

**Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ачинская школа №3»**

Утверждаю:

Директор школы

_____ **И. Л. Шадрина**

Приказ №318\4

от « 30 » августа 2022г.

**Рабочая программа
коррекционного курса
«Двигательная коррекция»
5-9 классы.**

Составил: педагог-психолог Горюшкина О.М.

Ачинск 2022г.

Пояснительная записка

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

Цель курса двигательной коррекции: поддержание и развитие способностей к движению и функциональному использованию двигательных навыков.

Задачи:

- мотивация двигательной активности;
- поддержка жизненно-важных функций организма (дыхание, работа сердечно-сосудистой системы, мышечной и других физиологических систем);
- формирование функциональных двигательных навыков;
- развитие функции руки, в том числе мелкой моторики;
- формирование зрительно-двигательной координации, ориентировки в пространстве;
- обогащение сенсомоторного опыта;
- обучение переходу из одной позы в другую.

Принципы составления программы

Организация и методика занятий «Двигательная коррекция» строятся преимущественно на общедидактических принципах, к основным из которых следует отнести принципы:

- научности, предполагающий построение занятий на основе достижений науки, методологии и проблем АФК, биологических и психологических закономерностей функционирования организма человека с патологическими нарушениями, а также теории и практики педагогики, физической культуры, медицины и т. д.;
- сознательности и активности, направленный на формирование у занимающихся осознанного, активного отношения к занятиям физическими упражнениями, опирающегося на глубокое убеждение в первостепенном значении физических упражнений для здоровья и развития личности;
- доступности, предполагающий выбор средств, методов, методических приемов, сбалансированных психофизических нагрузок, соответствующих индивидуальным особенностям занимающегося и его функциональному состоянию;
- систематичности и последовательности, означающий не только систематичность занятий физическими упражнениями, но и таким образом организованный учебно-воспитательный процесс, в котором преподавание и освоение учебного материала идет в определенном порядке и подчинено соответствующей системе;

- диагностирования, предполагающий первостепенный учет специфики и основного дефекта занимающегося (структуры, времени поражения, медицинского прогноза и др.) и противопоказаний к применению средств физической культуры;
- компенсаторной направленности заключается в том, чтобы подбором специальных физических упражнений, методов и методических приемов стимулировать компенсаторные процессы в поврежденных органах и системах, создавая со временем устойчивую долговременную компенсацию;
- коррекционно-развивающей направленности, предполагающий, что педагогическое воздействие должно быть направлено не только на преодоление, сглаживание физических и психических нарушений занимающихся, но и на активное развитие их познавательной деятельности, психических процессов, физических способностей и нравственных качеств;
- вариативности, направлен на использование бесконечного многообразия и возможностей двигательной активности.

Общая характеристика учебного предмета и цели курса:

Целенаправленное двигательное развитие в рамках курса происходит на специально организованных занятиях. Двигательная коррекция – метод, позволяющий наверстать когда-то упущенное в двигательном развитии, разбить неправильно сложившиеся двигательные стереотипы, сформировать недостающие связи. Этот метод также позволяет воздействовать на те функции, которые так или иначе связаны с движением и в условиях его недостаточности не имели возможности правильно сформироваться. Коррекционная направленность реализации программы обеспечивается через использование в образовательном процессе специальных методов и приемов, создание специальных условий, предполагающих включение различных анализаторов в процессе двигательной коррекции, смену видов деятельности, исходя из индивидуальных психофизиологических особенностей и уровня работоспособности обучающихся, деятельностный подход в процессе усвоения учебного материала. В начале и в конце учебного года проводится диагностика уровня сформированности двигательной сферы всех детей, которое осуществляется в течение сентября.

При разработке программы осуществлялся упор как на общепедагогические (индивидуальный, деятельностный, системный), так и на специфические подходы:

- социокультурный (то, что принято в культуре данного социума);
- прагматический (создание необходимых условий, при которых ребенок захочет вступить во взаимодействие, при условии, что в его репертуаре имеются приемлемые способы общения);
- ситуативный (использование имеющихся естественных ситуаций или создание специальных ситуаций, стимулирующих двигательную активность);
- инструментальный (использование технических средств реабилитации, тренажеров).

