

Приложение 50  
к приказу Министра образования  
и науки Республики Казахстан  
от «5» февраля 2020 года № 51

Приложение 595  
к приказу Министра образования  
и науки Республики Казахстан  
от 3 апреля 2013 года №115

**Типовая учебная программа  
по учебному предмету «Лечебная физическая культура» для обучающихся  
с нарушением опорно-двигательного аппарата 0-4 классов уровня  
начального образования по обновленному содержанию**

**Глава 1. Общие положения**

1. Типовая учебная программа по учебному предмету «Лечебная физическая культура» для обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата 0-4 классов уровня начального образования по обновленному содержанию (далее - Программа) разработана в соответствии с подпунктом б) статьи 5 Закона Республики Казахстан от 27 июля 2007 года «Об образовании».

2. Цель Программы - овладение обучающимися основ лечебной физической культуры (далее-ЛФК), поддержание оптимального уровня здоровья, стабилизация, коррекция и компенсация недостатков физического развития, устранение вторичных нарушений и предупреждение их прогрессирования.

3. Задачи Программы:

1) формирование знаний, двигательных умений и навыков, необходимых для выполнения упражнений по ЛФК, укрепление здоровья, закаливание организма и снижение заболеваемости;

2) развитие и совершенствование основных физических качеств, формирование двигательных умений и навыков прикладного характера;

3) обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями, самооценки;

4) воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной деятельности.

4. Коррекционно-развивающие задачи:

- 1) развитие способности к произвольному торможению движений, подавление усиленного проявления позотонических реакций;
- 2) укрепление ослабленных мышц, улучшение кровообращения и обменных процессов;
- 3) содействие становлению и оптимальному проявлению статокинетических рефлексов, развитие кинестетической чувствительности;
- 4) предупреждение и активное преодоление патологических установок конечностей, вызывающую деформацию в суставах;
- 5) развитие пространственных представлений, формирование схемы тела, навыка ориентировки в схеме собственного тела;
- 6) развитие мелкой моторики, правильной речи, дикции, правильного дыхания;
- 7) коррекция нарушений статики и локомоции, систематическая тренировка сохранения равновесия тела, опороспособности конечностей, развития координации движений.

## **Глава 2. Педагогические подходы к организации учебного процесса**

5. Для усиления приоритетности системы целей обучения и результатов образовательного процесса используют ценностно-ориентированный, деятельностный, личностно-ориентированный, дифференцированный, коммуникативный подходы.

6. Педагогические подходы к организации учебного процесса основаны на принципах специальной педагогики, реализация которых направлена на удовлетворение особых образовательных потребностей, обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата.

7. Ценностно-ориентированный подход:

- 1) учебный процесс целенаправленно формирует систему ценностей личности обучающегося;
- 2) значение ценностей проявляется в сфере формирования норм, привычек, образа жизни, стиля поведения, необходимых для успешного функционирования определенного общества;
- 3) ценности стимулируют поведение и поступки, действуя как важный фактор мотивации личности;
- 4) ценности начального образования основаны на национальной идее «Мәңгілік ел».

8. Деятельностный подход:

- 1) заключается в том, что обучающийся получает знания не в готовом виде, а добывает их сам, осознает содержание и формы своей учебной деятельности, понимает и принимает систему ее норм, активно участвует в их совершенствовании, что способствует активному успешному формированию его знаний, учебных умений и навыков широкого спектра;

2) строится на признании того, что развитие личности обучающихся определяется характером организации доступной им деятельности (предметно-практической и учебной);

3) деятельность обучающихся сгруппирована по таким категориям, как «знать», «понимать», «применять», «анализировать», «синтезировать», «оценивать».

9. Личностно-ориентированный подход подразумевает индивидуализацию учебного процесса, гармоничное формирование и всестороннее развитие личности обучающегося в учебном процессе, полное раскрытие его творческих сил с учетом его индивидуальных особенностей психического и физического развития, потребностей и мотивов поведения.

10. Дифференцированный подход обусловлен наличием вариативных типологических особенностей у обучающихся одной категории нарушений:

1) учитель организует коррекционно-образовательный процесс, исходя из наличия однородных по своим характеристикам групп, через различное для каждой из них содержание, темпа, объема, сложности, методов и приемов работы, форм и способов контроля и мотивации учения.

2) построение индивидуального темпа освоения каждым обучающимся программы по ЛФК направлен так, что следующий этап обучения и воспитания строится на основе усвоенного содержания предыдущего этапа.

11. По степени тяжести нарушений двигательных функций и по сформированности двигательных навыков обучающихся делят на три группы:

1) в первую группу входят дети с тяжелыми нарушениями. У большинства из них не сформированы ходьба, захват и удержание предметов, навыки самообслуживания; другие с трудом передвигаются с помощью ортопедических приспособлений, навыки самообслуживания у них сформированы частично;

2) во вторую группу входят дети, имеющие среднюю степень выраженности двигательных нарушений. Большая часть этих детей передвигается самостоятельно, но на ограниченное расстояние. Они частично владеют навыками самообслуживания, которые недостаточно автоматизированы;

3) третью группу составляют дети, имеющие легкие двигательные нарушения - они передвигаются самостоятельно, владеют навыками самообслуживания, но некоторые движения выполняют неправильно.

12. Обучающиеся, временно (срок определяется врачом школы) освобожденные по медицинским показаниям от занятий, выполняют индивидуальные задания по коррекции недостатков физического развития.

13. При дифференцированном и комплексном подходе соблюдаются следующие терапевтические рекомендации:

1) в отношении обучающихся, имеющих заболевания мышечной системы, избегать: напряжения, возникающего в результате изматывающего мышечного тренинга, силовых двигательных упражнений, переноса тяжестей, хождения по

лестнице; сильного растяжения мышц при выполнении общеразвивающих упражнений, которые вызывают напряжение суставов (сидеть на корточках, пятках); переохлаждения; при вставании обучающемуся оказывается мускульная помощь или предоставляются вспомогательные средства;

2) при проведении упражнений следить за тем, чтобы обучающиеся со спастической диплегией использовали по возможности обе руки; стремились к мышечному расслаблению, преимущественно приводящих мышц бедер, выпрямлению спины;

3) обучающиеся со слаборазвитой способностью удерживать равновесие, но способные к ходьбе, имеющие нарушения тазобедренного сустава, принимают участие в упражнениях высокой динамичности, сидя в колясках, получают дифференцированное задание;

4) обучающимся, подверженным судорожным припадкам, разъяснить, насколько занятия с физической нагрузкой повышают вероятность припадков и провоцируют их;

5) избегать выполнения круговых движений, гимнастических упражнений на снарядах, возникновения болей, приводящие к рефлекторному повышению мышечного тонуса и в конечном счете к развитию контрактур;

б) у обучающихся с насильственными неуправляемыми движениями (гиперкинезами) требуется отработка физических действий: с контролем в зеркало, без контроля в зеркало, с закрытыми глазами.

#### 14. Коммуникативный подход:

1) процесс обучения включает задания, способствующие формированию умений общения и режимов работы, адекватных условиям реальной коммуникации (парная и групповая работа);

2) владение разными видами информации; умение вести дискуссию по различным проблемам, выработка собственной позиции по данным вопросам (социальная значимость).

#### 15. Физическая нагрузка на уроке ЛФК дозируется и зависит от:

1) подбора физических упражнений (от простого к сложному);

2) продолжительности физических упражнений;

3) числа повторений физических упражнений;

4) выбора исходных положений;

5) темпа движений (на счет 1-4);

б) амплитуды движений,

7) степени усилия обучающегося;

8) точности, сложности, ритма, количества отвлекающих упражнений;

9) эмоционального фактора.

16. Занятия проводятся в специально оборудованных спортивных и тренажерных кабинетах, удовлетворяющих санитарно-гигиеническим и противопожарным требованиям. Кабинеты оснащены спортивным оборудованием и инвентарем, необходимым для реализации соответствующей коррекционной программы.

17. Технические средства для преподавания: вертикализаторы, ортопедические укладки; массажеры ручные, ножные; фитболы различных размеров и конфигураций; эспандеры ручные, кистевые, двойного действия; следовые, массажные дорожки; тренажеры механотерапевтические; валики различных размеров; мячи, медицинболы; гимнастические палки, обручи (разной толщины и размеров); мотомеды механотерапевтические; комбинезоны «Фазтон»; тренажер «Гросса»; сенсорная, балансирующая дорожка; сухой бассейн; качалки (большие и маленькие); тактильные дорожки и шарики; тренажеры для мелкой моторики. Вспомогательные (индивидуальные) средства, используемые для разгрузки (воротник Шанца, корсеты, тьютора), для коррекции патологических поз (лангеты, шины, валики, грузы, аппараты).

### **Глава 3. Организация содержания учебного предмета «Лечебная физическая культура»**

18. Объем учебной нагрузки по учебному предмету «Лечебная физическая культура» составляет:

- 1) в 0 классе – 3 часа в неделю, 96 часов в учебном году;
- 2) в 1 классе – 3 часа в неделю, 99 часов в учебном году;
- 3) во 2 классе – 3 часа в неделю, 102 часа в учебном году;
- 4) в 3 классе – 3 часа в неделю, 102 часа в учебном году;
- 5) в 4 классе – 3 часа в неделю, 102 часа в учебном году.

19. Содержание Программы включает следующие разделы:

- 1) раздел «Основы знаний лечебной физической культуры и здоровый образ жизни»;
- 2) раздел «Двигательная деятельность»;
- 3) раздел «Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата»;
- 4) раздел «Нетрадиционные виды оздоровления».

20. Раздел «Основы знаний лечебной физической культуры и здоровый образ жизни» включает следующие подразделы:

- 1) правила поведения и техника безопасности на уроках лечебной физической культуры;
- 2) личная гигиена, формирование знаний о личном здоровье для здорового образа жизни;
- 3) понимание важности и необходимости в разминке тела для здоровья и здорового образа жизни;
- 4) стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательных возможностей;
- 5) понимание контроля за физическими изменениями в организме, влияния различных физических нагрузок на дыхание, частоту сердечных сокращений, температуру тела;

б) решения, которые способствуют и поддерживают физическое, психическое и эмоциональное здоровье.

21. Раздел «Двигательная деятельность» включает следующие подразделы:

- 1) адаптация приобретенных знаний, связанных с движением с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся;
- 2) развитие основных двигательных навыков, управление телом;
- 3) создание структурных приемов в ряде физических упражнений, выполняемых с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой в разном темпе;
- 4) понимание трудностей и рисков на различных этапах обучения для улучшения двигательных способностей;
- 5) умение анализировать и оценивать действия, динамику, связи и пространство для улучшения деятельности;

22. Раздел «Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата» включает следующие подразделы:

- 1) развитие выпрямления и равновесия;
- 2) коррекция нарушений ходьбы, координации движений рук и ног при ходьбе, равновесие;
- 3) коррекция нарушений осанки, укрепление и развитие мышц спины и брюшного пресса, костного скелета;
- 4) коррекция нарушенных функций в верхних и нижних конечностях;
- 5) нормализация дыхания;
- б) ориентировка в пространстве и на плоскости.

23. Раздел «Нетрадиционные виды оздоровления» включает следующие подразделы:

- 1) нетрадиционные формы уроков с индивидуальным подходом в зависимости от формы поражения опорно-двигательного аппарата;
- 2) использование, применение, создание правил и структурных приемов в ряде физических упражнений;
- 3) подвижные игры и элементы спортивных упражнений коррекционного характера

24. Базовое содержание учебного предмета «Лечебная физическая культура» для 0 класса:

- 1) основы знаний лечебной физической культуры и здоровый образ жизни: форма одежды, правила поведения и передвижения на занятиях по ЛФК, иметь представления о правилах личной гигиены, сведения об ортопедическом режиме дня, лечебной гимнастики; параметры правильной осанки и как ее проверить; дыхание при выполнении упражнений, восстановительное дыхание;
- 2) двигательная деятельность: диагностика, обследование для установления характера нарушений физического развития и определения

средств дифференциального коррекционного воздействия под руководством учителя;

3) коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата: укрепление здоровья и закаливание организма с помощью выполнений не сложных упражнений (по коррекции нарушенных функций) и элементов дыхательной гимнастики под руководством учителя; коррекционные упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движения;

4) нетрадиционные виды оздоровления: оценка эффективности занятий лечебной физической культурой, под руководством учителя вести наблюдения за показателями частоты сердечных сокращений при выполнении упражнений; обучение навыкам самонаблюдения.

25. Базовое содержание учебного предмета «Лечебная физическая культура» для 1 класса:

1) основы знаний лечебной физической культуры и здоровый образ жизни: форма одежды, правила поведения и передвижения на занятиях по ЛФК, знание правил личной гигиены и режима дня; техники безопасности, правил пользования спортивными снарядами и тренажерами; параметры правильной осанки; значение лечебной и дыхательной гимнастики;

2) двигательная деятельность: диагностика, обследование, определение средств дифференциального коррекционного воздействия и выбор способов индивидуальной работы под руководством учителя; самостоятельный анализ ситуаций, требующий применение правил предупреждения травматизма;

3) коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата: коррекции физических недостатков и неправильных установок (движения на укрепление мышц спины, пресса; свода стоп, правильной осанки без предметов, с использованием предметов); упражнения для устранения моторной неловкости; для коррекции повышение уровня здоровья, закаливание организма с помощью выполнений специальных упражнений и комплексов дыхательной гимнастики под руководством учителя;

4) нетрадиционные виды оздоровления: оценка эффективности занятий лечебной физической культурой, формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок (вести наблюдения за показателями числом сердечных сокращений во время выполнения упражнений).

26. Базовое содержание учебного предмета «Лечебная физическая культура» для 2 класса:

1) основы знаний лечебной физической культуры и здоровый образ жизни: форма одежды, правила поведения и передвижения на занятиях по ЛФК, правила личной гигиены и режима дня; техники безопасности; осознание важности освоения организующих упражнений; осмысление своего двигательного опыта; правила пользования спортивными снарядами и тренажерами; правила ортопедического режима;

2) двигательная деятельность: диагностика, обследование, определение средств дифференциального коррекционного воздействия и выбор способов индивидуальной работы под руководством учителя;

3) коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата: планирование занятий лечебными физическими упражнениями в режиме дня; выполнение упражнений для растяжения мышц и связок позвоночника, для развития координации движений; повышение уровня здоровья, коррекции физических недостатков и нарушенных функций, закаливание организма с помощью выполнений специальных упражнений и комплексов дыхательной гимнастики под руководством педагога;

4) нетрадиционные виды оздоровления: оценка эффективности занятий лечебной физической культурой, формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок (вести наблюдения за показателями жүректің жиырылу жиілігінің ий во время выполнения упражнений); формирование навыков самонаблюдения и самоконтроля.

