АДМИНИСТРАЦИЯ ВАГАЙСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«ВАГАЙСКИЙ ЦЕНТР СПОРТА И ТВОРЧЕСТВА»**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_МАУДО «ВЦСТ»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

ул. Подгорная, 11 с.Вагай ,Вагайский район, Тюменская область, 626240 тел.(факс) (34539) 23-2-72

dopobrazovanie\_vagai@mail.ru

Рассмотрено на заседании «Утверждаю»:

педагогического совета Директор МАУ ДО «ВЦСТ»

протокол № 1 \_\_\_\_\_\_\_\_\_ Тунгулин М.Ю.

«30» августа 2021 г. «31» августа 2021 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа**

**физкультурно-спортивной направленности**

**«Лечебная физическая культура»**

***для детей с ОВЗ и инвалидностью***

**(стартовый уровень)**

Форма обучения: очная

Место реализации:

МАОУ Зареченская СОШ

Срок реализации программы: 1 года

Количество учебных недель в год: 36

Всего академических часов: 72 в год

Количество часов в неделю: 2

Продолжительность занятий: 45 минут

Педагог:

Бикшанов А.И.

с. Вагай, 2021

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование раздела** | **Стр.** |
| **1.** | **Комплекс основных характеристик программы** | **3** |
| 1.1 | Пояснительная записка | 3 |
| 1.2 | Календарный учебный график | 4 |
| 1.3 | Содержание программы. Учебный план | 5 |
| **2.** | **Комплекс организационно-педагогических условий** | **12** |
| 2.1 | Календарно - тематическое планирование | 12 |
| 2.2 | Условия реализации программы | 14 |
| 2.3 | Оценочные материалы | 14 |
| 2.4 | Методические материалы | 15 |
| 2.5 | Список литературы | 16 |

**1.Комплекс основных характеристик программы**

**1.1 Пояснительная записка**

ФЗ № от 29.12.2012г. Об образовании РФ, изменения 21.11.2019 года., Приказ Минпросвещения РФ от 03.09.2019г. Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей., приказ Минпросвещения РФ от 09.11.2018 г. № 467 Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам., Методическое рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленных письмом Минобрнауки россии от 18.11.2015г. № 09-3242.

В реализации образования очень важно, чтобы дети с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью могли посещать учебные заведения, учреждения дополнительного образования, спортивные залы.

В системе мер социальной защиты этих детей все большее значение приобретают активные формы. К ним относятся реабилитация и социальная адаптация средствами физической культуры. Среди основных целей и задач государственной политики в области реабилитации и социальной адаптации инвалидов средствами физической культуры и спорта стоит создание условий для занятий физической культурой и формирования потребностей в этих занятиях.

Программа «Лечебная физкультура» направлена на коррекцию физического развития детей с ограниченными возможностями здоровья, реабилитацию двигательных функций организма. Программа рассчитана на 72 часа в год, на один год обучения. Имеет физкультурно-спортивную направленность.

По форме организации – групповая

Возраст обучающихся- 7-15 лет

Уровень освоения – стартовый

Количество детей в группе до 15 человек.

**Цель программы:**

Развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья.

***Задачи программы***

***Образовательные задачи:***

1. Освоение системы знаний, необходимой для сознательного освоения двигательных умений и навыков.

2. Формирование и развитие жизненно необходимых двигательных умений и навыков.

3.  Обучение технике правильного выполнения физических упражнений.

4.  Формирование навыка ориентировки в схеме собственного тела, в пространстве.

***Развивающие задачи:***

1. Развитие двигательных качеств (быстроты, ловкости, гибкости, выносливости, точности движений, мышечной силы, двигательной реакции).
2. Формирование и совершенствование двигательных навыков прикладного характера.
3. Развитие пространственно-временной дифференцировки.
4. Обогащение словарного запаса.

**Оздоровительные и коррекционные задачи:**

1. Укрепление и сохранение здоровья, закаливание организма учащихся.
2. Активизация защитных сил организма ребёнка.
3. Повышение физиологической активности органов и систем организма.
4. Укрепление и развитие сердечно-сосудистой и дыхательной системы.
5. Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия).
6. Коррекция и компенсация нарушений психомоторики (преодоление страха, замкнутого пространства, высоты, нарушение координации движений, завышение или занижение самооценки).
7. Коррекция и развитие общей и мелкой моторики.
8. Обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья школьников.