Противопоказания к занятиям коррекционного курса «Двигательная коррекция»: острые инфекционные и воспалительные заболевания с высокой температурой тела и общей интоксикацией; острый период заболевания и его прогрессирующее течение; болезни, сопровождающиеся возможностью кровотечения; период судорожной готовности; значительно выраженный болевой синдром.

Адресатом программы коррекционного курса «Двигательная коррекция» являются обучающиеся, для которых формирование и поддержание двигательной активности является актуальной в плане формирования жизненных компетенций, обеспечения безопасности, сохранения имеющихся двигательных функций.

Место курса в учебном плане.

В учебном плане данный курс входит в «Коррекционно-развивающую область». Срок реализации курса 5 лет. На обучение двигательной коррекции отводится 1 час в неделю. **5 класс - 17 часов в год, 6 класс — 17 часов, 7 класс — 17 часов, 8 класс — 17 часов, 9 класс — 17 часов.**

Результаты изучения предмета

Ценностные ориентиры содержания коррекционного курса:

формирование индивидуально-личностных качеств обучающихся;

развитие самостоятельности, инициативы и ответственности;

дифференциация и осмысление картины мира;

формирование умения учиться и способности к организации своей деятельности (планированию, контролю, оценке);

развитие познавательных интересов, инициативы и любознательности, мотивов познания и творчества.

формирование самоуважения и эмоционально-положительного отношения к себе.

Личностные и предметные результаты:

К **личностным** результатам относятся:

1. Овладение навыками адаптации в классе.
2. Развитие мотивов учебной деятельности.
3. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
4. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
5. Проявление нравственно-волевых черт личности.
6. Проявление коммуникативных навыков, желания играть в совместные игры.

К **предметным** результатам относятся:

1. Развитие пространственных понятий.
2. Умение управлять дыханием.

Базовые учебные действия:

Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся:

- ориентироваться в пространстве зала;
- иметь представление о собственном теле и собственных возможностях;
- овладеть навыками коммуникации и сформировать навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками;
- овладеть принятыми нормами социального взаимодействия;
- принять и освоить социальную роль обучающегося;
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность;
- взаимодействовать со сверстниками при выполнении упражнений, при проведении подвижных игр;

Планируемые результаты

- приобретение большей самостоятельности, в процессе двигательной активности;
- приобретение чувства безопасности при различных вариантах перемещения, смены поз и положений;
- выработка навыков безопасного перемещения;
- формирование жизненно важных навыков самообслуживания;
- уменьшение спастических явлений в дистальных отделах руки;
- повышение качества мелких моторных навыков;
- увеличение целенаправленности и точности движений руки;
- улучшение чувства координации движений.

Основное содержание учебного курса

Каждое занятие коррекционного курса «Двигательная коррекция» имеет чётко организованную структуру, необходимыми компонентами которой является:

- подготовка к занятию (достать физкультурную форму, самостоятельное переодевание или использование помощи сопровождающего в необходимом объёме),
- перемещение к месту проведения занятий,
- дыхательные упражнения, формирование жизненно важных функций,
- упражнения, направленные на развитие функций рук, подвижные игры,
- релаксация, упражнения направленные на саморегуляцию.

Тематическое планирование

№ п/п	Раздел программы	Виды деятельности обучающихся
1	<p style="text-align: center;">«Обеспечение безопасности»</p> <p style="text-align: center;">(на каждом занятии)</p>	<p>Перемещение к месту проведения занятий (правила безопасного перемещения, смена поз).</p>
2	<p style="text-align: center;">«Обучение движениям, необходимым при самообслуживании»</p> <p style="text-align: center;">(на каждом занятии)</p>	<p>Одевание-раздевание, работа с различными застежками, шнуровками, замками, захваты.</p>
3	<p style="text-align: center;">«Обучение двигательным навыкам»</p>	<p>Формирование жизненно важных функций.</p> <p>Выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки).</p> <p>Дыхательные упражнения. Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые». Выполнение движений пальцами рук: сгибание разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак разгибание. Упражнения направленные на саморегуляцию. Выполнение движений плечами.</p>
4	<p style="text-align: center;">«Развитие физических способностей»</p>	<p>Дыхательные упражнения, релаксация.</p> <p>Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину.</p> <p>Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево).</p> <p>Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево).</p> <p>Переход из одной позы в другую (из</p>