27. Базовое содержание учебного предмета «Лечебная физическая культура» для 3 класса:

1) основы знаний лечебной физической культуры и здоровый образ жизни: форма одежды, правила поведения и передвижения на занятиях по ЛФК, знание правил личной гигиены и режима дня; техники безопасности и правил пользования спортивными снарядами и тренажерами; показатели самоконтроля (сон, аппетит, самочувствие, настроение, болевые ощущения, работоспособность); значение самомассажа, очистительного дыхания, физкультминуток в школе и дома, при выполнении домашнего задания;

2) двигательная деятельность: диагностика, обследование, определение средств дифференциального коррекционного воздействия и выбор способов индивидуальной работы под руководством учителя;

3) коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата: выполнение упражнения по коррекции нарушений позвоночника; умение контролировать ходьбу; согласованность движений со стихотворным текстом, правильность осанки (у зеркала, у стены, у гимнастической стенки, сидя на скамейке, с закрытыми глазами) самостоятельно и под контролем взрослого; ходить с предметами на голове; умение выполнять комплексы у гимнастической стенки по заданию педагога, выполнять расслабление под формулы аутотренинга; повышение уровня здоровья, закаливание организма с помощью выполнений специальных упражнений и комплексов дыхательной гимнастики под руководством учителя;

4) нетрадиционные виды оздоровления: оценка эффективности занятий лечебной физической культурой, вести наблюдения за показателями числа сердечных сокращений во время выполнения упражнений; обучение навыкам самонаблюдения.



28. Базовое содержание учебного предмета «Лечебная физическая культура» для 4 класса:

1) основы знаний лечебной физической культуры и здоровый образ жизни: форма одежды, правила поведения и передвижения на занятиях по ЛФК, знание правил личной гигиены и режима дня; техники безопасности и правил пользования спортивными снарядами и тренажерами, правила подготовки мест для самостоятельных занятий; значение и строение позвоночника, значение правильного питания и здорового образа жизни; иметь представление о механизме лечебного действия упражнений, классического массажа, аутогенной тренировки с учетом медицинских показаний;

2) двигательная деятельность: диагностика, обследование, определение средств дифференциального коррекционного воздействия и выбор способов индивидуальной работы под руководством учителя;

3) коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата: самостоятельно выполнять комплекс ЛФК и оздоровительные упражнения на укрепление здоровья, коррекция неправильных установок опорно-двигательного аппарата (отдельных конечностей, стопы, кисти, позвоночника); нормализация мышечного тонуса (увеличение в случае гипотонии, снижение в случае гипертонии, стабилизация в случае дистонии); преодоление слабости (гипертрофии) отдельных мышечных групп; улучшение подвижности в суставах; сенсорное обогащение: улучшение мышечно-суставного чувства (кинестезии и тактильных (кожных) ощущений); формирование компенсаторных гипертрофий отдельных мышечных групп; формирование вестибулярных реакций; умение выполнять очистительное дыхание и элементы самомассажа;

4) нетрадиционные виды оздоровления: оценка эффективности занятий лечебной физической культурой, вести наблюдения за показателями числа сердечных сокращений во время выполнения упражнений; обучение навыкам самонаблюдения; самоконтроль за своим здоровьем, применение нетрадиционных методов коррекции и восстановления утраченных функций.

#### **Глава 4. Система целей обучения**

29. В программе для удобства использования целей обучения и проведения мониторинга вводится кодировка. В коде первое число обозначает класс, второе и третье числа – раздел и подраздел, четвертое число показывает нумерацию учебной цели. Например, в кодировке 4.1.3.2 «4» - класс, «1.3» - подраздел, «2» - нумерация учебной цели.

30. Ожидаемые результаты по системе целей обучения:

1) раздел «Основы знаний лечебной физической культуры и здоровый образ жизни»:

таблица 1

Подразделы	Цели обучения				
	0 класс	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
1.1 Правила поведения и техника безопасности на уроках ЛФК	0.1.1.1 знать правила поведения и технику безопасности на уроках ЛФК	1.1.1.1 соблюдать правила поведения и технику безопасности на уроках ЛФК	2.1.1.1 понимать технику безопасности на уроках ЛФК	3.1.1.1 соблюдать технику безопасности на уроках ЛФК при работе на тренажёрах	4.1.1.1 знать инструкцию по оказанию первой доврачебной помощи на уроках ЛФК
1.2 Личная гигиена, формирование знаний о личном здоровье для здорового образа жизни	0.1.2.1 знать важность физической деятельности, иметь понятие о личной гигиене и здоровье	1.1.2.1 понимать важность физической деятельности, значение личной гигиены и здоровья	2.1.2.1 описывать и обсуждать оздоровительную пользу физических упражнений в режиме дня	3.1.2.1 применять физические упражнения для улучшения здоровья и здорового образа жизни	4.1.2.1 демонстрировать знание и понимание оздоровительной пользы физических упражнений, способствующих укреплению здоровья
1.3 Понимание важности и необходимости разминки для здоровья и здорового образа жизни	0.1.3.1 знать важность и необходимость разминки для здоровья и здорового образа жизни	1.1.3.1 понимать важность необходимости разминки для здоровья и здорового образа жизни	2.1.3.1 объяснять необходимость разминки для здоровья и здорового образа жизни	3.1.3.1 определять процесс разминки и важность необходимости разминки для здоровья и здорового образа жизни	4.1.3.1 демонстрировать и обсуждать разминку для здоровья и здорового образа жизни
1.4 Стратегии	0.1.4.1 понимать	1.1.4.1 знать	2.1.4.1 обсуждать	3.1.4.1 применять	4.1.4.1 определять

управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательных возможностей	двигательные стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательных возможностей	возможные трудности, возникающие при стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательных возможностей	двигательные стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательных возможностей	стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательных возможностей	стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательных возможностей
1.5 Понимание контроля за физическими изменениями в организме, влияния различных физических нагрузок на дыхание, частоту сердечных сокращений, температуру тела	0.1.5.1 иметь понятие о физических изменениях в организме во время выполнения физических упражнений	1.1.5.1 определять физические изменения в организме во время выполнения физических упражнений	2.1.5.1 знать и уметь контролировать физические изменения в организме во время выполнения физических упражнений	3.1.5.1 демонстрировать и объяснять ряд контрольных стратегий для определения физических изменений при выполнении физической деятельности	4.1.5.1 анализировать и применять ряд контрольных стратегий, чтобы увидеть определенные физические изменения вовремя или после выполнения физической деятельности
1.6 Решения, которые	0.1.6.1 понимать оздоровите	1.1.6.1 осознавать важность	2.1.6.1 описывать и	3.1.6.1 демонстрировать	4.1.6.1 анализировать и

способствуют и поддерживают физическое, психическое и эмоциональное здоровье	льную пользу физического упражнения, здоровья и самочувствия	физической деятельности, принимая участие в ней поддержаня хорошего состояния здоровья и самочувствия	обсуждать оздоровительную пользу физического упражнения	знание и понимание оздоровительной пользы физических упражнений, на расслабление и укрепление нервной системы	понимать важность упражнений на расслабление и укрепление нервной системы
	0.1.6.2 знать важность упражнений на расслабление и укрепление нервной системы	1.1.6.2 осознавать важность упражнений на расслабление и укрепление нервной системы	2.1.6.2 описывать и обсуждать оздоровительную пользу упражнений на расслабление и укрепление нервной системы	3.1.6.2 демонстрировать знание и понимание упражнений на расслабление и укрепление нервной системы	4.1.6.2 анализировать решения, способствующие и поддерживающие хорошее состояние здоровья и самочувствия

2) раздел «Двигательная деятельность»:  
таблица 2

Подразделы	Цели обучения				
	0 класс	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
2.1 Адаптация приобретенных знаний, связанных с движением с учетом индивидуальности	0.2.1.1 понимать оздоровительную деятельность с учетом индивидуальных образовательных	1.2.1.1 знать и понимать двигательные идеи, стратегии и планы во время участия в оздоровите	2.2.1.1 обсуждать и демонстрировать двигательные идеи, стратегии и планы, показывая	3.2.1.1 применять альтернативные решения в ряде двигательных идей, стратегий и планов с	4.2.1.1 определять и организовывать двигательные идеи, стратегии и планы в альтернати

льных образовательных потребностей обучающихся	потребностей обучающихся	льной деятельности с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся	понимание альтернатив с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся	учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся	вные решения с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся
	0.2.1.2 знать о роли оздоровительных занятий в режиме дня: комплексов утренней гигиенической гимнастики, физкультурминутки	1.2.1.2 понимать оздоровительную роль занятий утренней гигиенической, музыкальной, гимнастикой, закаливание	2.2.1.2 обсуждать комплексы упражнений для развития основных физических качеств и подготовительные упражнения для закрепления и совершенствования двигательных действий	3.2.1.2 знать важность упражнений для развития основных физических качеств и подготовительные упражнения для закрепления и совершенствования двигательных действий	4.2.1.2 применять комплексы упражнений для развития основных физических качеств и подготовительные упражнения для закрепления и совершенствования двигательных действий
2.2 Развитие основных двигательных навыков	0.2.2.1 уметь выполнять по показу основные двигательные навыки и умения	1.2.2.1 выполнять самостоятельно основные двигательные навыки при выполнении основных физических упражнений	2.2.2.1 улучшить качество основных двигательных навыков при выполнении и разных физических упражнений	3.2.2.1 понимать и продолжать улучшать основные двигательные навыки при выполнении и простых физических упражнений	4.2.2.1 определять и уметь применять собственные основные двигательные навыки при выполнении и упражнений

		й		й	й коррекцион ной направленн ости
	0.2.2.2 знать свои умения и недостатки по двигательн ым навыкам	1.2.2.2 понимать и уметь описать свои умения и недостатки по двигательн ым навыкам	2.2.2.2 объяснять умения и недостатки по двигательн ым навыкам	3.2.2.2 обсуждать свои и чужие качества выполнени я упражнени й, определяя собственны е недостатки	4.2.2.2 сравнивать свои и чужие умения, и недостатки, определяя потенциал для выполнени я физических упражнени й
2.3 Создание структурн ых приемов в ряде физически х упражнен ий, выполняе мых с разным мышечны м напряжени ем, разной скоростью , амплитудо й, в разном темпе	0.2.3.1 иметь представле ние о различиях групп мышц тела по ощущения м	1.2.3.1 знать и уметь различать группы мышц тела по ощущения м	2.2.3.1 понимать и объяснять различия групп мышц по ощущения м	3.2.3.1 демонстрир овать свои ощущения о разных группах мышц	4.2.3.1 анализиров ать свои ощущения о разных группах мышц
	0.2.3.2 иметь представле ние о специально разработан ных движениях для рук, ног, туловища, шеи и других частей	1.2.3.2 знать специально разработан ные движения для рук, ног, туловища, шеи и других частей тела, которые	2.2.3.2 понимать специально разработан ные движения для рук, ног, туловища, шеи и других частей тела, которые	3.2.3.2 уметь объяснять специально разработан ные движения для рук, ног, туловища, шеи и других частей тела,	4.2.3.2 анализиров ать и применять специально разработан ные движения для рук, ног, туловища, шеи и других частей

	тела, которые могут выполняться с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном ритме и темпе	выполняются с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном ритме и темпе	выполняются с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном ритме и темпе	которые выполняют с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном ритме и темпе	тела, которые выполняют с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном ритме и темпе
2.4 Понимание трудностей и рисков на различных этапах обучения для улучшения двигательных способностей	0.2.4.1 знать возможные трудности, возникающие при выполнении и простых и измененных физических упражнений	1.2.4.1 понимать возможные трудности, возникающие при выполнении и простых и измененных физических упражнений	2.2.4.1 закрепить навыки и умения преодоления трудностей при совершенствовании простых и измененных физических упражнений	3.2.4.1 применять навыки и умения для преодоления трудностей на различных этапах обучения двигательной деятельности	4.2.4.1 уметь распознавать уровень сложности при выполнении и упражнений, демонстрируя способность сокращения рисков при их выполнении
2.5 Умение анализировать и оценивать действия, динамику, связи и пространство для улучшения	0.2.5.1 знать ряд простых действий в разных пространствах	1.2.5.1 знать и уметь выполнять ряд простых действий в разных пространствах	2.2.5.1 осознавать и уметь передать действия с простыми изменениями в пространстве и динамики	3.2.5.1 демонстрировать и уметь определять ряд действий, пространства, динамики и связей при	4.2.5.1 сравнивать собственное выполнение действий и других, объясняя и показывая ряд действий,

я деятельно сти				выполнени и оценивании	пространст ва, динамики и связей
-----------------------	--	--	--	------------------------------	---

3) раздел «Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата»:  
таблица 3

Подраздел ы	Цели обучения				
	0 класс	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
3.1 Развитие выпрямлен ия и равнесси я	0.3.1.1 иметь представле ние как приподни мать голову, поворачив ать ее в стороны, удерживат ь	1.3.1.1 знать элементы техники при приподнима нии головы, поворотов ее в стороны, удерживани и	2.3.1.1 уметь с помощью приподнима ть голову, поворачива ть ее в стороны удерживая	3.3.1.1 выполнять самостояте льно движения по удерживан ию, приподни манию головы и поворотов в стороны	4.3.1.1 анализиров ать, составлять комплексы упражнени й по удерживани ю, приподним анию головы и поворотов в стороны
	0.3.1.2 иметь представле ние как выполнять повороты со спины на бок и со спины на живот с подъемом головы	1.3.1.2 знать и выполнять с помощью повороты со спины на бок и со спины на живот с подъемом головы	2.3.1.2 осознавать и уметь выполнять повороты со спины на бок и со спины на живот с подъемом головы	3.3.1.2 понимать и демонстри ровать повороты со спины на бок и со спины на живот с подъемом головы	4.3.1.2 демонстрир овать повороты со спины на бок и со спины на живот с подъемом головы
	0.3.1.3 иметь представле ние как удерживат ь позу, опираясь	1.3.1.3 знать как удерживать позу, опираясь на раскрытые кисти и	2.3.1.3 осознавать и уметь объяснять позу, опираясь на раскрытые	3.3.1.3 знать, понимать как удерживат ь позу, опираясь	4.3.1.3 демонстрир овать позу, опираясь на раскрытые кисти и колени с



	на раскрытые кисти и колени с разогнутым положением головы при ползании и лазании	колени с разогнутым положением головы при ползании и лазании	кисти и колени с разогнутым положением головы при ползании и лазании	на раскрытые кисти и колени с разогнутым положением головы при ползании и лазании	разогнутым положением головы при ползании и лазании
	0.3.1.4 иметь представление о контроле вертикальной позы туловища и сохранение равновесия	1.3.1.4 знать и уметь контролировать позу туловища для сохранения равновесия	2.3.1.4 понимать, контролировать позу туловища для сохранения равновесия	3.3.1.4 уметь самостоятельно контролировать вертикальные позы туловища и сохранение равновесия	4.3.1.4 анализировать контроль вертикальной позы туловища и сохранение равновесия
3.2 Коррекция нарушений ходьбы, координации движений рук и ног при ходьбе, равновесие	0.3.2.1 иметь представление о корригирующей ходьбе: на пятках, широким шагом, приставными шагами, с подниманием колена	1.3.2.1 знать и уметь выполнять упражнения в корригирующей ходьбе: на пятках, широким шагом, приставными шагами, с подниманием колена	2.3.1.1 понимать и объяснять упражнения в корригирующей ходьбе: на пятках, широким шагом, приставными шагами, с подниманием колена	3.3.2.1 понимать и составлять под руководством упражнения в корригирующей ходьбе: на пятках, широким шагом, приставными шагами, с	4.3.2.1 анализировать упражнения в корригирующей ходьбе: на пятках, широким шагом, приставными шагами, с подниманием колена