**Воспитательные задачи:**

1. Воспитание в детях чувства внутренней свободы, уверенности в себе, своих силах и возможностях.
2. Воспитание нравственных и морально-волевых качеств и навыков осознанного отношения к самостоятельной деятельности, смелости, настойчивости.
3. Воспитание   устойчивого   интереса к занятиям физическими упражнениями.
4. Формирование у учащихся осознанного отношения к своему здоровью и мотивации к здоровому образу жизни.

**1.2. Календарный учебный график**

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

**«Лечебная физическая культура»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование группы / год обучения\*** | **Срок учебного года (продолжительность обучения)** | **Кол-во занятий в неделю, продолж. одного занятия (мин)** | **Наименование дисциплины (модуля)** | **Всего ак. ч. в год** | **Кол-во ак. часов в неделю** |
| 1год обучения (стартовый уровень) | с 1 сентября по 31 мая (36 уч. недель) | 2 занятия по 45 мин (1 ак.ч.) | Лечебная физическая культура /для детей с ОВЗ и инвалидностью/ | 72 | 2 |

**1.3. Содержание программы**

**Учебный план**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы организации занятий | Формы аттестации  (контроля) |
| Всего | Теория | Практика |
|  | **Раздел 1. Введение.** | | | | | |
| 1.1. | Вводное занятие | 1 | 1 |  |  |  |
| 1.2. | Знания о физической   культуре. | 1 | 1 |  | Учебное занятие | Беседа-диалог |
| 1.3. | Правила предупреждения травм. | 1 | 1 |  | Учебное занятие | Беседа-диалог |
| 1.4. | Закаливание. | 1 | 1 |  | Учебное занятие | Беседа-диалог |
| 2. | **Раздел 2. Лёгкая атлетика.** | | | | | |
| 2.1 | Построения и перестроения | 4 |  | 4 | Учебное занятие | Беседа-диалог |
| 2.2 | Ходьба и бег. | 8 |  | 8 | Учебное занятие | Беседа-диалог |
| 2.3 | Прыжки. | 4 |  | 4 | Учебное занятие | Беседа-диалог |
| 2.4 | Упражнения с малыми мячами. | 3 |  | 3 | Учебное занятие | Беседа-диалог |
| 2.5 | Метания, передача предметов и переноска грузов | 4 |  | 4 | Учебное занятие | Беседа-диалог |
| 3. | **Раздел 3. Гимнастика (общеразвивающие и корригирующие упражнения).** | | | | | |
| 3.1 | Основные положения и движения головы, рук, ног, туловища. | 4 |  | 4 | Учебное занятие | Беседа-диалог |
| 3.2 | Упражнения для расслабления мышц. | 2 |  | 2 | Учебное занятие | Беседа-диалог |
| 3.3 | Упражнения для развития координации движений. | 4 |  | 4 | Учебное занятие | Беседа-диалог |
| 3.4 | Упражнения для формирования свода стоп, их подвижности и опороспособности. | 2 |  | 2 | Учебное занятие | Беседа-диалог |
| 3.5 | Упражнения для формирования равновесия. | 4 |  | 4 | Учебное занятие | Беседа-диалог |
| 3.6 | Упражнения для формирования правильной осанки | 2 |  | 2 | Учебное занятие | Беседа-диалог |
| 3.7 | Упражнения для развития пространственной ориентировки и точности движений | 2 |  | 2 | Учебное занятие | Беседа-диалог |
| 3.8 | Упражнения по коррекции позно-тонических реакций в локомоторно – статических функциях. | 3 |  | 2 | Учебное занятие | Беседа-диалог |
| 3.9 | Лазанье и перелезание. | 4 |  | 4 | Учебное занятие | Беседа-диалог |
| 3.10 | Упражнения с обручами. | 1 |  | 1 | Учебное занятие | Беседа-диалог |
| 3.11 | Упражнения с гимнастическими палками. | 2 |  | 2 | Учебное занятие | Беседа-диалог |
| 3.12 | Упражнения с большими мячами. | 1 |  | 1 | Учебное занятие | Беседа-диалог |
| 4. | **Раздел 4. Подвижные игры (игротерапия) Баскетбол.** | | | | | |
| 4.1 | Технические приёмы в баскетболе | 2 |  | 2 | Учебное занятие | Беседа-диалог |
| 4.2 | Подвижные игры (игротерапия) На материале спортивных игр | 4 |  | 4 | Учебное занятие | Беседа-диалог |
| 4.3 | На материале гимнастики с основами акробатики | 4 |  | 4 | Учебное занятие | Беседа-диалог |
| 4.4 | На материале легкой атлетики: | 4 |  | 4 | Учебное занятие | Беседа-диалог |
| Итого | | 72 | 4 | 68 |  |  |

