова И.В., Евдокимова Т.А., Лечебная физкультура, новейший справочник, М., 2014 год.
- ✓ Потапчук А.А., Дидур М.Д., Осанка и физическое развитие детей. Спб. Речь, 2012 год.