				поднимани ем колена	
0.3.2.2 иметь представле ние о ходьбе на следовой, массажной дорожке	1.3.2.2 знать и уметь выполнять с помощью ходьбупо следовой, массажной дорожке	2.3.2.2 уметь объяснять и выполнять самостоятел ьно ходьбупо следовой, массажной дорожке	3.3.2.2 контролир овать ходьбупо следовой, массажной дорожке	4.3.2.2 анализиров ать элементы ходьбупо следовой, массажной дорожке	
0.3.2.3 иметь представле ние об упражнени ях у вертикаль ной опоры, у зеркал	1.3.2.3 знать и выполнять упражнения у вертикальн ой опоры, у зеркал	2.3.2.3 осознавать и уметь объяснять упражнени я у вертикальн ой опоры, у зеркал	3.3.2.3 выполнять под контролем упражнени я у вертикаль ной опоры, у зеркал	4.3.2.3 анализиров ать элемент ы упражнени й у вертикальн ой опоры, у зеркал	
0.3.2.4 иметь представле ние о выпрямлен ии и равновеси и, обеспечив ающем правильны й контроль головы в пространст ве и по отношени ю к туловищу	1.3.2.4 знать возможные трудности, возникающ ие при выпрямлени и и равновесии, обеспечива ющем правильный контроль головы в пространств е и по отношению к туловищу	2.3.2.4 закрепить навыки и умения преодолени я трудностей выпрямлени я и равновесия, обеспечива ющего правильный контроль головы в пространств е и по отношению к туловищу	3.3.2.4 совершенс твовать навыки и умения преодолен ия трудности при выпрямлен ии и равновеси и, обеспечив ающем правильны й контроль головы в пространст ве и по отношени ю к	4.3.2.4 анализиров ать трудности при выпрямлен ии и равновесии, обеспечива ющем правильны й контроль головы в пространст ве и по отношению к туловищу	

				туловищу	
3.3 Коррекция нарушений осанки, укрепление и развитие мышц спины и брюшного пресса, костного скелета	0.3.3.1 иметь представление о движениях для вытяжения позвоночника, укрепления мышц спины и живота	1.3.3.1 знать и уметь выполнять движения для вытяжения позвоночника, для укрепления мышц спины и живота	2.3.3.1 осознавать и уметь объяснять движения для вытяжения позвоночника, для укрепления мышц спины и живота	3.3.3.1 понимать и выполнять под контролем движения для вытяжения позвоночник, для укрепления мышц спины и живота	4.3.3.1 анализировать техники движений для вытяжения позвоночника, для укрепления мышц спины и живота
	0.3.3.2 иметь представление о движениях для коррекции осанки при круглой спине, сутуловатости и крыловидных лопатках из положения сидя, на спине, на животе, во время ходьбы	1.3.3.2 знать и выполнять движения для коррекции осанки при круглой спине, сутуловатости и крыловидных лопатках из положения сидя, на спине, на животе, во время ходьбы	2.3.3.2 осознавать и уметь объяснять движения для коррекции осанки при круглой спине, сутуловатости и крыловидных лопатках из положения сидя, на спине, на животе, во время ходьбы	3.3.3.2 понимать и уметь выполнять движения под контролем для коррекции осанки при круглой спине, сутуловатости и крыловидных лопатках из положения сидя, на спине, на животе, во время ходьбы	4.3.3.2 анализировать выполнение движений для коррекции осанки при круглой спине, сутуловатости и крыловидных лопатках из положения сидя, на спине, на животе, во время ходьбы
	0.3.3.3 иметь представление	1.3.3.3 знать и выполнять	2.3.3.3 осознавать и уметь	3.3.3.3 понимать выполнени	4.3.3.3 составлять с помощью

	ние о движениях стоя у стены, с предметам и и утяжелителями	движения, стоя у стены, с предметами и утяжелителями	объяснять движения стоя у стены, с предметами и утяжелителями	едвижений под контролем стоя у стены, с предметам и и утяжелителями	и анализировать комплексы упражнени й стоя у стены, с предметами и утяжелителями
	0.3.3.4 иметь представление о движениях для выработки равновесия с помощью, с опорой, без опоры	1.3.3.4 знать и уметь выполнять движения для выработки равновесия с помощью, с опорой, без опоры	2.3.3.4 осознавать и уметь объяснять движения для выработки равновесия с помощью, с опорой, без опоры	3.3.3.4 понимать и выполнять под контролем движения для выработки равновесия с помощью, с опорой, без опоры	4.3.3.4 составлять комплексы с помощью и анализировать упражнения для выработки равновесия с помощью, с опорой, без опоры
	0.3.3.5 иметь представление о движениях для коррекции мелкой моторики и манипулятивной функции рук	1.3.3.5 знать и уметь выполнять движения для коррекции мелкой моторики и манипулятивной функции рук	2.3.3.5 осознавать и уметь объяснять движения для коррекция мелкой моторики и манипулятивной функции рук	3.3.3.5 понимать и выполнять движения для коррекция мелкой моторики и манипулятивной функции рук	4.3.3.5 демонстрировать движения для коррекции мелкой моторики и манипулятивной функции рук
3.4 Коррекция нарушенн ых	0.3.4.1 иметь представление о	1.3.4.1 знать и выполнять простые	2.3.4.1 осознавать и уметь выполнять	3.3.4.1 понимать и демонстри	4.3.4.1 анализировать комплексы

функций в верхних и нижних конечностях	совместном включении в работу обеих рук при выполнении простых движений с предметом по подражанию и образцу	движения с предметом по образцу и словесной инструкции	простые движения с предметом по образцу и словесной инструкции	ровать комплексы простых движений с предметом по образцу и словесной инструкции	простых движений с предметом по образцу и словесной инструкции
	0.3.4.2 иметь представление о выполнении и целенаправленного движения руки	1.3.4.2 знать и выполнять целенаправленное движение рукой	2.3.4.2. осознавать и уметь выполнять целенаправленное движение рукой	3.3.4.2 понимать и уметь использовать целенаправленное движение рукой	4.3.4.2 демонстрировать целенаправленное движение рукой
	0.3.4.3 иметь представление о нормализации мышечного тонуса нарушенных функций конечностей для выполнения движений	1.3.4.3 знать и уметь выработать образцы движений, способствующие нормализации мышечного тонуса нарушенных функций конечностей	2.3.3.3 осознавать и уметь выполнять образцы движений, способствующие нормализации мышечного тонуса нарушенных функций конечностей	3.3.4.3 понимать и демонстрировать упражнения для увеличения подвижности в суставах пораженных конечностей	4.3.4.3 демонстрировать и анализировать упражнения для увеличения подвижности в суставах пораженных конечностей
	0.3.4.4 иметь представление о движениях	1.3.4.4 знать и уметь выполнить движения для	2.3.4.4 осознавать и уметь выполнять движения	3.3.4.4 понимать и демонстрировать образцы	4.3.4.4 демонстрировать и анализировать образцы

	для увеличения подвижности в суставах пораженных конечностей	увеличения подвижности в суставах пораженных конечностей	для увеличения подвижности в суставах пораженных конечностей	движений, способствующих нормализации мышечного тонуса нарушенных функций конечностей	движений, способствующих нормализации мышечного тонуса нарушенных функций конечностей
	0.3.4.5 иметь представление об укреплении мускулатуры ног и свода стопы с гимнастической палкой и ребристыми и поверхностями	1.3.4.5 знать способы укрепления мускулатуры ног и свода стопы с гимнастической палкой и ребристыми поверхностями.	2.3.4.5 осознавать и выполнять образцы движений для укрепления мускулатуры ног и свода стопы с гимнастической палкой и ребристыми поверхностями	3.3.4.5 понимать и выполнять упражнения для укрепления мускулатуры ног и свода стопы с гимнастической палкой и ребристыми и поверхностями	4.3.4.5 демонстрировать упражнения для укрепления мускулатуры ног и свода стопы с гимнастической палкой и ребристыми и поверхностями
3.5 Нормализация дыхания	0.3.5.1 иметь представление о звуковой гимнастике с произношением шипящих, свистящих	1.3.5.1 знать элементы звуковой гимнастики с произношением шипящих, свистящих	2.3.5.1 знать и осознавать важность звуковой гимнастики с произношением шипящих, свистящих	3.3.5.1 понимать и уметь выполнять звуковую гимнастику с произношением шипящих, свистящих	4.3.5.1 демонстрировать элементы звуковой гимнастики с произношением шипящих, свистящих
	0.3.5.2 иметь	1.3.5.2 знать способы	2.3.5.2 осознавать	3.3.5.2 понимать и	4.3.5.2 демонстрир

	представление укрепления мышц диафрагмы для обучения правильному дыханию	укрепления мышц диафрагмы для обучения правильному дыханию	и выполнять упражнения для укрепления мышц диафрагмы для обучения правильному дыханию	выполнять упражнения для укрепления мышц диафрагмы для обучения правильному дыханию	овать упражнения для укрепления мышц диафрагмы для обучения правильному дыханию
	0.3.5.3 знать способы управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях	1.3.5.3 знать способы управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях	2.3.5.3 осознавать, уметь применять способы управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях	3.3.5.3 понимать и выполнять способы управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях	4.3.5.3 демонстрировать способы управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях
	0.3.4.4 знать разные методики для восстановления дыхания при физических нагрузках	1.3.4.4 знать и уметь выбрать методику для восстановления дыхания при физических нагрузках	2.3.4.4 осознавать, уметь применять разные методики для восстановления дыхания при физических нагрузках	3.3.4.4 понимать и выполнять разные методики для восстановления дыхания при физических нагрузках	4.3.4.4 демонстрировать разные методики для восстановления дыхания при физических нагрузках
3.6 Ориентировка в пространстве и на плоскости	0.3.6.1 контролировать осанку при ходьбе ориентировать	1.3.6.1 знать и уметь ориентироваться в пространстве, показать	2.3.6.1 осознавать, уметь ориентироваться в пространстве	3.3.6.1 понимать и выполнять ориентацию в	4.3.6.1 понимать и уметь реализовать будущую траекторию

	ваться в пространстве на уровне представлений, уметь показать направления вперед, назад	направления: вперед, назад, вверх, вниз; отличать части тела у себя	е и на плоскости, показать направления, различать части тела у другого	пространстве и на плоскости и называть месторасположение объектов	движения: вперед-назад, вниз - вверх, направо - налево, в сторону, прямо - по диагонали
3.7 Элементы психогимнастики, снятие утомления, релаксация	0.3.7.1 знать и определять чувства радости и грусти, по мимике	1.3.7.1 уметь распознавать чувства других людей	2.3.7.1 осознавать, уметь распознавать чувства других людей	3.3.7.1 знать, понимать и имитировать чувства радости и грусти, отвращения, удовольствия, счастья, страха	4.3.7.1 знать, понимать и эмоционально реагировать на разные ситуации
	0.3.7.2 уметь расслабляться под команды учителя выполнять задания на запрещенную позу (мимическую)	1.3.7.2 знать и уметь расслабляться под команды учителя выполнять задания на запрещенную позу (мимическую и общую)	2.3.7.2 осознавать и уметь расслабляться с помощью элементов аутотренинга	3.3.7.2 знать элементы аутотренинга, выполнять расслабление под формулы релаксации	4.3.7.2 оценивать свою деятельность и качество выполнения заданий другими обучающимися, подводить итог занятия, адекватно воспринимать замечания и критику



4) раздел «Нетрадиционные виды оздоровления»  
таблица 4

Подразделы	Цели обучения				
	0 класс	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
4.1 Нетрадиционные формы уроков с индивидуальным подходом в зависимости от формы поражения опорно-двигательного аппарата	0.4.1.1 иметь представление о специально подобранных нетрадиционных видах двигательной активности для профилактики и коррекции собственных нарушений	1.4.1.1 знать разные нетрадиционные специально подобранные виды двигательной активности для профилактики и коррекции собственных нарушений	2.4.1.1 осознавать и уметь выполнять под руководством один из видов нетрадиционной двигательной активности для профилактики и коррекции собственных нарушений	3.4.1.1 понимать и выполнять самостоятельно один из видов нетрадиционной двигательной активности для профилактики и коррекции собственных нарушений	4.4.1.1 понимать и уметь реализовать нетрадиционные специально подобранные средства для профилактики и коррекции собственных нарушений
	0.4.1.2 иметь представление о видах дыхательной гимнастики, гимнастике для глаз	1.4.1.2 знать элементы выполнения дыхательной гимнастики, гимнастике для глаз	2.4.1.2 осознавать и уметь выполнять под руководством элементы дыхательной гимнастики, гимнастике для глаз	3.4.1.2 понимать и выполнять самостоятельно элементы дыхательной гимнастики, гимнастике для глаз	4.4.1.2 понимать и демонстрировать элементы дыхательной гимнастики, гимнастике для глаз
	0.4.1.3 иметь представление	1.4.1.3 знать точный	2.4.1.3 осознавать и уметь	3.4.1.3 понимать и выполнять	4.4.1.3 понимать и демонстрир

	ние о точечном массаже биологически активных точек для профилактики простудных заболеваний, самомассаже	массаж биологически активный точек для профилактики простудных заболеваний, самомассаж	выполнять под руководством точечный массаж, биологически активный точек для профилактики простудных заболеваний, самомасса	самостоятельно точечный массаж, самомассаж биологически активный точек для профилактики простудных заболеваний, самомассаж	овать точечный массаж биологически активный точек для профилактики простудных заболеваний, самомасса
0.4.1.4	иметь представление об упражнениях с фитболами и другими предметами	1.4.1.4 знать упражнения с фитболами и другими предметами	2.4.1.4 осознавать и уметь выполнять под руководством упражнения с фитболами и другими предметами	3.4.1.4 понимать и выполнять самостоятельно упражнения с фитболами и другими предметами	4.4.1.4 понимать и демонстрировать упражнения с фитболами и другими предметами
0.4.1.5	иметь представление об упражнениях на специальном терапевтическом оборудовании	1.4.1.5 знать упражнения на специальном терапевтическом оборудовании	2.4.1.5 осознавать и уметь выполнять под руководством упражнения на специальном терапевтическом	3.4.1.5 понимать и выполнять самостоятельно упражнения на специальном терапевтическом оборудовании	4.4.1.5 понимать и демонстрировать упражнения на специальном терапевтическом оборудовании

			оборудован ии		
4.2 Использова ние, применени е, создание правил и структурны х приемов в ряде физических упражнений	0.4.2.1 иметь представле ние знаний по использова нию простых правил при выполнени и физически х упражнени й	1.4.2.1 знать простые правила при выполнении физических упражнений с умением использован ия дозированн ых нагрузок	2.4.2.1 обсуждать и закрепить навыки и умения по выполнени ю структурны х приемов физических и коррекцион ных упражнени й	3.4.2.1 понимать и совершенст вовать навыки и умения по выполнени ю структурны х приемов физических и коррекцион ных упражнений	4.4.2.1 уметь применять правила и структурны е приемы при выполнении различных физических упражнений с учетом физических особенносте й
4.3 Подвижны е игры и элементы спортивны х упражнени й коррекцион ного характера	0.4.3.1 определять физические изменения в самочувств ии во время подвижных игр и во время выполнени я элементов спортивны х упражнени й коррекцио нного характера	1.4.3.1 запоминать и описывать самочувств ие во время подвижных игр и во время выполнени я элементов спортивны х упражнени й коррекцио нного характера	2.4.3.1 определят ь самочувст вие, связанные со здоровьем, которые возникают во время подвижны х игр и во время выполнени я элементов спортивны х упражнени й коррекцио нного характера	3.4.3.1 понимать и начинать описывать возникающ ие чувства во время подвижных игр и спортивных упражнений коррекцион ного характера	4.4.3.1 задавать вопросы о самочувств ии во время подвижных игр и спортивны х упражнени й коррекцион ного характера анализиров ать их в отношении состояния здоровья и самочувств ия

31. Программа реализуется на основе Долгосрочного плана к Типовой учебной программе по учебному предмету «Лечебная физическая культура» для обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата 0-4 классов уровня начального образования по обновленному содержанию согласно приложению к настоящей Программе. В долгосрочном плане обозначен объем учебных целей реализуемых в каждом разделе.