**Содержание учебного плана**

**Раздел. Введение.**

**1.1 Вводное занятие**

**Теория.** Знакомство с программой

**1.2. Знания о физической культуре.**

**Теория.** Развитие физической культуры в России. Приведение примеров из истории спортивных состязаний народов России. Характеризовать роль знаменитых людей России в развитии физической культуры и спорта.

**1.3. Правила предупреждения травм.**

**Теория.** Знать и соблюдать правила предупреждения травматизма. Знать и рассказывать и правила оказания первой помощи при легких травмах.

**1.4. Закаливание.**

**Теория.** Проводить закаливающие процедуры с использованием воздушных, солнечных ванн и закаливающие процедуры в душе и в водоёмах

**Раздел. Легкая атлетика.**

**2.1. Построения и перестроения.**

**Практика**. Выполнять построение в шеренгу с равнением по (черте).

Выполнять построение в колонну по одному вдоль (черты, гимнастической скамейки).

Выполнять построение в круг с равнением по канату.

Выполнять повороты на месте переступанием.

Выполнять ходьбу обычным шагом (вводить коррекцию  походки с учетом индив. особенностей).

**2.2.Ходьба и бег.**

**Практика.**  Выполнять ходьбу строем друг за другом.

Выполнять ходьбу парами (с учителем).

Выполнять ходьбу с остановками по сигналу.

Выполнять ходьбу с преодолением препятствий (сгибание предметов, перешагивание через них в ходьбе, подлезание и т.п.).

Выполнять спокойный бег друг за другом.

Выполнять подпрыгивания на двух ногах на месте и с продвижением на расстояние 1,5 -2 м (в играх «Попрыгунчики», «По кочкам», «Зайчата»).

**2.3.Прыжки.**

**Практика.**  Выполнять прыжки в глубину с двух ног на две с мягким приземлением с высоты 15-20см.

Выполнять прыжки на мягкое препятствие высотой 15-20см

Выполнять прыжки с гимнастического мата на мат (расстояние 10-20см).

**2.4.Упражнения с малыми мячами.**

**Практика.**  Перекладывать мяч из руки в руку перед собой, над головой, за спиной в основной стойке и изменяя исходное положение. Подбрасывать мяча перед собой и ловить. Сжимать мяч в руке.

Подбрасывать мяча перед собой и ловить.

Захватывать правильно различные по величине и форме предметы одной и двумя руками.

Бросать мяч друг другу, в круг, в обруч.

**2.5.Метания, передача предметов и переноска грузов.**

**Практика.**  Метать средние мячи снизу- вверх.

Метать мячи снизу в цель, расположенную вертикально.

Метать малый мяч вдаль с места из-за головы, стоя лицом по направлению метания. Метать одной рукой из-за головы в мишень, расположенную вертикально.

Переносить гимнастические палки (4-6шт.).

**Раздел 3. Гимнастика (Общеразвивающие и корригирующие упражнения).**

**Практика.** Выполнять дыхание глубокое дыхание по подражанию (вместе с учителем).

Дыхание через нос и рот.

Выполнять движения головой в разных направлениях.

**3.1.Основные положения и движения головы, рук, ног, туловища. Практика.** Выполнять поочередное и одновременное сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа движений.

Выполнять положениях лёжа на спине, на животе, на боку, поочерёдное поднимание и отведение прямых или согнутых ног а также круговые движения ногами.

Выполнять приседание на всей ступне, стоя у опоры.

Выполнять наклоны туловища вперед, назад, в стороны

**3.2.Упражнения для расслабления мышц.**

**Практика**. Выполнять сидя, стоя, руки в стороны, слегка наклонившись вперед, бросать расслабленно вниз.

Выполнять покачивания ногами у опоры вперед, назад, влево вправо.

Выполнять движения прямыми руками вперед – назад, вверх-вниз.

**3.3.Упражнения для развития координации движений.**

**Практика**. Выполнять одновременные движения прямыми руками с перекрестной координацией.

Выполнять движения рук и ног с перекрестной координацией.