		<p>положения стоя в положение сидя, в положение лёжа).</p> <p>Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках).</p> <p>Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине».</p> <p>Вставание на колени из положения «сидя на пятках».</p> <p>Стояние на коленях. Ходьба на коленях. Вставание из положения «стоя на коленях».</p> <p>Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.</p>
5	«Функция руки»	<p>Упражнения, направленные на развитие функций рук.</p> <p>Выполнять простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев; Выполнять простейшие дыхательные упражнения без сочетания с физическими упражнениями. Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами.</p>
6	«Дыхательные упражнения»	<p>Выполнять простейшие дыхательные упражнения без сочетания с физическими упражнениями.</p>
7	«Релаксация»	<p>Расслабление мышц тела.</p>
8	«Подвижные игры»	<p>Знать названия и правила изучаемых игр, уметь играть, соблюдая правила.</p>

Календарно-тематическое планирование

5 класс

№ п/п	Название раздела и тема урока	Кол-во часов	Виды учебной деятельности
----------	-------------------------------	-----------------	---------------------------

1	Правила безопасного перемещения, смены поз.	1	Достать физкультурную форму, самостоятельное переодевание, обувание или использование помощи сопровождающего в необходимом объеме, правила личной гигиены, правила безопасного перемещения
2-3	Работа с различными шнуровками, с различными замками. Захваты.	2	Захват предметов. Упражнения с верёвочкой (узелок одной рукой, бантик и узелок, плетёнка). Игра «Кто быстрее снимет обувь»
4	Перемещение к месту проведения занятий	1	Перемещение к месту проведения занятий. Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры), по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры), по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры).
5	Развивающие упражнения для всех групп мышц.	1	Правильное дыхание: вдох – через нос, выдох – через рот, простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев;
6	Выполнение движений головой	1	Наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки). Следить за полетом бабочки выполняя поворот головы
7	Выполнение движений руками	1	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые».
8	Игра «Фигура из пальцев»	1	Сгибание разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак, разгибание. Упражнения, направленные на саморегуляцию. Выполнение движений плечами. Выполнение движения в соответствии с потешкой. Пальчиковые игры
9	Упражнения в положении лежа, сидя, стоя.	1	Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с

			<p>живота на спину.</p> <p>Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево).</p> <p>Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Переход из одной позы в другую (из положения стоя в положение сидя, в положение лёжа).</p>
10	Упражнения стоя и стоя на четвереньках.	1	<p>Вставание на четвереньки.</p> <p>Ползание на животе (на четвереньках). Упражнение «Змея», «Ящерица», «Кошка».</p>
11	Пальчиковые игры	1	Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами. Развить тонкие, дифференцированные движения пальцами рук. Упражнения с мячами – ёжиками.
12	Переключивание мяча из руки в руку, катание мяча.	1	Игра «Прокати мяч».
13-14	«Бросай, поймай мячик».	2	Бросать мяч, прокатывать мяч по дорожке. Выполнять действия в соответствии с правилами игры. «Прокати мяч по дорожке»
15	Подвижные игры на сохранение правильной осанки.	1	Выполнение движений руками, плечами, туловищем. «Море волнуется», «Совушка - Сова».
16	«У медведя во бору»	1	Выполнение действия в соответствии с потешкой, имитируя ходьбу медведя.
17	Упражнения с предметами в движении под музыку.	1	Выполнять упражнения в такт музыки. Упражнения с предметами в движении под музыку.

6 класс

№	Название раздела и тема урока	Кол-во	Виды учебной деятельности
---	-------------------------------	--------	---------------------------