32. Распределение часов на изучение раздела и тем предоставляется на усмотрение учителя.

Приложение  
к Типовой учебной программе  
по предмету «Лечебная физическая  
культура» для 0-4 классов уровня  
начального образования по  
обновленному содержанию

Долгосрочный план по реализации Типовой учебной программы по предмету  
«Лечебная физическая культура» для обучающихся с нарушением опорно-двигательного  
аппарата 0-4 классов уровня начального образования по обновленному содержанию

1) 0 класс:  
таблица 1

Сквозные темы	Подразделы	Цели обучения
1 четверть		
Всё обо мне	1.1 Правила поведения и техника безопасности на уроках лечебной физической культуры	0.1.1.1 знать правила поведения и технику безопасности на уроках ЛФК
	1.5 Понимание контроля за физическими изменениями в организме, влияния различных физических нагрузок на дыхание, частоту сердечных сокращений, температуру тела	0.1.5.1 иметь понятие о физических изменениях в организме во время выполнения физических упражнений; 0.4.2.1 иметь представление знаний по использованию простых правил при выполнении физических упражнений
	3.5 Нормализация дыхания	0.3.5.1 иметь представление о звуковой гимнастике с произношением шипящих, свистящих; 0.3.5.2 иметь представление укрепления мышц диафрагмы для обучения правильному дыханию
	2.2 Развитие основных двигательных навыков	0.2.2.1 уметь выполнять по показу основные двигательные навыки и умения; 0.4.3.1 определять физические изменения в самочувствии во время подвижных игр и во время выполнения элементов спортивных упражнений коррекционного характера; 0.2.2.2 знать свои умения и недостатки по двигательным навыкам
	3.2 Коррекция нарушений ходьбы, координации движений рук и ног при ходьбе, равновесие	0.3.2.4 иметь представление о выпрямлении и равновесии, обеспечивающем правильный контроль головы в пространстве и по отношению к туловищу
	3.1 Развитие выпрямления	0.3.1.1 иметь представление как приподнимать

	и равновесия	голову, поворачивать ее в стороны, удерживать; 0.3.1.2 иметь представление как выполнять повороты со спины на бок и со спины на живот с подъемом головы; 0.3.1.3 иметь представление как удерживать позу, опираясь на раскрытые кисти и колени с разогнутым положением головы при ползании и лазании
	1.3 Понимание важности и необходимости разминки для здоровья и здорового образа жизни	0.1.3.1 знать важность и необходимость разминки для здоровья и здорового образа жизни; 0.4.2.1 иметь представление знаний по использованию простых правил при выполнении физических упражнений
Моя школа	2.3 Создание структурных приемов в ряде физических упражнений, выполняемых с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном темпе	0.2.3.1 иметь представление о различиях групп мышц тела по ощущениям; 0.2.3.2 иметь представление о специально разработанных движениях для рук, ног, туловища, шеи и других частей тела, которые могут выполняться с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном ритме и темпе
	3.1 Развитие выпрямления и равновесия	0.3.1.4 иметь представление как о контроле вертикальной позы туловища и сохранение равновесия
	3.3 Коррекция нарушений осанки, укрепление и развитие мышц спины и брюшного пресса, костного скелета	0.3.3.4 иметь представление о движениях для выработки равновесия с помощью, с опорой, без опоры; 0.3.3.5 иметь представление о движениях для коррекция мелкой моторики и манипулятивной функции рук
	3.4 Коррекция нарушенных функций в верхних и нижних конечностях	0.3.4.1 иметь представление о совместном включении в работу обеих рук при выполнении простых движений с предметом по подражанию и образцу; 0.3.4.2 иметь представление о выполнении целенаправленного движения руки; 0.4.3.1 определять физические изменения в самочувствии во время подвижных игр и во время выполнения элементов спортивных упражнений коррекционного характера; 0.3.4.3 иметь представление о нормализации мышечного тонуса нарушенных функций конечностей для выполнения движений
	3.5 Нормализация дыхания	0.3.5.1 иметь представление о звуковой гимнастике с произношением шипящих, свистящих; 0.3.5.2.иметь представление укрепления мышц диафрагмы для обучения правильному

		дыханию
	3.6 Ориентировка в пространстве и на плоскости	0.3.6.1 контролировать осанку при ходьбе ориентироваться в пространстве на уровне представлений, уметь показать направления вперед, назад
	2.4. Понимание трудностей и рисков на различных этапах обучения для улучшения двигательных способностей	0.2.4.1 знать возможные трудности, возникающие при выполнении простых и измененных физических упражнений
2 четверть		
Моя семья и друзья	3.4 Коррекция нарушенных функций в верхних и нижних конечностях	0.3.4.4 иметь представление о движениях для увеличения подвижности в суставах пораженных конечностей; 0.3.4.5 иметь представление об укреплении мускулатуры ног и свода стопы с гимнастической палкой и ребристыми поверхностями
	3.5 Нормализация дыхания	0.3.5.3 знать способы управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях; 0.3.4.4 знать разные методики для восстановления дыхания при физических нагрузках
	2.2 Развитие основных двигательных навыков	0.2.2.1 уметь выполнять по показу основные двигательные навыки и умения; 0.2.2.2 знать свои умения и недостатки по двигательным навыкам
	3.2 Коррекция нарушений ходьбы, координации движений рук и ног при ходьбе, равновесие	0.3.2.1 иметь представление о корригирующей ходьбе: на пятках, широким шагом, приставными шагами, с подниманием колена; 0.3.2.2 иметь представление о ходьбе на следовой, массажной дорожке; 0.3.2.3 иметь представление об упражнениях у вертикальной опоры, у зеркал
	3.3 Коррекция нарушений осанки, укрепление и развитие мышц спины и брюшного пресса, костного скелета	0.3.3.1 иметь представление как о движениях для вытяжения позвоночника, укрепления мышц спины и живота; 0.3.3.2 иметь представление как о движениях для коррекции осанки при круглой спине, сутуловатости и крыловидных лопатках из положения сидя, на спине, на животе, во время ходьбы; 0.3.3.3 иметь представление о движениях стоя у стены, с предметами и утяжелителями
	3.6 Ориентировка в пространстве и на плоскости	0.3.6.1 контролировать осанку при ходьбе ориентироваться в пространстве на уровне представлений, уметь показать направления вперед, назад
Мир вокруг	1.1 Правила поведения и	0.1.1.1 знать правила поведения и технику

нас	техника безопасности на уроках лечебной физической культуры	безопасности на уроках ЛФК
	3.7 Элементы психогимнастики, снятие утомления, релаксация	0.3.7.1 знать и определять чувства радости и грусти, по мимике; 0.3.7.2 уметь расслабляться под команды учителя выполнять задания на запрещенную позу (мимическую)
	4.1 Нетрадиционные формы уроков с индивидуальным подходом в зависимости от формы поражения опорно-двигательного аппарата	0.4.1.2 иметь представление о видах дыхательной гимнастики, гимнастике для глаз; 0.4.1.3 иметь представление о точечном массаже биологически активных точек для профилактики простудных заболеваний, самомассаже
	2.5 Умение анализировать и оценивать действия, динамику, связи и пространство для улучшения деятельности	0.2.5.1 знать ряд простых действий в разных пространствах
	1.5 Понимание контроля за физическими изменениями в организме, влияния различных физических нагрузок на дыхание, частоту сердечных сокращений, температуру тела	0.1.5.1 иметь понятие о физических изменениях в организме во время выполнения физических упражнений
	1.6 Решения, которые способствуют и поддерживают физическое, психическое и эмоциональное здоровье	0.1.6.1 понимать оздоровительную пользу физического упражнения, здоровья и самочувствия; 0.1.6.2 знать важность упражнений на расслабление и укрепление нервной системы
	1.5 Понимание контроля за физическими изменениями в организме, влияния различных физических нагрузок на дыхание, частоту сердечных сокращений, температуру тела	0.1.5.1 иметь понятие о физических изменениях в организме во время выполнения физических упражнений; 0.4.2.1 иметь представление знаний по использованию простых правил при выполнении физических упражнений
	1.4 Стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательной патологии	0.1.4.1 понимать двигательные стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательных возможностей
3 четверть		
Путешествие	2.3 Создание структурных приемов в ряде физических	0.2.3.1 иметь представление о различиях групп мышц тела по ощущениям;



	упражнений, выполняемых с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном темпе	0.2.3.2 иметь представление о специально разработанных движениях для рук, ног, туловища, шеи и других частей тела, которые могут выполняться с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном ритме и темпе
	2.4. Понимание трудностей и рисков на различных этапах обучения для улучшения двигательных способностей	0.2.4.1 знать возможные трудности, возникающие при выполнении простых и измененных физических упражнений
	2.1 Адаптация приобретенных знаний, связанных с движением с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся	0.2.1.1 понимать оздоровительную деятельность с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся; 0.2.1.2 знать о роли оздоровительных занятий в режиме дня: комплексов утренней гигиенической гимнастики, физкультминутки
	2.5 Умение анализировать и оценивать действия, динамику, связи и пространство для улучшения деятельности	0.2.5.1 знать ряд простых действий в разных пространствах
	1.4 Стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательной патологии	0.1.4.1 понимать двигательные стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательных возможностей
	1.2 Личная гигиена, формирование знаний о личном здоровье для здорового образа жизни	0.1.2.1 знать важность физической деятельности, учить общим понятиям о личной гигиене и здоровье
Традиции и фольклор	3.1 Развитие выпрямления и равновесия	0.3.1.1 иметь представление как приподнимать голову, поворачивать ее в стороны, удерживать; 0.3.1.2 иметь представление как выполнять повороты со спины на бок и со спины на живот с подъемом головы; 0.3.1.3 иметь представление как удерживать позу, опираясь на раскрытые кисти и колени с разогнутым положением головы при ползании и лазании
	3.3 Коррекция нарушений осанки, укрепление и развитие мышц спины и брюшного пресса, костного скелета	0.3.3.1 иметь представление как о движениях для вытяжения позвоночника, укрепления мышц спины и живота; 0.3.3.2 иметь представление как о движениях для коррекции осанки при круглой спине, сутуловатости и крыловидных лопатках из положения сидя, на спине, на животе, во

		время ходьбы; 0.3.3.3 иметь представление о движениях стоя у стены, с предметами и утяжелителями
	3.3 Коррекция нарушений осанки, укрепление и развитие мышц спины и брюшного пресса, костного скелета	0.3.3.4 иметь представление о движениях для выработки равновесия с помощью, с опорой, без опоры; 0.3.3.5 иметь представление о движениях для коррекции мелкой моторики и манипулятивной функции рук
	4.1 Нетрадиционные формы уроков с индивидуальным подходом в зависимости от формы поражения опорно-двигательного аппарата	0.4.1.1 иметь представление о специально подобранных нетрадиционные видах двигательной активности для профилактики и коррекции собственных нарушений; 0.4.1.4 иметь представление об упражнениях с фитболами и другими предметами; 0.4.1.5 иметь представление об упражнениях на специальном терапевтическом оборудовании
	3.4 Коррекция нарушенных функций в верхних и нижних конечностях	0.3.4.1 иметь представление о совместном включении в работу обеих рук при выполнении простых движений с предметом по подражанию и образцу; 0.3.4.2 иметь представление о выполнении целенаправленного движения руки; 0.3.4.3 иметь представление о нормализации мышечного тонуса нарушенных функций конечностей для выполнения движений
	1.6 Решения, которые способствуют и поддерживают физическое, психическое и эмоциональное здоровье	0.1.6.1 понимать оздоровительную пользу физического упражнения, здоровья и самочувствия; 0.1.6.2 знать важность упражнений на расслабление и укрепление нервной системы
	1.3 Понимание важности и необходимости разминки для здоровья и здорового образа жизни	0.1.3.1 знать важность и необходимость разминки для здоровья и здорового образа жизни
4 четверть		
Еда и напитки	1.2 Личная гигиена, формирование знаний о личном здоровье для здорового образа жизни	0.1.2.1 знать важность физической деятельности, учить общим понятиям о личной гигиене и здоровье
	2.1 Адаптация приобретенных знаний, связанных с движением с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся	0.2.1.1 понимать оздоровительную деятельность с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся; 0.2.1.2 знать о роли оздоровительных занятий в режиме дня: комплексов утренней гигиенической гимнастики, физкультминутки
	3.1 Развитие выпрямления	0.3.1.4 иметь представление как о контроле

	и равновесия	вертикальной позы туловища и сохранение равновесия
	3.2 Коррекция нарушений ходьбы, координации движений рук и ног при ходьбе, равновесие	0.3.2.4 иметь представление о выпрямлении и равновесии, обеспечивающем правильный контроль головы в пространстве и по отношению к туловищу
	3.7 Элементы психогимнастики, снятие утомления, релаксация	0.3.7.1 знать и определять чувства радости и грусти, по мимике; 0.3.7.2 уметь расслабляться под команды учителя выполнять задания на запрещенную позу (мимическую)
	4.1 Нетрадиционные формы уроков с индивидуальным подходом в зависимости от формы поражения опорно-двигательного аппарата	0.4.1.2 иметь представление о видах дыхательной гимнастики, гимнастике для глаз; 0.4.1.3 иметь представление о точечном массаже биологически активных точек для профилактики простудных заболеваний, самомассаже
В здоровом теле – здоровый дух!	2.2 Развитие основных двигательных навыков	0.2.2.1 уметь выполнять по показу основные двигательные навыки и умения; 0.2.2.2 знать свои умения и недостатки по двигательным навыкам
	4.1 Нетрадиционные формы уроков с индивидуальным подходом в зависимости от формы поражения опорно-двигательного аппарата	0.4.1.1 иметь представление о специально подобранных нетрадиционные видах двигательной активности для профилактики и коррекции собственных нарушений; 0.4.1.4 иметь представление об упражнениях с фитболами и другими предметами; 0.4.1.5 иметь представление об упражнениях на специальном терапевтическом оборудовании
	3.2 Коррекция нарушений ходьбы, координации движений рук и ног при ходьбе, равновесие	0.3.2.1 иметь представление о корригирующей ходьбе: на пятках, широким шагом, приставными шагами, с подниманием колена; 0.3.2.2 иметь представление о ходьбе на следовой, массажной дорожке; 0.3.2.3 иметь представление об упражнениях у вертикальной опоры, у зеркал
	3.4 Коррекция нарушенных функций в верхних и нижних конечностях	0.3.4.4 иметь представление о движениях для увеличения подвижности в суставах пораженных конечностей; 0.3.4.5 иметь представление об укреплении мускулатуры ног и свода стопы с гимнастической палкой и ребристыми поверхностями.
	3.5 Нормализация дыхания	0.3.5.3 знать способы управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях; 0.3.4.4 знать разные методики для восстановления дыхания при физических