Выполнять движения в прыжковых упражнениях: стоя у опоры, прыжком ноги в стороны – вместе.

Выполнить прокатывание стопами гимн. палки.

**3.4.Упражнения для формирования свода стоп, их подвижности и опороспособности.**

**Практика**. Выполнять захватывание стопами мяча.

Выполнять ходьбу на носках, на пятках, на внутреннем и наружном своде стопы .

Выполнять перекаты с носков на пятки

Выполнять сохранение устойчивости при движениях головой

Выполнять сохранение устойчивости при наклонах туловища вперед- назад, вправо, влево.

**3.5.Упражнения для формирования равновесия.**

**Практика**. Выполнять ходьбу по гимнастической скамейке.

Выполнять перешагивания через бруски, гимнастические палки, лежащие на полу на расстоянии 1м.

Принимать правильную осанку сидя, стоя.

Выполнять подтягивание на руках.

Выполнять упражнений, укрепляющих мышцы туловища.

**3.6.Упражнения для формирования правильной осанки.**

**Практика**. Выполнять приседание с прямым туловищем и поднятой головой

Выполнять ходьба на месте и с продвижением вперед с положением рук за спиной или на поясе, с поднятой головой, выпрямленной осанкой

Выполнять передвижение к ориентирам (флажку, мячу).

**3.7.Упражнения для развития пространственной ориентировки и точности движений.**

**Практика**. Выполнять построение в шеренгу, в колонне по ориентирам (у стены, у окна).

Выполнять изменение направлений в ходьбе по ориентирам.

Выполнять с открытыми и закрытыми глазами исходных положений рук по инструкции учителя: вниз, вверх, вперед, назад.

**3.8.Упражнения по коррекции позно-тонических реакций в локомоторно – статических функциях.**

**Практика**. Сохранять правильного положения головы в ходьбе, беге и в подпрыгиваниях с поворотами.

**3.9.Лазанье и перелезание.**

**Практика**. Выполнять лазанье вверх и вниз по гимнастической стенке не пропуская реек.

Выполнять передвижение на четвереньках по ковровой дорожке, по гимнастической скамейке, наклонной лестнице.

Выполнять перелезание через препятствие высотой 50-60см.

Выполнять подлезание под препятствие(под натянутую веревку).

Выполнять пролезание через обруч, удерживаемый ребром к полу учителем.

**3.10.Упражнения с обручами.**

**Практика**. Удерживать обруч двумя руками.

Поднимать обруч перед собой, вверх, бесшумно опускать вниз.

Удерживать обруч перед собой, ходить с изменением направления и движениями руками («шофер ведет машину»).

Выполнять наклоны вперед с захватыванием обруча и выпрямлением (с подниманием обруча). Выполнять прокатывание обруча и бег за ним.

Удержать палку различными хватами (сверху, снизу, сбоку)

Перекладывать гимнастическую палку из руки в руку, меняя способы хвата.

**3.11.Упражнения с гимнастическими палками.**

**Практика**. Принимать различные исходные положения с палкой в руках: палка внизу перед собой, палка вверху, палка за головой.

Выполнять повороты туловища и наклоны, удерживая палку перед собой, вверху.

Выполнять повороты и наклоны туловища. (из и. п. стоя на коленях, палка над головой.)

Принимать различные исходные положения.

**3.12.Упражнения с большими мячами.**

**Практика**. Перекладывать мяч с одного места в другое.

Катать мяч головой, передвигаясь на четвереньках.

Прокатывание мяча вокруг себя.

Передача мяча друг другу (в парах, по кругу, по ряду 2-мя руками снизу на уровне груди, сверху, сбоку, шаг вперед).

**Раздел 4. Подвижные игры (игротерапия)**

**4.1.Технические приёмы в баскетболе.**

**Практика**. Выполнять передвижения приставными шагами правым, левым боком, бегом спиной вперед.

Выполнять передачу и ловлю двумя руками летящего мяча на уровне груди.

Выполнять ведение мяча с продвижением шагом вперед.

Демонстрировать технику ловли передачи мяча в парах.

Демонстрировать технику ловли и передачи мяча в парах на расстоянии 3-5 м друг друга.

Демонстрировать технику ловли и передачи мяча двумя руками снизу, от груди .

Демонстрировать ведение мяча стоя на месте.

Демонстрировать ведение мяча по прямой, по дуге, «змейкой».