п/п		часов	
1	Правила безопасного перемещения, смены поз.	1	Достать физкультурную форму, самостоятельное переодевание, обувание или использование помощи сопровождающего в необходимом объеме, правила личной гигиены, правила безопасного перемещения
2-3	Самомассаж рук, головы	2	Выполнять самомассаж с помощью массажных мячей, ориентация в схеме тела, представление о собственном теле.
4-5	Упражнения для укрепления мышц живота и спины.	2	<p>Принимать правильно положение головы, туловища, ног в различных и.п. стоя, сидя, лёжа на спине, на животе. Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине».</p> <p>Вставание на колени из положения «сидя на пятках».</p> <p>Стояние на коленях.</p> <p>Ходьба на коленях. Вставание из положения «стоя на коленях».</p> <p>Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.</p>
6	Развивающие упражнения для всех групп мышц.	1	Правильное дыхание: вдох – через нос, выдох – через рот, простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев;
7	Выполнение движений головой	1	Наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки). Следить за полетом бабочки выполняя поворот головы
8	Выполнение движений руками	1	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны,

			«круговые».
9	Игра «Фигура из пальцев»	1	Сгибание разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак, разгибание. Упражнения, направленные на саморегуляцию. Выполнение движений плечами. Выполнение движения в соответствии с потешкой. Пальчиковые игры
10	Упражнения в положении лежа, сидя, стоя.	1	Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину. Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Переход из одной позы в другую (из положения стоя в положение сидя, в положение лёжа).
11	Упражнения стоя и стоя на четвереньках.	1	Вставание на четвереньки. Ползание на животе (на четвереньках). Упражнение «Змея», «Ящерица», «Кошка».
12	Пальчиковые игры	1	Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами. Развить тонкие, дифференцированные движения пальцами рук. Упражнения с мячами – ёжиками.
13	Перекладывание мяча из руки в руку, катание мяча.	1	Игра «Прокати мяч».
14-15	«Бросай, поймай мячик».	2	Бросать мяч, прокатывать мяч по дорожке. Выполнять действия в соответствии с правилами игры. «Прокати мяч по дорожке»
16	Подвижные игры на сохранение правильной осанки.	1	Выполнение движений руками, плечами, туловищем. «Море волнуется», «Совушка - Сова».

17	Упражнения с предметами в движении под музыку.	1	Выполнять упражнения в такт музыки. Упражнения с предметами в движении под музыку.
----	--	---	--

7 класс

№ п/п	Название раздела и тема урока	Кол-во часов	Виды учебной деятельности
1	Правила безопасного перемещения, смены поз.	1	Достать физкультурную форму, самостоятельное переодевание, обувание или использование помощи сопровождающего в необходимом объёме, правила личной гигиены, правила безопасного перемещения
2-3	Самомассаж рук, головы	2	Выполнять самомассаж с помощью массажных мячей, ориентация в схеме тела, представление о собственном теле.
4-5	Упражнения для укрепления мышц живота и спины.	2	Принимать правильно положение головы, туловища, ног в различных и.п. стоя, сидя, лёжа на спине, на животе. Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине». Вставание на колени из положения «сидя на пятках». Стояние на коленях. Ходьба на коленях. Вставание из положения «стоя на коленях». Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.
6	Развивающие упражнения для всех групп мышц.	1	Правильное дыхание: вдох – через нос, выдох – через рот, простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев;
7	Выполнение движений головой	1	Наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), повороты (вправо,

			влево в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки). Следить за полетом бабочки выполняя поворот головы
8	Выполнение движений руками	1	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые».
9	Игра «передай мяч»	1	Обучение двигательным навыкам.
10	Упражнения в положении лежа, сидя, стоя.	1	Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину. Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Переход из одной позы в другую (из положения стоя в положение сидя, в положение лёжа).
11	Упражнения для укрепления тазового пояса, бёдер, ног и рук.	1	Обучение двигательным навыкам.
12	Пальчиковые игры	1	Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами. Развить тонкие, дифференцированные движения пальцами рук. Упражнения с мячами – ёжиками.
13	Упражнения для увеличения гибкости и подвижности позвоночника.	1	Обучение двигательным навыкам.
14-15	«Бросай, поймай мячик».	2	Бросать мяч, прокатывать мяч по дорожке. Выполнять действия в соответствии с правилами игры. «Прокати мяч по дорожке»
16	Подвижные игры на сохранение правильной осанки.	1	Выполнение движений руками, плечами, туловищем. «Море волнуется», «Совушка - Сова».