	нагрузках
--	-----------

2) 1 класс:  
таблица 2

Сквозные темы	Подразделы	Цели обучения
1 четверть		
Всё обо мне	1.1 Правила поведения и техника безопасности на уроках лечебной физической культуры	1.1.1.1 соблюдать правила поведения и технику безопасности на уроках ЛФК
	1.5 Понимание контроля за физическими изменениями в организме, влияния различных физических нагрузок на дыхание, частоту сердечных сокращений, температуру тела	1.1.5.1 определять физические изменения в организме во время выполнения физических упражнений; 1.4.2.1 знать простые правила при выполнении физических упражнений с умением использования дозированных нагрузок
	2.2 Развитие основных двигательных навыков	1.2.2.1 выполнять самостоятельно основные двигательные навыки при выполнении основных физических упражнений; 1.2.2.2 понимать и уметь описать свои умения и недостатки по двигательным навыкам
	3.5 Нормализация дыхания	1.3.5.1 знать элементы звуковой гимнастики с произношением шипящих, свистящих 1.3.5.2 знать способы укрепления мышц диафрагмы для обучения правильному дыханию
	3.2 Коррекция нарушений ходьбы, координации движений рук и ног при ходьбе, равновесие	1.3.2.4 знать возможные трудности, возникающие при выпрямлении и равновесии, обеспечивающем правильный контроль головы в пространстве и по отношению к туловищу
	3.1 Развитие выпрямления и равновесия	1.3.1.1 знать элементы техники при приподнятии головы, поворотов ее в стороны, удерживании; 1.3.1.2 знать и выполнять с помощью повороты со спины на бок и со спины на живот с по знать как удерживать позу, опираясь на раскрытые кисти и колени с разогнутым положением головы при ползании и лазании подъемом головы; 1.3.1.3 знать как удерживать позу, опираясь на раскрытые кисти и колени с разогнутым положением головы при ползании и лазании
	1.3 Понимание важности и	1.4.3.1 запоминать и описывать

	необходимости разминки для здоровья и здорового образа жизни	самочувствие во время подвижных игр и во время выполнения элементов спортивных упражнений коррекционного характера; 1.1.3.1 понимать важность необходимости разминки для здоровья и здорового образа жизни
Моя школа	2.3 Создание структурных приемов в ряде физических упражнений, выполняемых с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном темпе	1.2.3.1 знать и уметь различать группы мышц тела по ощущениям; 1.2.3.2 знать специально разработанные движения для рук, ног, туловища, шеи и других частей тела, которые могут выполняться с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном ритме и темпе
	3.1 Развитие выпрямления и равновесия	1.3.1.4 знать и уметь контролировать позу туловища для сохранения равновесия
	3.3 Коррекция нарушений осанки, укрепление и развитие мышц спины и брюшного пресса, костного скелета	1.3.3.4 знать и уметь выполнять движения для выработки равновесия с помощью, с опорой, без опоры; 1.3.3.5 знать и уметь выполнять движения для коррекции мелкой моторики и манипулятивной функции рук
	3.4 Коррекция нарушенных функций в верхних и нижних конечностях	1.3.4.1 знать и выполнять простые движения с предметом по образцу и словесной инструкции; 1.3.4.2 знать и выполнять целенаправленное движение рукой; 1.3.4.3 знать и уметь выработать образцы движений, способствующие нормализации мышечного тонуса нарушенных функций конечностей
	3.5 Нормализация дыхания	1.3.5.1 знать элементы звуковой гимнастики с произношением шипящих, свистящих; 1.3.5.2 знать способы укрепления мышц диафрагмы для обучения правильному дыханию
	3.6 Ориентировка в пространстве и на плоскости	1.3.6.1 знать и уметь ориентироваться в пространстве, показать направления: вперед, назад, вверх, вниз; отличать части тела у себя
	2.4. Понимание трудностей и рисков на различных этапах обучения для улучшения двигательных способностей	1.2.4.1 знать и понимать возможные трудности, возникающие при выполнении простых и измененных физических упражнений; 1.4.2.1 знать простые правила при выполнении физических упражнений с умением использования дозированных нагрузок
	2 четверть	
Моя семья	3.4 Коррекция нарушенных	1.3.4.4 знать и уметь выполнить движения

и друзья	функций в верхних и нижних конечностях	для увеличения подвижности в суставах пораженных конечностей; 1.3.4.5 знать способы укрепления мускулатуры ног и свода стопы с гимнастической палкой и ребристыми поверхностями
	3.5 Нормализация дыхания	1.3.5.3 знать способы управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях; 1.3.4.4 знать и уметь выбрать методику для восстановления дыхания при физических нагрузках
	2.2 Развитие основных двигательных навыков	1.2.2.1 выполнять самостоятельно основные двигательные навыки при выполнении основных физических упражнений; 1.2.2.2 понимать и уметь описать свои умения и недостатки по двигательным навыкам
	3.2 Коррекция нарушений ходьбы, координации движений рук и ног при ходьбе, равновесие	1.3.2.1 знать и уметь выполнять упражнения в корригирующей ходьбе: на пятках, широким шагом, приставными шагами, с подниманием колена; 1.3.2.2 знать и уметь выполнять с помощью ходьбу по следовой, массажной дорожке; 1.3.2.3 знать и выполнять упражнения у вертикальной опоры, у зеркал
	3.3 Коррекция нарушений осанки, укрепление и развитие мышц спины и брюшного пресса, костного скелета	1.3.3.1 знать и уметь выполнять движения для вытяжения позвоночника, для укрепления мышц спины и живота; 1.3.3.2 знать и выполнять движения для коррекции осанки при круглой спине, сутуловатости и крыловидных лопатках из положения сидя, на спине, на животе, во время ходьбы; 1.3.3.3 знать и выполнять движения, стоя у стены, с предметами и утяжелителями
	3.6 Ориентировка в пространстве и на плоскости	1.3.6.1 знать и уметь ориентироваться в пространстве, показать направления: вперед, назад, вверх, вниз; отличать части тела у себя
Мир вокруг нас	1.1 Правила поведения и техника безопасности на уроках лечебной физической культуры	1.1.1.1 соблюдать правила поведения и технику безопасности на уроках ЛФК
	1.5 Понимание контроля за физическими изменениями в организме, влияния различных физических нагрузок на дыхание, частоту сердечных сокращений,	1.1.5.1 определять физические изменения в организме во время выполнения физических упражнений; 1.4.2.1 знать простые правила при выполнении физических упражнений с умением использования дозированных

	температуру тела	нагрузок
	3.7 Элементы психогимнастики, снятие утомления, релаксация	1.3.7.1 уметь распознавать чувства других людей; 1.3.7.2 знать и уметь расслабляться под команды учителя выполнять задания на запрещенную позу (мимическую и общую); 1.4.3.1 запоминать и описывать самочувствие во время подвижных игр и во время выполнения элементов спортивных упражнений коррекционного характера
	4.1 Нетрадиционные формы уроков с индивидуальным подходом в зависимости от формы поражения опорно-двигательного аппарата	1.4.1.2 знать элементы выполнения дыхательной гимнастики, гимнастике для глаз; 1.4.1.3 знать точечный массаж биологически активный точек для профилактики простудных заболеваний, самомассаж
	2.5 Умение анализировать и оценивать действия, динамику, связи и пространство для улучшения деятельности	1.2.5.1 знать и уметь выполнять ряд простых действий в разных пространствах
	1.6 Решения, которые способствуют и поддерживают физическое, психическое и эмоциональное здоровье	1.1.6.1 осознавать важность физической деятельности, принимая участие в ней поддержания хорошего состояния здоровья и самочувствия; 1.1.6.2 осознавать важность упражнений на расслабление и укрепление нервной системы
	1.4 Стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательной патологии	1.1.4.1 знать возможные трудности, возникающие при стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательных возможностей
3 четверть		
Путешествие	2.3 Создание структурных приемов в ряде физических упражнений, выполняемых с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном темпе	1.2.3.1 знать и уметь различать группы мышц тела по ощущениям; 1.2.3.2 знать специально разработанные движения для рук, ног, туловища, шеи и других частей тела, которые могут выполняться с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном ритме и темпе
	2.4. Понимание трудностей и рисков на различных этапах обучения для улучшения двигательных способностей	1.2.4.1 знать и понимать возможные трудности, возникающие при выполнении простых и измененных физических упражнений
	2.1 Адаптация приобретенных знаний,	1.2.1.1 знать и понимать двигательные идеи, стратегии и планы во время участия в

	связанных с движением с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся	оздоровительной деятельности с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся; 1.2.1.2 понимать оздоровительную роль занятий утренней гигиенической, музыкальной гимнастикой, закаливание
	2.5 Умение анализировать и оценивать действия, динамику, связи и пространство для улучшения деятельности	1.2.5.1 знать и уметь выполнять ряд простых действий в разных пространствах
	1.4 Стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательной патологии	1.1.4.1 знать возможные трудности, возникающие при стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательных возможностей
	1.2 Личная гигиена, формирование знаний о личном здоровье для здорового образа жизни	1.1.2.1 понимать важность физической деятельности, значение личной гигиены и здоровья
Традиции и фольклор	3.1 Развитие выпрямления и равновесия	1.3.1.1 знать элементы техники при приподнимании головы, поворотов ее в стороны, удерживании; 1.3.1.2 знать и выполнять с помощью повороты со спины на бок и со спины на живот с подъемом головы; 1.3.1.3 знать как удерживать позу, опираясь на раскрытые кисти и колени с разогнутым положением головы при ползании и лазании
	3.3 Коррекция нарушений осанки, укрепление и развитие мышц спины и брюшного пресса, костного скелета	1.3.3.1 знать и уметь выполнять движения для вытяжения позвоночника, для укрепления мышц спины и живота; 1.3.3.2 знать и выполнять движения для коррекции осанки при круглой спине, сутуловатости и крыловидных лопатках из положения сидя, на спине, на животе, во время ходьбы; 1.3.3.3 знать и выполнять движения, стоя у стены, с предметами и утяжелителями
	4.1 Нетрадиционные формы уроков с индивидуальным подходом в зависимости от формы поражения опорно-двигательного аппарата	1.4.1.1 знать разные нетрадиционные специально подобранные виды двигательной активности для профилактики и коррекции собственных нарушений; 1.4.1.4 знать упражнения с фитболами и другими предметами; 1.4.1.5 знать упражнения на специальном терапевтическом оборудовании
	3.4 Коррекция нарушенных функций в верхних и нижних	1.3.4.1 знать и выполнять простые движения с предметом по образцу и



	конечностей	словесной инструкции; 1.3.4.2 знать и выполнять целенаправленное движение рукой; 1.3.4.3 знать и уметь выработать образцы движений, способствующие нормализации мышечного тонуса нарушенных функций конечностей
	1.6 Решения, которые способствуют и поддерживают физическое, психическое и эмоциональное здоровье	1.1.6.1 осознавать важность физической деятельности, принимая участие в ней поддержания хорошего состояния здоровья и самочувствия; 1.1.6.2 осознавать важность упражнений на расслабление и укрепление нервной системы
	3.3 Коррекция нарушений осанки, укрепление и развитие мышц спины и брюшного пресса, костного скелета	1.3.3.4 знать и уметь выполнять движения для выработки равновесия с помощью, с опорой, без опоры; 1.3.3.5 знать и уметь выполнять движения для коррекции мелкой моторики и манипулятивной функции рук
	1.3 Понимание важности и необходимости разминки для здоровья и здорового образа жизни	1.4.3.1 запоминать и описывать самочувствие во время подвижных игр во время выполнения элементов спортивных упражнений коррекционного характера; 1.1.3.1 понимать важность необходимости разминки для здоровья и здорового образа жизни
4 четверть		
Еда и напитки	1.2 Личная гигиена, формирование знаний о личном здоровье для здорового образа жизни	1.1.2.1 понимать важность физической деятельности, значение личной гигиены и здоровья
	2.1 Адаптация приобретенных знаний, связанных с движением с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся	1.2.1.1 знать и понимать двигательные идеи, стратегии и планы во время участия в оздоровительной деятельности с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся; 1.2.1.2 понимать оздоровительную роль занятий утренней гигиенической, музыкальной гимнастикой, закаливание
	3.1 Развитие выпрямления и равновесия	1.3.1.4 знать и уметь контролировать позу туловища для сохранения равновесия; 1.4.2.1 знать простые правила при выполнении физических упражнений с умением использования дозированных нагрузок
	3.2 Коррекция нарушений ходьбы, координации движений рук и ног при ходьбе, равновесие	1.3.2.4 знать возможные трудности, возникающие при выпрямлении и равновесии, обеспечивающем правильный контроль головы в пространстве и по

		отношению к туловищу
	3.7 Элементы психогимнастики, снятие утомления, релаксация	1.3.7.1 уметь распознавать чувства других людей; 1.3.7.2 знать и уметь расслабляться под команды учителя выполнять задания на запрещенную позу (мимическую и общую)
	4.1 Нетрадиционные формы уроков с индивидуальным подходом в зависимости от формы поражения опорно-двигательного аппарата	1.4.1.2 знать элементы выполнения дыхательной гимнастики, гимнастике для глаз; 1.4.1.3 знать точечный массаж биологически активный точек для профилактики простудных заболеваний, самомассаж
В здоровом теле – здоровый дух!	2.2 Развитие основных двигательных навыков	1.2.2.1 выполнять самостоятельно основные двигательные навыки при выполнении основных физических упражнений; 1.2.2.2 понимать и уметь описать свои умения и недостатки по двигательным навыкам
	4.1 Нетрадиционные формы уроков с индивидуальным подходом в зависимости от формы поражения опорно-двигательного аппарата	1.4.1.1 знать разные нетрадиционные специально подобранные виды двигательной активности для профилактики и коррекции собственных нарушений; 1.4.1.4 знать упражнения с фитболами и другими предметами; 1.4.1.5 знать упражнения на специальном терапевтическом оборудовании
	3.2 Коррекция нарушений ходьбы, координации движений рук и ног при ходьбе, равновесие	1.3.2.1 знать и уметь выполнять упражнения в корригирующей ходьбе: на пятках, широким шагом, приставными шагами, с подниманием колена; 1.3.2.2 знать и уметь выполнять с помощью ходьбу по следовой, массажной дорожке; 1.3.2.3 знать и выполнять упражнения у вертикальной опоры, у зеркал
	3.4 Коррекция нарушенных функций в верхних и нижних конечностях	1.3.4.4 знать и уметь выполнить движения для увеличения подвижности в суставах пораженных конечностей; 1.3.4.5 знать способы укрепления мускулатуры ног и свода стопы с гимнастической палкой и ребристыми поверхностями.
	3.5 Нормализация дыхания	1.3.5.3 знать способы управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях; 1.3.4.4 знать и уметь выбрать методику для восстановления дыхания при физических нагрузках