Демонстрировать технику обводки стоек медленным бегом.

Демонстрировать технику ловли и передачи мяча в парах

Выполнять передвижения по площадке, приставным шагом правым и левым боком.

Выполнять набивание мяча на месте с остановкой по сигналу.

Выполнять ведение мяча в движении.

Подвижные игры (игротерапия)

**4.2.На материале спортивных игр.**

**Практика**. Бросать мяч в кольцо, в обруч.

Играть «Мяч соседу».

Играть «Принеси мячи».

Играть «Догони мяч».

Играть «Вышибалы».

Играть «Дротики»

**4.3.На материале гимнастики с основами акробатики.**

**Практика**. Выполнять игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

Играть «К своим флажкам».

Играть «По своим местам» и т.д.

Выполнять метания и броски малым мячом.

**4.4.На материале легкой атлетики.**

**Практика**. Выполнять перешагивания из обруча в обруч.

Играть «Попади в цель».

Играть «Салки» «Кто дальше бросит» «Дротики».

**Планируемые результаты**

Повышение реабилитационного потенциала детей с ОВЗ через коррекцию физического развития. Развитие и поддержание интереса занятиями лечебной физкультурой как образа жизни.   
В ходе реализации программы оценивается уровень физического развития, развитие координации движений.

**В результате освоения содержания программного материала учащиеся должны:**

**иметь представление:**

* о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
* о способах изменения направления и скорости движения;
* о режиме дня и личной гигиене;
* о правилах составления комплексов утренней зарядки;

**уметь:**

 выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;

 выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;

 играть в подвижные игры;

 выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;

 выполнять строевые упражнения

**Ученик получит возможность научиться:**

* выполнять разнообразные способы передвижения ходьбой, бегом и прыжками;
* выполнять метание малого мяча на дальность, упражнения в передачах, бросках, ловли мяча;
* выполнять лазанье по гимнастической стенке, по наклонной скамейке, подтягивание лежа на животе по горизонтальной скамейке;
* выполнять упражнения на освоение навыков равновесия;
* выполнять строевые упражнения: построение в колонну по одному и в шеренгу, в круг, перестроение по звеньям, повороты и другие строевые команды;
* выполнять упражнения по формированию правильной осанки, развития силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости.

