Приложение №2 к программе оздоровительных мероприятий для детей-инвалидов и детей с ОВЗ «Здоровейка» в рамках мобильных форм работы.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Тема занятий | Цель | Практическая деятельность |
| 1 | Упражнение «Резиночка» | Развитие тактильной чувствительности и сложнокоординированных движений пальцев и кистей рук. | Для упражнения используется резинка для волос диаметром 4-5см. Все пальцы вставляются в резинку. Задача состоит в том, чтобы движениями всех пальцев передвинуть резинку на 360  сначала в одну, а затем в другую сторону.  Выполняется сначала одной, потом другой рукой. |
| 2 | Упражнение «Брёвнышко» | Развитие крупной моторики, формирование одновременных и реципрокных сенсомоторных взаимодействий, ощущения границ своего тела и его положения в пространстве. | Из положения, лёжа на спине (ноги вместе, руки вытянуты над головой) перекатываться по несколько раз  в одну, затем в другую сторону. |
| 3 | Упражнение «Письмо в воздухе» | Развитие мелкой и общей моторики, закрепление пространственных представлений. | И.п. – лёжа на спине, руки вытянуты вперёд перед грудью. Одновременно (в одну сторону) руки в воздухе «прописывают» буквы. При этом вначале социальный педагог вместе с ребёнком может выполнять необходимые упражнения, взяв его ладони в свои. |
| 4 | Упражнение «Угадай на ощупь, из чего сделан предмет» | Развитие осязания (тактильного восприятия). | Ребёнку предлагают на ощупь определить, из  какого материала изготовлены различные предметы: стеклянный стакан, деревянный брусок, железная лопатка, пластмассовая бутылка, кожаные перчатки, резиновый мяч и др. |
| 5 | Изолированные движения головы, рук, ног, туловища. | Развитие общей моторики, повышение двигательной активности. | - Движения головой в разных направлениях.  - Одновременные движения руками вперёд, назад, в стороны, вверх, вниз.  - Сгибание и разгибание предплечий и кистей рук.  - Поочерёдное и одновременное сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа движения.  - Противопоставление первого пальца остальным с контролем зрения, а также без него.  - Выделение пальцев рук.  - В исходных положениях лёжа на спине, на животе,  на боку поочерёдное  поднимание и отведение прямых или согнутых ног, сгибание. Разгибание, а также круговые движения ими.  - Приседание на всей ступне, стоя у опоры.  - Наклоны туловища вперёд, назад, в стороны.  - Простейшие сочетания изученных движений |

Социальный педагог Лаёва Т.А.