таблица 3

Сквозные темы	Подразделы	Цели обучения
1 четверть		
Всё обо мне	1.1 Правила поведения и техника безопасности на уроках лечебной физической культуры	2.1.1.1 понимать технику безопасности на уроках лечебной физической культуры
	1.5 Понимание контроля за физическими изменениями в организме, влияния различных физических нагрузок на дыхание, частоту сердечных сокращений, температуру тела	2.1.5.1 знать и уметь контролировать физические изменения в организме во время выполнения физических упражнений; 2.4.2.1 обсуждать и закрепить навыки и умения по выполнению структурных приемов физических и коррекционных упражнений
	3.5 Нормализация дыхания	2.3.5.1 знать и осознавать важность звуковой гимнастики с произношением шипящих, свистящих; 2.3.5.2 осознавать и выполнять упражнения для укрепления мышц диафрагмы для обучения правильному дыханию
	3.2 Коррекция нарушений ходьбы, координации движений рук и ног при ходьбе, равновесие	2.3.2.4 закрепить навыки и умения преодоления трудностей выпрямления и равновесия, обеспечивающего правильный контроль головы в пространстве и по отношению к туловищу
	3.1 Развитие выпрямления и равновесия	2.3.1.1 уметь с помощью приподнимать голову, поворачивать ее в стороны удерживая 2.3.1.2 осознавать и уметь выполнять повороты со спины на бок и со спины на живот с подъемом головы; 2.3.1.3 осознавать и уметь объяснять позу, опираясь на раскрытые кисти и колени с разогнутым положением головы при ползании и лазании
	1.3 Понимание важности и необходимости разминки для здоровья и здорового образа жизни	2.1.3.1 объяснять необходимость разминки для здоровья и здорового образа жизни
Моя семья и мои друзья	2.3 Создание структурных приемов в ряде физических упражнений, выполняемых с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном темпе	2.2.3.1 понимать и уметь объяснять различия групп мышц по ощущениям; 2.2.3.2 понимать специально разработанные движения для рук, ног, туловища, шеи и других частей тела, которые выполняются с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном ритме и

		<p>темпе;</p> <p>2.4.3.1 определять самочувствие, связанные со здоровьем, которые возникают во время подвижных игр и во время выполнения элементов спортивных упражнений коррекционного характера</p>
	3.1 Развитие выпрямления и равновесия	2.3.1.4 понимать, контролировать позу туловища для сохранения равновесия
	3.3 Коррекция нарушений осанки, укрепление и развитие мышц спины и брюшного пресса, костного скелета	<p>2.3.3.4 осознавать и уметь объяснять движения для выработки равновесия с помощью, с опорой, без опоры;</p> <p>2.3.3.5 осознавать и уметь объяснять движения для коррекция мелкой моторики и манипулятивной функции рук</p>
	3.4 Коррекция нарушенных функций в верхних и нижних конечностях	<p>2.3.4.1 осознавать и уметь выполнять простые движения с предметом по образцу и словесной инструкции;</p> <p>2.3.4.2. осознавать и уметь выполнять целенаправленное движение рукой;</p> <p>2.3.3.3 осознавать и уметь выполнять образцы движений, способствующие нормализации мышечного тонуса нарушенных функций конечностей</p>
	3.5 Нормализация дыхания	<p>2.3.5.1 знать и осознавать важность звуковой гимнастики с произношением шипящих, свистящих;</p> <p>2.3.5.2 осознавать и выполнять упражнения для укрепления мышц диафрагмы для обучения правильному дыханию</p>
	3.6 Ориентировка в пространстве и на плоскости	2.3.6.1 осознавать, уметь ориентироваться в пространстве и на плоскости, показать направления, различать части тела у другого
	2.4 Понимание трудностей и рисков на различных этапах обучения для улучшения двигательных способностей	2.2.4.1 закрепить навыки и умения преодоления трудностей при совершенствовании простых и измененных физических упражнений
<b>2 четверть</b>		
Моя школа	3.4 Коррекция нарушенных функций в верхних и нижних конечностях	<p>2.3.4.4 осознавать и уметь выполнять движения для увеличения подвижности в суставах пораженных конечностей;</p> <p>2.3.4.5 осознавать и выполнять образцы движений для укрепления мускулатуры ног и свода стопы с гимнастической палкой и ребристыми поверхностями</p>
	3.5 Нормализация дыхания	<p>2.3.5.3 осознавать, уметь применять способы управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях;</p> <p>2.3.4.4 осознавать, уметь применять разные</p>

		методики для восстановления дыхания при физических нагрузках
	2.2 Развитие основных двигательных навыков	2.2.2.1 улучшить качество основных двигательных навыков при выполнении разных физических упражнений; 2.2.2.2 понимать и объяснять умения и недостатки по двигательным навыкам
	3.2 Коррекция нарушений ходьбы, координации движений рук и ног при ходьбе, равновесие	2.3.1.1 уметь с помощью приподнимать голову, поворачивать ее в стороны удерживая; 2.3.2.2 уметь объяснять и выполнять самостоятельно ходьбу по следовой, массажной дорожке; 2.3.2.3 осознавать и уметь объяснять упражнения у вертикальной опоры, у зеркал
	3.3 Коррекция нарушений осанки, укрепление и развитие мышц спины и брюшного пресса, костного скелета	2.3.3.1 осознавать и уметь объяснять движения для вытяжения позвоночника, для укрепления мышц спины и живота; 2.3.3.2 осознавать и уметь объяснять движения для коррекции осанки при круглой спине, сутуловатости и крыловидных лопатках из положения сидя, на спине, на животе, во время ходьбы; 2.3.3.3 осознавать и уметь объяснять движения стоя у стены, с предметами и утяжелителями
	3.6 Ориентировка в пространстве и на плоскости	2.3.6.1 осознавать, уметь ориентироваться в пространстве и на плоскости, показать направления, различать части тела у другого
Мой родной край	1.1 Правила поведения и техника безопасности на уроках лечебной физической культуры	2.1.1.1 понимать технику безопасности на уроках лечебной физической культуры; 2.4.2.1 обсуждать и закрепить навыки и умения по выполнению структурных приемов физических и коррекционных упражнений
	1.5 Понимание контроля за физическими изменениями в организме, влияния различных физических нагрузок на дыхание, частоту сердечных сокращений, температуру тела	2.1.5.1 знать и уметь контролировать физические изменения в организме во время выполнения физических упражнений
	3.7 Элементы психогимнастики, снятие утомления, релаксация	2.3.7.1 осознавать, уметь распознавать чувства других людей; 2.3.7.2 осознавать и уметь расслабляться с помощью элементов аутотренинга
	4.1 Нетрадиционные формы уроков с индивидуальным	2.4.1.1 осознавать и уметь выполнять под руководством один из видов

	подходом в зависимости от формы поражения опорно-двигательного аппарата	нетрадиционной двигательной активности для профилактики и коррекции собственных нарушений; 2.4.1.2 осознавать и уметь выполнять под руководством элементы дыхательной гимнастики, гимнастике для глаз
	2.5 Умение анализировать и оценивать действия, динамику, связи и пространство для улучшения деятельности	2.2.5.1 осознавать и уметь передать действия с простыми изменениями в пространстве и динамики
	1.6 Решения, которые способствуют и поддерживают физическое, психическое и эмоциональное здоровье	2.1.6.1 описывать и обсуждать оздоровительную пользу физического упражнения; 2.1.6.2 описывать и обсуждать оздоровительную пользу упражнений на расслабление и укрепление нервной системы
	1.4 Стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательной патологии	2.1.4.1 обсуждать двигательные стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательных возможностей
<b>3 четверть</b>		
В здоровом теле – здоровый дух!	2.3 Создание структурных приемов в ряде физических упражнений, выполняемых с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном темпе	2.2.3.1 понимать и уметь объяснять различия групп мышц по ощущениям; 2.2.3.2 понимать специально разработанные движения для рук, ног, туловища, шеи и других частей тела, которые выполняются с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном ритме и темпе
	2.4 Понимание трудностей и рисков на различных этапах обучения для улучшения двигательных способностей	2.2.4.1 закрепить навыки и умения преодоления трудностей при совершенствовании простых и измененных физических упражнений
	2.1 Адаптация приобретенных знаний, связанных с движением с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся	2.2.1.1 обсуждать и демонстрировать двигательные идеи, стратегии и планы, показывая понимание альтернатив с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся; 2.2.1.2 обсуждать комплексы упражнений для развития основных физических качеств и подготовительные упражнения для закрепления и совершенствования двигательных действий
	2.5 Умение анализировать и оценивать действия, динамику, связи и	2.2.5.1 осознавать и уметь передать действия с простыми изменениями в пространстве и динамики

	пространство для улучшения деятельности	
	1.4 Стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательной патологии	2.1.4.1 обсуждать двигательные стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательных возможностей
	1.2 Личная гигиена, формирование знаний о личном здоровье для здорового образа жизни	2.1.2.1 знать, уметь описывать и обсуждать оздоровительную пользу физических упражнений в режиме дня
Традиции и фольклор	3.1 Развитие выпрямления и равновесия	2.3.1.1 уметь с помощью приподнимать голову, поворачивать ее в стороны удерживая; 2.3.1.2 осознавать и уметь выполнять повороты со спины на бок и со спины на живот с подъемом головы; 2.3.1.3 осознавать и уметь объяснять позу, опираясь на раскрытые кисти и колени с разогнутым положением головы при ползании и лазании
	3.3 Коррекция нарушений осанки, укрепление и развитие мышц спины и брюшного пресса, костного скелета	2.3.3.1 осознавать и уметь объяснять движения для вытяжения позвоночника, для укрепления мышц спины и живота; 2.3.3.2 осознавать и уметь объяснять движения для коррекции осанки при круглой спине, сутуловатости и крыловидных лопатках из и.п. сидя, на спине, на животе, во время ходьбы; 2.3.3.3 осознавать и уметь объяснять движения стоя у стены, с предметами и утяжелителями
	4.1 Нетрадиционные формы уроков с индивидуальным подходом в зависимости от формы поражения опорно-двигательного аппарата	2.4.1.3 осознавать и уметь выполнять под руководством точечный массаж, биологически активный точек для профилактики простудных заболеваний, самомассаж; 2.4.1.4 осознавать и уметь выполнять под руководством упражнения с фитболами и другими предметами; 2.4.1.5 осознавать и уметь выполнять под руководством упражнения на специальном терапевтическом оборудовании
	3.4 Коррекция нарушенных функций в верхних и нижних конечностях	2.3.4.1 осознавать и уметь выполнять простые движения с предметом по образцу и словесной инструкции; 2.3.4.2. осознавать и уметь выполнять целенаправленное движение рукой; 2.3.3.3 осознавать и уметь выполнять образцы движений, способствующие

		нормализации мышечного тонуса нарушенных функций конечностей
	1.6 Решения, которые способствуют и поддерживают физическое, психическое и эмоциональное здоровье	2.1.6.2 описывать и обсуждать оздоровительную пользу упражнений на расслабление и укрепление нервной системы; 2.1.6.2 уметь описывать и обсуждать оздоровительную пользу упражнений на расслабление и укрепление нервной системы
	3.3 Коррекция нарушений осанки, укрепление и развитием мышц спины и брюшного пресса, костного скелета	2.3.3.4 осознавать и уметь объяснять движения для выработки равновесия с помощью, с опорой, без опоры; 2.3.3.5 осознавать и уметь объяснять движения для коррекция мелкой моторики и манипулятивной функции рук
	1.3 Понимание важности и необходимости разминки для здоровья и здорового образа жизни	2.1.3.1 объяснять необходимость разминки для здоровья и здорового образа жизни
4 четверть		
Окружающая среда	1.2 Личная гигиена, формирование знаний о личном здоровье для здорового образа жизни	2.1.2.1 знать, уметь описывать и обсуждать оздоровительную пользу физических упражнений в режиме дня
	2.1 Адаптация приобретенных знаний, связанных с движением с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся	2.2.1.1 обсуждать и демонстрировать двигательные идеи, стратегии и планы, показывая понимание альтернатив с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся; 2.4.3.1 определять самочувствие, связанные со здоровьем, которые возникают во время подвижных игр во время выполнения элементов спортивных упражнений коррекционного характера; 2.2.1.2 обсуждать комплексы упражнений для развития основных физических качеств и подготовительные упражнения для закрепления и совершенствования двигательных действий
	3.1 Развитие выпрямления и равновесия	2.3.1.4 понимать, контролировать позу туловища для сохранения равновесия; 2.4.2.1 обсуждать и закрепить навыки и умения по выполнению структурных приемов физических и коррекционных упражнений
	3.2 Коррекция нарушений ходьбы, координации движений рук и ног при ходьбе, равновесие	2.3.2.4 закрепить навыки и умения преодоления трудностей при выпрямления и равновесия, обеспечивающего правильный контроль головы в



		пространстве и по отношению к туловищу
	3.7 Элементы психогимнастики, снятие утомления, релаксация	2.3.7.1 осознавать, уметь распознавать чувства других людей; 2.3.7.2 осознавать и уметь расслабляться с помощью элементов аутотренинга
	4.1 Нетрадиционные формы уроков с индивидуальным подходом в зависимости от формы поражения опорно-двигательного аппарата	2.4.1.1 осознавать и уметь выполнять под руководством один из видов нетрадиционной двигательной активности для профилактики и коррекции собственных нарушений; 2.4.1.2 осознавать и уметь выполнять под руководством элементы дыхательной гимнастики, гимнастике для глаз
Путешествие	2.2 Развитие основных двигательных навыков	2.2.2.1 улучшить качество основных двигательных навыков при выполнении разных физических упражнений; 2.2.2.2 понимать и объяснять умения и недостатки по двигательным навыкам
	4.1 Нетрадиционные формы уроков с индивидуальным подходом в зависимости от формы поражения опорно-двигательного аппарата	2.4.1.3 осознавать и уметь выполнять под руководством точечный массаж, биологически активный точек для профилактики простудных заболеваний, самомассаж; 2.4.1.4 осознавать и уметь выполнять под руководством упражнения с фитболами и другими предметами; 2.4.1.5 осознавать и уметь выполнять под руководством упражнения на специальном терапевтическом оборудовании
	3.2 Коррекция нарушений ходьбы, координации движений рук и ног при ходьбе, равновесие	2.3.1.1 уметь с помощью приподнимать голову, поворачивать ее в стороны удерживая; 2.3.2.2 уметь объяснять и выполнять самостоятельно ходьбу по следовой, массажной дорожке; 2.3.2.3 осознавать и уметь объяснять упражнения у вертикальной опоры, у зеркал
	3.4 Коррекция нарушенных функций в верхних и нижних конечностях	2.3.4.4 осознавать и уметь выполнять движения для увеличения подвижности в суставах пораженных конечностей; 2.3.4.5 осознавать и выполнять образцы движений для укрепления мускулатуры ног и свода стопы с гимнастической палкой и ребристыми поверхностями.
	3.5 Нормализация дыхания	2.3.5.3 осознавать, уметь применять способы управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях

		методики для восстановления дыхания при физических нагрузках
--	--	--

4) 3 класс:  
таблица 4

Сквозные темы	Подразделы	Цели обучения
1 четверть		
Живая природа	1.1 Правила поведения и техника безопасности на уроках лечебной физической культуры	3.1.1.1 соблюдать технику безопасности на уроках ЛФК при работе на тренажёрах
	1.5 Понимание контроля за физическими изменениями в организме, влияния различных физических нагрузок на дыхание, частоту сердечных сокращений, температуру тела	3.1.5.1 демонстрировать и объяснять ряд контрольных стратегий для определения физических изменений при выполнении физической деятельности; 3.4.3.1 понимать и начинать описывать возникающие чувства во время подвижных игр и спортивных упражнений коррекционного характера
	3.5 Нормализация дыхания	3.3.5.1 понимать и уметь выполнять звуковую гимнастику с произношением шипящих, свистящих; 3.3.5.2 понимать и выполнять упражнения для укрепления мышц диафрагмы для обучения правильному дыханию
	3.2 Коррекция нарушений ходьбы, координации движений рук и ног при ходьбе, равновесие	3.3.2.4 совершенствовать навыки и умения преодоления трудностей при выпрямлении и равновесии, обеспечивающем правильный контроль головы в пространстве и по отношению к туловищу
	3.1 Развитие выпрямления и равновесия	3.3.1.1 выполнять самостоятельно движения по удерживанию, приподниманию головы и поворотов в стороны; 3.3.1.2 понимать и демонстрировать повороты со спины на бок и со спины на живот с подъемом головы; 3.3.1.3 знать, понимать как удерживать позу, опираясь на раскрытые кисти и колени с разогнутым положением головы при ползании и лазании
	1.3 Понимание важности и необходимости разминки для здоровья и здорового образа жизни	3.1.3.1 определять процесс разминки и важность необходимости разминки для здоровья и здорового образа жизни
Что такое хорошо,	2.3 Создание структурных приемов в ряде физических	3.2.3.1 демонстрировать свои ощущения о разных группах мышц;

что такое плохо? (свет и темнота)	упражнений, выполняемых с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном темпе	3.2.3.2 уметь объяснять специально разработанные движения для рук, ног, туловища, шеи и других частей тела, которые выполняются с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном ритме и темпе
	3.1 Развитие выпрямления и равновесия	3.3.1.4 уметь самостоятельно контролировать вертикальные позы туловища и сохранение равновесия
	3.3 Коррекция нарушений осанки, укрепление и развитие мышц спины и брюшного пресса, костного скелета	3.3.3.4 понимать и выполнять под контролем движения для выработки равновесия с помощью, с опорой, без опоры; 3.3.3.5 понимать и выполнять движения для коррекция мелкой моторики и манипулятивной функции рук
	3.4 Коррекция нарушенных функций в верхних и нижних конечностях	3.3.4.1 понимать и демонстрировать комплексы простых движений с предметом по образцу и словесной инструкции; 3.3.4.2 понимать и уметь использовать целенаправленное движение рукой; 3.3.4.3 понимать и демонстрировать упражнения для увеличения подвижности в суставах пораженных конечностей
	3.5 Нормализация дыхания	3.3.5.1 понимать и уметь выполнять звуковую гимнастику с произношением шипящих, свистящих; 3.3.5.2 понимать и выполнять упражнения для укрепления мышц диафрагмы для обучения правильному дыханию
	3.6 Ориентировка в пространстве и на плоскости	3.3.6.1 понимать и выполнять ориентацию в пространстве и на плоскости и называть месторасположение объектов
	2.4 Понимание трудностей и рисков на различных этапах обучения для улучшения двигательных способностей	3.2.4.1 применять навыки и умения для преодоления трудностей на различных этапах обучения двигательной деятельности
<b>2 четверть</b>		
Время	3.4 Коррекция нарушенных функций в верхних и нижних конечностях	3.3.4.4 понимать и демонстрировать образцы движений, способствующие нормализации мышечного тонуса нарушенных функций конечностей; 3.3.4.5 понимать и выполнять упражнения для укрепления мускулатуры ног и свода стопы с гимнастической палкой и ребристыми поверхностями
	3.5 Нормализация дыхания	3.3.5.3 понимать и выполнять способы управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях;

		3.3.4.4 понимать и выполнять разные методики для восстановления дыхания при физических нагрузках
	2.2 Развитие основных двигательных навыков	3.2.2.1 понимать и продолжать улучшать основные двигательные навыки при выполнении простых физических упражнений; 3.2.2.2 обсуждать свои и чужие качества выполнения упражнений, определяя собственные недостатки
	3.2 Коррекция нарушений ходьбы, координации движений рук и ног при ходьбе, равновесие	3.3.2.1 понимать и составлять под руководством упражнения в корригирующей ходьбе: на пятках, широким шагом, приставными шагами, с подниманием колена; 3.3.2.2 контролировать ходьбу по следовой, массажной дорожке; 3.3.2.3 выполнять под контролем упражнения у вертикальной опоры, у зеркала
	3.3 Коррекция нарушений осанки, укрепление и развитие мышц спины и брюшного пресса, костного скелета	3.3.3.1 понимать и выполнять под контролем движения для вытяжения позвоночника, для укрепления мышц спины и живота 3.3.3.2 понимать и уметь выполнять движения под контролем для коррекции осанки при круглой спине, сутуловатости и крыловидных лопатках из и.п. сидя, на спине, на животе, во время ходьбы 3.3.3.3 понимать выполнение движений под контролем стоя у стены, с предметами и утяжелителями
	3.6 Ориентировка в пространстве и на плоскости	3.3.6.1 понимать и выполнять ориентацию в пространстве и на плоскости и называть месторасположение объектов
Архитектура	1.1 Правила поведения и техника безопасности на уроках лечебной физической культуры	3.1.1.1 соблюдать технику безопасности на уроках ЛФК при работе на тренажёрах
	1.5 Понимание контроля за физическими изменениями в организме, влияния различных физических нагрузок на дыхание, частоту сердечных сокращений, температуру тела	3.1.5.1 демонстрировать и объяснять ряд контрольных стратегий для определения физических изменений при выполнении физической деятельности; 3.4.2.1 понимать и совершенствовать навыки и умения по выполнению структурных приемов физических и коррекционных упражнений
	3.7 Элементы психогимнастики, снятие утомления, релаксация	3.3.7.1 знать, понимать и имитировать чувства радости и грусти, отвращения, удовольствия, счастья, страха;

		3.3.7.2 знать элементы аутотренинга, выполнять расслабление под формулы релаксации
	4.1 Нетрадиционные формы уроков с индивидуальным подходом в зависимости от формы поражения опорно-двигательного аппарата	3.4.1.1 понимать и выполнять самостоятельно один из видов нетрадиционной двигательной активности для профилактики и коррекции собственных нарушений; 3.4.1.2 понимать и выполнять самостоятельно элементы дыхательной гимнастики, гимнастике для глаз
	2.5 Умение анализировать и оценивать действия, динамику, связи и пространство для улучшения деятельности	3.2.5.1 демонстрировать и уметь определять ряд действий, пространства, динамики и связей при выполнении и оценивании
	1.6 Решения, которые способствуют и поддерживают физическое, психическое и эмоциональное здоровье	3.1.6.1 демонстрировать знание и понимание оздоровительной пользы физических упражнений, на расслабление и укрепление нервной системы; 3.1.6.2 демонстрировать знание и понимание упражнений на расслабление и укрепление нервной системы
	1.4 Стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательной патологии	3.1.4.1 применять стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательных возможностей
<b>3 четверть</b>		
Искусство	2.3 Создание структурных приемов в ряде физических упражнений, выполняемых с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном темпе	3.2.3.1 демонстрировать свои ощущения о разных группах мышц; 3.2.3.2 уметь объяснять специально разработанные движения для рук, ног, туловища, шеи и других частей тела, которые выполняются с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном ритме и темпе
	2.4 Понимание трудностей и рисков на различных этапах обучения для улучшения двигательных способностей	3.2.4.1 применять навыки и умения для преодоления трудностей на различных этапах обучения двигательной деятельности
	2.1 Адаптация приобретенных знаний, связанных с движением с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся	3.2.1.1 применять альтернативные решения в ряде двигательных идей, стратегий и планов с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся; 3.2.1.2 знать важность упражнений для развития основных физических качеств и подготовительные упражнения для

		закрепления и совершенствования двигательных действий
	2.5 Умение анализировать и оценивать действия, динамику, связи и пространство для улучшения деятельности	3.2.5.1 демонстрировать и уметь определять ряд действий, пространства, динамики и связей при выполнении и оценивании; 3.4.2.1 понимать и совершенствовать навыки и умения по выполнению структурных приемов физических и коррекционных упражнений
	1.4 Стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательной патологии	3.1.4.1 применять стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательных возможностей
	1.2 Личная гигиена, формирование знаний о личном здоровье для здорового образа жизни	3.1.2.1 применять физические упражнения для улучшения здоровья и здорового образа жизни
Выдающиеся личности	3.1 Развитие выпрямления и равновесия	3.3.1.1 выполнять самостоятельно движения по удерживанию, приподниманию головы и поворотов в стороны; 3.3.1.2 понимать и демонстрировать повороты со спины на бок и со спины на живот с подъемом головы; 3.3.1.3 знать, понимать как удерживать позу, опираясь на раскрытые кисти и колени с разогнутым положением головы при ползании и лазании
	3.3 Коррекция нарушений осанки, укрепление и развитие мышц спины и брюшного пресса, костного скелета	3.3.3.1 понимать и выполнять под контролем движения для вытяжения позвоночника, для укрепления мышц спины и живота; 3.3.3.2 понимать и уметь выполнять движения под контролем для коррекции осанки при круглой спине, сутуловатости и крыловидных лопатках из и.п. сидя, на спине, на животе, во время ходьбы; 3.3.3.3 понимать выполнение движений под контролем стоя у стены, с предметами и утяжелителями
	4.1 Нетрадиционные формы уроков с индивидуальным подходом в зависимости от формы поражения опорно-двигательного аппарата	3.4.1.3 понимать и выполнять самостоятельно точечный массаж, самомассаж биологически активных точек для профилактики простудных заболеваний, самомассаж; 3.4.1.4 понимать и выполнять самостоятельно упражнения с фитболами и другими предметами;

		3.4.1.5 понимать и выполнять самостоятельно упражнения на специальном терапевтическом оборудовании
	3.4 Коррекция нарушенных функций в верхних и нижних конечностях	3.3.4.1 понимать и демонстрировать комплексы простых движений с предметом по образцу и словесной инструкции; 3.3.4.2 понимать и уметь использовать целенаправленное движение рукой; 3.3.4.3 понимать и демонстрировать упражнения для увеличения подвижности в суставах пораженных конечностей
	1.6 Решения, которые способствуют и поддерживают физическое, психическое и эмоциональное здоровье	3.1.6.1 демонстрировать знание и понимание оздоровительной пользы физических упражнений, на расслабление и укрепление нервной системы; 3.1.6.2. демонстрировать знание и понимание упражнений на расслабление и укрепление нервной системы
	3.3 Коррекция нарушений осанки, укрепление и развитие мышц спины и брюшного пресса, костного скелета	3.3.3.4 понимать и выполнять под контролем движения для выработки равновесия с помощью, с опорой, без опоры; 3.3.3.5 понимать и выполнять движения для коррекция мелкой моторики и манипулятивной функции рук
	1.3 Понимание важности и необходимости разминки для здоровья и здорового образа жизни	3.1.3.1 определять процесс разминки и важность необходимости разминки для здоровья и здорового образа жизни; 3.4.2.1 понимать и совершенствовать навыки и умения по выполнению структурных приемов физических и коррекционных упражнений
4 четверть		
Вода – источник жизни	1.2 Личная гигиена, формирование знаний о личном здоровье для здорового образа жизни	3.1.2.1 применять физические упражнения для улучшения здоровья и здорового образа жизни
	2.1 Адаптация приобретенных знаний, связанных с движением с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся	3.2.1.1 применять альтернативные решения в ряде двигательных идей, стратегий и планов с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся; 3.2.1.2 знать важность упражнений для развития основных физических качеств и подготовительные упражнения для закрепления и совершенствования двигательных действий
	3.1 Развитие выпрямления и равновесия	3.3.1.4 уметь самостоятельно контролировать вертикальные позы

		туловища и сохранение равновесия; 3.4.2.1 понимать и совершенствовать навыки и умения по выполнению структурных приемов физических и коррекционных упражнений
	3.2 Коррекция нарушений ходьбы, координации движений рук и ног при ходьбе, равновесие	3.3.2.4 совершенствовать навыки и умения преодоления трудностей при выпрямлении и равновесии, обеспечивающем правильный контроль головы в пространстве и по отношению к туловищу
	3.7 Элементы психогимнастики, снятие утомления, релаксация	3.3.7.1 знать, понимать и имитировать чувства радости и грусти, отвращения, удовольствия, счастья, страха; 3.3.7.2 знать элементы аутотренинга, выполнять расслабление под формулы релаксации
	4.1 Нетрадиционные формы уроков с индивидуальным подходом в зависимости от формы поражения опорно-двигательного аппарата	3.4.1.1 понимать и выполнять самостоятельно один из видов нетрадиционной двигательной активности для профилактики и коррекции собственных нарушений; 3.4.1.2 понимать и выполнять самостоятельно элементы дыхательной гимнастики, гимнастике для глаз
Культура отдыха. Праздники	2.2 Развитие основных двигательных навыков	3.2.2.1 понимать и продолжать улучшать основные двигательные навыки при выполнении простых физических упражнений; 3.4.3.1 понимать и начинать описывать возникающие чувства во время подвижных игр и спортивных упражнений коррекционного характера; 3.2.2.2 обсуждать свои и чужие качества выполнения упражнений, определяя собственные недостатки
	4.1 Нетрадиционные формы уроков с индивидуальным подходом в зависимости от формы поражения опорно-двигательного аппарата	3.4.1.3 понимать и выполнять самостоятельно точечный массаж, самомассаж биологически активный точек для профилактики простудных заболеваний, самомассаж; 3.4.1.4 понимать и выполнять самостоятельно упражнения с фитболами и другими предметами; 3.4.1.5 понимать и выполнять самостоятельно упражнения на специальном терапевтическом оборудовании
	3.2 Коррекция нарушений ходьбы, координации движений рук и ног при	3.3.2.1 понимать и составлять под руководством упражнения в корригирующей ходьбе: на пятках,



	ходьбе, равновесие	широким шагом, приставными шагами, с подниманием колена; 3.3.2.2 контролировать ходьбу по следовой, массажной дорожке; 3.3.2.3 выполнять под контролем упражнения у вертикальной опоры, у зеркал
	3.4 Коррекция нарушенных функций в верхних и нижних конечностях	3.3.4.4 понимать и демонстрировать образцы движений, способствующие нормализации мышечного тонуса нарушенных функций конечностей; 3.3.4.5 понимать и выполнять упражнения для укрепления мускулатуры ног и свода стопы с гимнастической палкой и ребристыми поверхностями.
	3.5 Нормализация дыхания	3.3.5.3 понимать и выполнять способы управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях 3.3.4.4 понимать и выполнять разные методики для восстановления дыхания при физических нагрузках