**2. Комплекс организационно-педагогических условий**

**2.1. Календарно – тематическое планировние**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Дата** | **Форма занятия** | **Количество часов** | **Тема занятия** | **Место проведения** | **Форма контроля** |
| 1 |  | Учебное  занятие | **1** | **Вводное занятие** | Спортзал | Беседа-диалог |
| 2 |  | Учебное  занятие | **2** | **Правила предупреждения травм.** | Спортзал | Беседа-диалог |
| 3 |  | Учебное  занятие | **1** | **Знания о физической  культуре..** | Спортзал | Беседа-диалог |
| 4 |  | Учебное  занятие | **2** | **Закаливание.** | Спортзал | Беседа-диалог |
| 5 |  | Учебное занятие | **2** | **Построения и перестроения** | Спортзал | Беседа-диалог |
| 6 |  | Учебное занятие | **2** | **Построения и перестроения** | Спортзал | Беседа-диалог |
| 7 |  | Учебное занятие | **2** | **Ходьба и бег.** | Спортзал | Беседа-диалог |
| 8 |  | Учебное занятие | **2** | **Ходьба и бег.** | Спортзал | Наблюдение |
| 9 |  | Учебное занятие | **2** | **Ходьба и бег.** | Спортзал | Наблюдение |
| 10 |  | Учебное занятие | **2** | **Прыжки.** | Спортзал | Наблюдение |
| 11 |  | Учебное занятие | **2** | **Прыжки.** | Спортзал | Наблюдение |
| 12 |  | Учебное занятие | **2** | **Упражнения с малыми мячами.** | Спортзал | Наблюдение |
| 13 |  | Учебное занятие | **2** | **Упражнения с малыми мячами.** | Спортзал | Наблюдение |
| 14 |  | Учебное занятие | **2** | **Метания, передача предметов и переноска грузов** | Спортзал | Наблюдение |
| 15 |  | Учебное занятие | **2** | **Основные положения и движения головы, рук, ног, туловища.** | Спортзал | Наблюдение |
| 16 |  | Учебное занятие | **2** | **Основные положения и движения головы, рук, ног, туловища.** | Спортзал | Наблюдение |
| 17 |  | Учебное занятие | **2** | **Упражнения для расслабления мышц.** | Спортзал | Наблюдение |
| 18 |  | Учебное занятие | **2** | **Упражнения для развития координации движений.** | Спортзал | Наблюдение |
| 19 |  | Учебное занятие | **2** | **Упражнения для развития координации движений.** | Спортзал | Наблюдение |
| 20 |  | Учебное занятие | **2** | **Упражнения для формирования свода стоп, их подвижности и опороспособности.** | Спортзал | Наблюдение |
| 21 |  | Учебное занятие | **2** | **Упражнения для формирования равновесия.** | Спортзал | Наблюдение |
| 22 |  | Учебное занятие | **2** | **Упражнения для формирования равновесия.** | Спортзал | Наблюдение |
| 23 |  | Учебное занятие | **2** | **Упражнения для формирования правильной осанки** | Спортзал | Наблюдение |
| 24 |  | Учебное занятие | **2** | **Упражнения для развития пространственной ориентировки и точности движений** | Спортзал | проверка выполнения упражнений |
| 25 |  | Учебное занятие | **2** | **Упражнения по коррекции позно-тонических реакций в локомоторно – статических функциях.** | Спортзал | Наблюдение |
| 26 |  | Учебное занятие | **2** | **Лазанье и перелезание.** | Спортзал | Наблюдение |
| 27 |  | Учебное занятие | **2** | **Лазанье и перелезание.** | Спортзал | Наблюдение |
| 28 |  | Учебное занятие | **2** | **Упражнения с обручами.** | Спортзал | Наблюдение |
| 29 |  | Учебное занятие | **2** | **Упражнения с гимнастическими палками.** | Спортзал | проверка выполнения упражнений |
| 30 |  | Учебное занятие | **2** | **Подвижные игры (игротерапия) На материале спортивных игр** | Спортзал | Наблюдение |
| 31 |  | Учебное занятие | **2** | **На материале легкой атлетики** | Спортзал | Наблюдение |
| 32 |  | Учебное занятие | **2** | **Упражнения с обручами.** | Спортзал | Наблюдение |
| 33 |  | Учебное занятие | **2** | **Упражнения с гимнастическими палками.** | Спортзал | Наблюдение |
| 34 |  | Учебное занятие | **2** | **Подвижные игры (игротерапия) На материале спортивных игр** | Спортзал | Наблюдение |
| 35 |  | Учебное занятие | **2** | **На материале легкой атлетики** | Спортзал | Наблюдение |
| 36 |  | Учебное занятие | **2** | **Основные положения и движения головы, рук, ног, туловища.** | Спортзал | Наблюдение |
| 37 |  | Учебное занятие | **2** | **Основные положения и движения головы, рук, ног, туловища.** | Спортзал | Наблюдение |

**2.2. Условия реализации программы**

**Материально-техническое обеспечение программы**

Оборудование и инвентарь:

1. Гимнастические маты
2. Гимнастические скамейки
3. Гимнастическая стенка
4. Малое гимн. бревно
5. Навесные перекладины
6. Гимнастические палки
7. Гимнастические обручи
8. Гимнастические скакалки
9. Мячи баскетбольные, волейбольные
10. Кегли

**2.3.** **Формами подведения итогов реализации программы являются:**

- включенное наблюдение за учащимися в процессе занятий;

 - проверка выполнения отдельных упражнений;

- выполнение установленных заданий.

**2.4. Оценочные материалы**

Определение достижений учащимися планируемых результатов достигаются методом наблюдения.

**Ожидаемый результат**: повышение реабилитационного потенциала детей с ОВЗ и инвалидностью через коррекцию физического развития. Развитие и поддержание интереса занятиями лечебной физкультурой как образа жизни.   
В ходе реализации программы оценивается уровень физического развития, развитие координации движений. 

**2.5. Методические материалы**

***Способы организации детей на занятии – фронтальный, поточный, индивидуальный.***   
Остановимся на некоторых из них:

 Метод практических упражнений основан на двигательной деятельности воспитанников. Учитывая трудности восприятия учебного материала, ребёнок нуждается в особом подходе в процессе обучения: в подборе упражнений, которые вызывают доверие, ощущение безопасности, комфортности и надёжной страховки.