17	Упражнения с предметами в движении под музыку.	1	Выполнять упражнения в такт музыки. Упражнения с предметами в движении под музыку.
----	--	---	--

8 класс

№ п/п	Название раздела и тема урока	Кол-во часов	Виды учебной деятельности
1	Правила безопасного перемещения, смены поз.	1	Правила личной гигиены, правила безопасного перемещения
2-3	Самомассаж рук, головы	2	Выполнять самомассаж с помощью массажных мячей, ориентация в схеме тела, представление о собственном теле.
4-5	Упражнения для укрепления мышц живота и спины.	2	Принимать правильно положение головы, туловища, ног в различных и.п. стоя, сидя, лёжа на спине, на животе. Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине». Вставание на колени из положения «сидя на пятках». Стояние на коленях. Ходьба на коленях. Вставание из положения «стоя на коленях». Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.
6	Развивающие упражнения для всех групп мышц.	1	Правильное дыхание: вдох – через нос, выдох – через рот, простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев;
7	Выполнение движений головой	1	Наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки). Следить за полетом бабочки

			выполняя поворот головы
8	Выполнение движений руками	1	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, «круговые».
9	Игра «передай мяч»	1	Обучение двигательным навыкам.
10	Упражнения в положении лежа, сидя, стоя.	1	Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину. Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Переход из одной позы в другую (из положения стоя в положение сидя, в положение лёжа).
11	Упражнения для укрепления тазового пояса, бёдер, ног и рук.	1	Обучение двигательным навыкам.
12	Игры с песком	1	Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами. Развить тонкие, дифференцированные движения пальцами рук.
13	Упражнения для увеличения гибкости и подвижности позвоночника.	1	Обучение двигательным навыкам.
14-15	«Бросай, поймай мячик».	2	Бросать мяч, прокатывать мяч по дорожке. Выполнять действия в соответствии с правилами игры. «Прокати мяч по дорожке»
16	Подвижные игры на сохранение правильной осанки.	1	Выполнение движений руками, плечами, туловищем. «Море волнуется», «Совушка - Сова».
17	Упражнения с предметами в движении под музыку.	1	Выполнять упражнения в такт музыки. Упражнения с предметами в движении под музыку.

9 класс

№ п/п	Название раздела и тема урока	Кол-во часов	Виды учебной деятельности
1	Правила безопасного перемещения, смены поз.	1	Правила личной гигиены, правила безопасного перемещения
2-3	Самомассаж рук, головы	2	Выполнять самомассаж с помощью массажных мячей, ориентация в схеме тела, представление о собственном теле.
4-5	Упражнения для укрепления мышц живота и спины.	2	Принимать правильно положение головы, туловища, ног в различных и.п. стоя, сидя, лёжа на спине, на животе. Сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения «лежа на спине». Вставание на колени из положения «сидя на пятках». Стояние на коленях. Ходьба на коленях. Вставание из положения «стоя на коленях». Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад.
6	Развивающие упражнения для всех групп мышц.	1	Правильное дыхание: вдох – через нос, выдох – через рот, простейшие упражнения для развития кисти рук и пальцев;
7	Выполнение движений головой	1	Наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине/животе, стоя или сидя), «круговые» движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки). Следить за полетом бабочки выполняя поворот головы
8	Выполнение движений руками	1	Выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны,

			«круговые».
9	Игра «передай мяч»	1	Обучение двигательным навыкам.
10	Упражнения в положении лежа, сидя, стоя.	1	Изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину. Изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево). Переход из одной позы в другую (из положения стоя в положение сидя, в положение лёжа).
11	Упражнения для укрепления тазового пояса, бёдер, ног и рук.	1	Обучение двигательным навыкам.
12	Игры с песком	1	Совершать мелкие точные координационные движения кистью, пальцами. Развить тонкие, дифференцированные движения пальцами рук.
13	Упражнения для увеличения гибкости и подвижности позвоночника.	1	Обучение двигательным навыкам.
14-15	«Бросай, поймай мячик».	2	Бросать мяч, прокатывать мяч по дорожке. Выполнять действия в соответствии с правилами игры.
16	Подвижные игры на сохранение правильной осанки.	1	Выполнение движений руками, плечами, туловищем. «Море волнуется», «Совушка - Сова».
17	Упражнения с предметами в движении под музыку.	1	Выполнять упражнения в такт музыки. Упражнения с предметами в движении под музыку.