5) 4 класс:  
таблица 5

Сквозные темы	Подразделы	Цели обучения
1 четверть		
Моя Родина – Казахстан	1.1 Правила поведения и техника безопасности на уроках лечебной физической культуры	4.1.1.1 знать инструкцию по оказанию первой доврачебной помощи на уроках лечебной физической культуры
	1.5 Понимание контроля за физическими изменениями в организме, влияния различных физических нагрузок на дыхание, частоту сердечных сокращений, температуру тела	4.1.5.1 анализировать и применять ряд контрольных стратегий, чтобы увидеть определенные физические изменения во время или после выполнения физической деятельности; 4.4.3.1 задавать вопросы о самочувствии во время подвижных игр и спортивных упражнений коррекционного характера; анализировать их в отношении состояния здоровья и самочувствия
	3.5 Нормализация дыхания	4.3.5.1 демонстрировать элементы звуковой гимнастики с произношением шипящих, свистящих; 4.3.5.2 демонстрировать упражнения для укрепления мышц диафрагмы для обучения правильному дыханию
	3.2 Коррекция нарушений ходьбы, координации	4.3.2.4 анализировать трудности при выпрямлении и равновесии,

	движений рук и ног при ходьбе, равновесие	обеспечивающем правильный контроль головы в пространстве и по отношению к туловищу
	3.1 Развитие выпрямления и равновесия	4.3.1.1 анализировать, составлять комплексы упражнений по удерживанию, приподниманию головы и поворотов в стороны; 4.3.1.2 демонстрировать повороты со спины на бок и со спины на живот с подъемом головы; 4.3.1.3 демонстрировать позу, опираясь на раскрытые кисти и колени с разогнутым положением головы при ползании и лазании
	1.3 Понимание важности и необходимости разминки для здоровья и здорового образа жизни	4.1.3.1 демонстрировать и обсуждать разминку для здоровья и здорового образа жизни; 4.4.2.1 уметь применять правила и структурные приемы при выполнении различных физических упражнений с учетом физических особенностей
Человеческие ценности	2.3 Создание структурных приемов в ряде физических упражнений, выполняемых с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном темпе	4.2.3.1 анализировать свои ощущения о разных группах мышц; 4.2.3.2 анализировать и применять специально разработанные движения для рук, ног, туловища, шеи и других частей тела, которые могут выполняться с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном ритме и темпе.
	3.1 Развитие выпрямления и равновесия	4.3.1.4 анализировать контроль вертикальной позы туловища и сохранение равновесия; 4.4.2.1 уметь применять правила и структурные приемы при выполнении различных физических упражнений с учетом физических особенностей
	3.3 Коррекция нарушений осанки, укрепление и развитие мышц спины и брюшного пресса, костного скелета	4.3.3.4 составлять комплексы с помощью и анализировать упражнения для выработки равновесия с помощью, с опорой, без опоры; 4.3.3.5 демонстрировать движения для коррекция мелкой моторики и манипулятивной функции рук
	3.4 Коррекция нарушенных функций в верхних и нижних конечностях	4.3.4.1 анализировать комплексы простых движений с предметом по образцу и словесной инструкции; 4.3.4.2 демонстрировать целенаправленное движение рукой; 4.3.4.3 демонстрировать и анализировать

		упражнения для увеличения подвижности в суставах пораженных конечностей
	3.5 Нормализация дыхания	4.3.5.1 демонстрировать элементы звуковой гимнастики с произношением шипящих, свистящих; 4.3.5.2 демонстрировать упражнения для укрепления мышц диафрагмы для обучения правильному дыханию
	3.6 Ориентировка в пространстве и на плоскости	4.3.6.1 понимать и уметь реализовать будущую траекторию движения: вперед-назад, вниз - вверх, направо - налево, в сторону, прямо - по диагонали
	2.4 Понимание трудностей и рисков на различных этапах обучения для улучшения двигательных способностей	4.2.4.1 уметь распознавать уровень сложности при выполнении упражнений, демонстрируя способность сокращения рисков при их выполнении
<b>2 четверть</b>		
Культурное наследие	3.4 Коррекция нарушенных функций в верхних и нижних конечностях	4.3.4.4 демонстрировать и анализировать образцы движений, способствующие нормализации мышечного тонуса нарушенных функций конечностей; 4.3.4.5 демонстрировать упражнения для укрепления мускулатуры ног и свода стопы с гимнастической палкой и ребристыми поверхностями
	3.5 Нормализация дыхания	4.3.5.3 демонстрировать способы управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях; 4.3.4.4 демонстрировать разные методики для восстановления дыхания при физических нагрузках
	2.2 Развитие основных двигательных навыков	4.2.2.1 определять и уметь применять собственные основные двигательные навыки при выполнении упражнений коррекционной направленности; 4.2.2.2 сравнивать свои и чужие умения, недостатки, определяя потенциал для выполнения физических упражнений
	3.2 Коррекция нарушений ходьбы, координации движений рук и ног при ходьбе, равновесие	4.3.2.1 анализировать упражнения в корригирующей ходьбе: на пятках, широким шагом, приставными шагами, с подниманием колена; 4.3.2.2 анализировать элементы ходьбы по следовой, массажной дорожке; 4.3.2.3 анализировать элементы и упражнения у вертикальной опоры, у зеркал
	3.3 Коррекция нарушений осанки, укрепление и	4.3.3.1 анализировать техники движений для вытяжения позвоночника, для

	развитие мышц спины и брюшного пресса, костного скелета	укрепления мышц спины и живота; 4.3.3.2 анализировать выполнение движений для коррекции осанки при круглой спине, сутуловатости и крыловидных лопатках из положения сидя, на спине, на животе, во время ходьбы; 4.3.3.3 составлять с помощью и анализировать комплексы упражнений стоя у стены, с предметами и утяжелителями
	3.6 Ориентировка в пространстве и на плоскости	4.3.6.1 понимать и уметь реализовать будущую траекторию движения: вперед-назад, вниз - вверх, направо - налево, в сторону, прямо - по диагонали
Мир профессий	1.1 Правила поведения и техника безопасности на уроках лечебной физической культуры	4.1.1.1 знать инструкцию по оказанию первой доврачебной помощи на уроках лечебной физической культуры
	1.5 Понимание контроля за физическими изменениями в организме, влияния различных физических нагрузок на дыхание, частоту сердечных сокращений, температуру тела	4.1.5.1 анализировать и применять ряд контрольных стратегий, чтобы увидеть определенные физические изменения во время или после выполнения физической деятельности
	3.7 Элементы психогимнастики, снятие утомления, релаксация	4.3.7.1 знать, понимать и эмоционально реагировать на разные ситуации; 4.3.7.2 оценивать свою деятельность и качество выполнения заданий другими обучающимися, подводить итог занятия, адекватно воспринимать замечания и критику
	4.1 Нетрадиционные формы уроков с индивидуальным подходом в зависимости от формы поражения опорно-двигательного аппарата	4.4.1.1 понимать и уметь реализовать нетрадиционные специально подобранные средства для профилактики и коррекции собственных нарушений; 4.4.1.2 понимать и демонстрировать элементы дыхательной гимнастики, гимнастике для глаз
	2.5 Умение анализировать и оценивать действия, динамику, связи и пространство для улучшения деятельности	4.2.5.1 сравнивать собственное выполнение действий и других, объясняя и показывая ряд действий, пространства, динамики и связей
	1.6 Решения, которые способствуют и поддерживают физическое, психическое и эмоциональное здоровье	4.1.6.1 анализировать и понимать важность упражнений на расслабление и укрепление нервной системы; 4.1.6.2 анализировать решения, способствующие и поддерживающие хорошее состояние здоровья и

		самочувствия
	1.4 Стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательной патологии	4.1.4.1 определять стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательных возможностей
3 четверть		
Природные явления	2.3 Создание структурных приемов в ряде физических упражнений, выполняемых с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном темпе	4.2.3.1 анализировать свои ощущения о разных группах мышц; 4.2.3.2 анализировать и применять специально разработанные движения для рук, ног, туловища, шеи и других частей тела, которые могут выполняться с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном ритме и темпе
	2.4 Понимание трудностей и рисков на различных этапах обучения для улучшения двигательных способностей	4.2.4.1 уметь распознавать уровень сложности при выполнении упражнений, демонстрируя способность сокращения рисков при их выполнении
	2.1 Адаптация приобретенных знаний, связанных с движением с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся	4.2.1.1 определять и организовывать двигательные идеи, стратегии и планы в альтернативных решения с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся; 4.2.1.2 применять комплексы упражнений для развития основных физических качеств и подготовительные упражнения для закрепления и совершенствования двигательных действий
	2.5 Умение анализировать и оценивать действия, динамику, связи и пространство для улучшения деятельности	4.2.5.1 сравнивать собственное выполнение действий и других, объясняя и показывая ряд действий, пространства, динамики и связей; 4.4.2.1 уметь применять правила и структурные приемы при выполнении различных физических упражнений с учетом физических особенностей
	1.4 Стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательной патологии	4.1.4.1 определять стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья с учетом двигательных возможностей
	1.2 Личная гигиена, формирование знаний о личном здоровье для здорового образа жизни	4.4.3.1 задавать вопросы о самочувствии во время подвижных игр и спортивных упражнений коррекционного характера; анализировать их в отношении состояния здоровья и самочувствия; 4.1.2.1 демонстрировать знание и

		понимание оздоровительной пользы физических упражнений, способствующих укреплению здоровья
Охрана окружающей среды	3.1 Развитие выпрямления и равновесия	4.3.1.1 анализировать, составлять комплексы упражнений по удерживанию, приподниманию головы и поворотов в стороны; 4.3.1.2 демонстрировать повороты со спины на бок и со спины на живот с подъемом головы; 4.3.1.3 демонстрировать позу, опираясь на раскрытые кисти и колени с разогнутым положением головы при ползании и лазании
	3.3 Коррекция нарушений осанки, укрепление и развитие мышц спины и брюшного пресса, костного скелета	4.3.3.1 анализировать техники движений для вытяжения позвоночника, для укрепления мышц спины и живота; 4.3.3.2 анализировать выполнение движений для коррекции осанки при круглой спине, сутуловатости и крыловидных лопатках из положения сидя, на спине, на животе, во время ходьбы; 4.3.3.3 составлять с помощью и анализировать комплексы упражнений стоя у стены, с предметами и утяжелителями
	4.1 Нетрадиционные формы уроков с индивидуальным подходом в зависимости от формы поражения опорно-двигательного аппарата	4.4.1.3 понимать и демонстрировать точечный массаж биологически активной точки для профилактики простудных заболеваний, самомассаж; 4.4.1.4 понимать и демонстрировать упражнения с фитболами и другими предметами; 4.4.1.5 понимать и демонстрировать упражнения на специальном терапевтическом оборудовании
	3.4 Коррекция нарушенных функций в верхних и нижних конечностях	4.3.4.1 анализировать комплексы простых движений с предметом по образцу и словесной инструкции; 4.3.4.2 демонстрировать целенаправленное движение рукой; 4.3.4.3 демонстрировать и анализировать упражнения для увеличения подвижности в суставах пораженных конечностей
	1.6 Решения, которые способствуют и поддерживают физическое, психическое и эмоциональное здоровье	4.1.6.1 анализировать и понимать важность упражнений на расслабление и укрепление нервной системы; 4.1.6.2 анализировать решения, способствующие и поддерживающие хорошее состояние здоровья и самочувствия

	3.3 Коррекция нарушений осанки, укрепление и развитие мышц спины и брюшного пресса, костного скелета	4.3.3.4 составлять комплексы с помощью и анализировать упражнения для выработки равновесия с помощью, с опорой, без опоры; 4.3.3.5 демонстрировать движения для коррекция мелкой моторики и манипулятивной функции рук
	1.3 Понимание важности и необходимости разминки для здоровья и здорового образа жизни	4.1.3.1 демонстрировать и обсуждать разминку для здоровья и здорового образа жизни; 4.4.2.1 уметь применять правила и структурные приемы при выполнении различных физических упражнений с учетом физических особенностей
4 четверть		
Путешествие в Космос	1.2 Личная гигиена, формирование знаний о личном здоровье для здорового образа жизни	4.1.2.1 демонстрировать знание и понимание оздоровительной пользы физических упражнений, способствующих укреплению здоровья 4.4.3.1 задавать вопросы о самочувствии во время подвижных игр и спортивных упражнений коррекционного характера; анализировать их в отношении состояния здоровья и самочувствия
	2.1 Адаптация приобретенных знаний, связанных с движением с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся	4.2.1.1 определять и организовывать двигательные идеи, стратегии и планы в альтернативных решения с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся; 4.2.1.2 применять комплексы упражнений для развития основных физических качеств и подготовительные упражнения для закрепления и совершенствования двигательных действий
	3.1 Развитие выпрямления и равновесия	4.3.1.4 анализировать контроль вертикальной позы туловища и сохранение равновесия
	3.2 Коррекция нарушений ходьбы, координации движений рук и ног при ходьбе, равновесие	4.3.2.4 анализировать трудности при выпрямлении и равновесии, обеспечивающем правильный контроль головы в пространстве и по отношению к туловищу
	3.7 Элементы психогимнастики, снятие утомления, релаксация	4.3.7.1 знать, понимать и эмоционально реагировать на разные ситуации; 4.3.7.2 оценивать свою деятельность и качество выполнения заданий другими обучающимися, подводить итог занятия, адекватно воспринимать замечания и критику
	4.1 Нетрадиционные формы	4.4.1.1 понимать и уметь реализовать

	уроков с индивидуальным подходом в зависимости от формы поражения опорно-двигательного аппарата	нетрадиционные специально подобранные средства для профилактики и коррекции собственных нарушений; 4.4.1.2 понимать и демонстрировать элементы дыхательной гимнастики, гимнастике для глаз
Путешествие в будущее	2.2 Развитие основных двигательных навыков	4.2.2.1 определять и уметь применять собственные основные двигательные навыки при выполнении упражнений коррекционной направленности; 4.2.2.2 сравнивать свои и чужие умения, недостатки, определяя потенциал для выполнения физических упражнений
	4.1 Нетрадиционные формы уроков с индивидуальным подходом в зависимости от формы поражения опорно-двигательного аппарата	4.4.1.3 понимать и демонстрировать точечный массаж биологически активный точек для профилактики простудных заболеваний, самомассаж; 4.4.1.4 понимать и демонстрировать упражнения с фитболами и другими предметами; 4.4.1.5 понимать и демонстрировать упражнения на специальном терапевтическом оборудовании
	3.2 Коррекция нарушений ходьбы, координации движений рук и ног при ходьбе, равновесие	4.3.2.1 анализировать упражнения в корригирующей ходьбе: на пятках, широким шагом, приставными шагами, с подниманием колена; 4.3.2.2 анализировать элементы ходьбы по следовой, массажной дорожке; 4.3.2.3 анализировать элементы и упражнения у вертикальной опоры, у зеркал
	3.4 Коррекция нарушенных функций в верхних и нижних конечностях	4.3.4.4 демонстрировать и анализировать образцы движений, способствующие нормализации мышечного тонуса нарушенных функций конечностей; 4.3.4.5 демонстрировать упражнения для укрепления мускулатуры ног и свода стопы с гимнастической палкой и ребристыми поверхностями
	3.5 Нормализация дыхания	4.3.5.3 демонстрировать способы управления дыханием в зависимости от положения тела и при движениях; 4.3.4.4 демонстрировать разные методики для восстановления дыхания при физических нагрузках