Необходимо выделить следующие направления использования **метода практических упражнений:**

* выполнение упражнения по частям, изучая каждую фазу движения отдельно, а затем объединяя их в целое;
* выполнение движения в облегчённых условиях;
* использование при ходьбе, беге лидера,
* использование страховки, помощи и сопровождения, которые дают уверенность ребёнку при выполнении движения,
* использование изученного движения в сочетании с другими действиями (например:ведение мяча в движении с последующим броском в цель и др.),
* изменение исходных положений для выполнения упражнения (например, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа от гимнастической скамейки),
* изменение внешних условий выполнения упражнений (на повышенной опоре, и т.д.),
* изменение в процессе выполнения упражнений таких характеристик как темп, ритм, скорость, направление движения, амплитуда, траектория и т.д.,
* изменение эмоционального состояния (бег в эстафетах, в подвижных играх, выполнение упражнений с речитативами, различным музыкальным сопровождением и др.)

**Метод дистанционного управления** (относится к методу слова), он предполагает управление действиями ребёнка на расстоянии посредством команд;   
**Метод наглядности** занимает особое место, наглядность является одной из специфических особенностей использования методов обучения в процессе ознакомления с предметами и действиями.

**Метод стимулирования двигательных действий.**

Анализ и оценка выполнения движений способствует сознательному выполнению физических упражнений. Правильность выполнения оценивается путём наблюдения и указаний, анализа в процессе занятия.       Начинать занятия можно с любого периода, учитывая индивидуальные особенности детей, меняя дозировку, нагрузку, подбирая упражнения и игры с учетом психофизиологических особенностей детей.

Для более успешной и эффективной работы устанавливается связь с родителями.

К специфическим принципам работы по программе «Лечебная физкультура» относятся:

 1. Создание мотивации;

2. Согласованность активной работы и отдыха;

3. Непрерывность процесса;

4. Необходимость поощрения;

5. Социальная направленность занятий;

6. Активизации нарушенных функций;

7. Сотрудничество с родителями;

 8. Воспитательная работа.

**2.6. Список литературы**

Печатные пособия:

Список использованных источников:

1. Возрастная и педагогическая психология / Сост. М.О. Шуаре. - М., 1992.

2. Выготский Л.С. Педагогическая психология. - М., 1991.

3. Гончарова М.Н., Гринина А.В., Мирзоева И.И. Реабилитация детей с заболеваниями и повреждениями опорно-двигательного аппарата. - Л.: «Медицина», 1974.

4. Грехнев В.С. Культура педагогического общения. - М., 1990.

5. Загуменнов, Ю.Л. «Инклюзивное образование: создание равных возможностей для всех учащихся» - Минская школа сегодня. - 2008. - № 6.

6. Левченко И.Ю., Приходько О.Г. Технологии обучения и воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Учебное пособие. Издательство «ACADEMA», М., 2001.

7. Лечебная физическая культура: Справочник / Под ред. Проф. В.А.Епифанова. М.: Медицина, 2004.

8. Литош Н.Л., Лечебная физическая культура: Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии: Учебное пособие. - М.: СпортАкадемПресс, 2002.

9. Матвеев Л.П., Теория и методика физической культуры: Учеб. Для институтов физической культуры. — М.: Физкультура и спорт, 1991.

10. Мошков В.Н. Лечебная физическая культура в клинике внутренних болезней. – М.: Медицина, 1982.

11. Немов Р.С. Психология: Кн. 2. - М., 1997.

12. Обухова Л.Ф. Возрастная психология. - М., 1991. 22. Педагогика / Под ред. В.А. Сластёнина. - М., 2002.

13. Потапчук А.А., Матвеев С.В., Дидур М.Д. Лечебная физическая культура в детском возрасте. Учебно-методическое пособие. – СПб: «Речь» 2007.

14. Практическая психология для преподавателей / Сост. М.К. Тушкина и др. - М., 1997.

15. Реан А.А., Коломинский Я.Л. Социальная педагогическая психология. - СПб., 1999.

16. Физическая реабилитация. Учебник. Под ред. проф. С.Н. Попова. Издание второе.- Ростов-на-Дону: «Феникс», 2004.

17. Фришман И.И. Методика работы педагога дополнительного образования. - М., 2001.

18. Харламов И.Ф. Педагогика. - М., 1997. 1. С.В. Алехина, Н.Я. Семаго, А.К. Фадина «Инклюзивное образование». Выпуск 1. - М.: Центр «Школьная книга», 2010.