

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Брасовская школа - интернат»**

Рабочая программа

Коррекционного курса «Двигательное развитие»

7 класса

Разработчик программы Крючкова Т.И.

Срок реализации программы – 1 год

Количество часов в неделю 2

Количество часов в год 68

2024 - 2025 учебный год

СОДЕРЖАНИЕ

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному курсу «Двигательное развитие» составлена на основе следующих нормативных документов:

Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждённый приказом Минобрнауки России от 19 декабря 2014 г. № 1599, зарегистрированный в Минюсте России 3 февраля 2015 г., регистрационный номер 35850.

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. N 1026.

Приказ № 495 от 17 июля 2024 года о внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных адаптированных образовательных программ.

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. Она решает образовательные, воспитательные, коррекционно-развивающие и лечебно-оздоровительные задачи.

Двигательное развитие рассматривается и реализуется комплексно, и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением; занимает одно из важнейших мест в подготовке этой категории обучающихся к самостоятельной жизни, производительному труду, воспитывает положительные качества личности, способствует социальной интеграции школьников в общество.

Основной целью является работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к произвольному движению и функциональному использованию двигательных навыков у обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ТМНР (тяжелые множественные нарушения развития), укрепление и развитие мышечной системы, нормализация работы опорно-двигательного аппарата, коррекции недостатков психофизического развития, расширении индивидуальных возможностей, социальной адаптации.

Основные задачи:

- поддержка и развитие способности имеющихся движений;
- расширение диапазона движений и коррекция возможных нарушений;
- расширение формирования и воспитания гигиенических навыков при выполнении игр и упражнений;
- закрепление и при необходимости коррекция навыков установки укрепления здоровья, и безопасного образа жизни;
- воспитание устойчивого интереса к занятиям по двигательному развитию.

Данная программа разработана с учетом особенностей данной категории обучающихся, их психофизического развития, индивидуальных возможностей и обеспечивает коррекцию нарушений развития и их социальную адаптацию.

II. СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

Упражнения для увеличения гибкости позвоночника, эластичности мышц и подвижности в суставах

Комплексы упражнений для увеличения гибкости позвоночника. Наклоны, махи, круговые вращения с большой амплитудой.

Коррекционные упражнения

Основы знаний: понятие «направляющий». Вставание из положения «стоя на коленях». Стояние с опорой, без опоры. Выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад. Бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом). Удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега). Равнение по носкам в шеренге.

Подвижные игры

«Зебра», «Цветочная поляна», «Извилистая дорожка», «Полоса препятствий», «Рыбки и акула», «Морская фигура», «Футбол», «Кораблики», «Эстафета загрузи машину», «Эстафета с палочкой».

Ориентировка в пространстве

Ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры), по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры), по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры). Ходьба на носках (на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе). Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево). Прыжки на одной ноге.

Дыхательные упражнения

Выполнение дыхательной гимнастики: грудное, брюшное и полное дыхание в исходном положении «лежа на спине», «сидя», «стоя».

III Личностные результаты освоения коррекционного курса

Личностные результаты:

- применять навыки коммуникации и принятые нормы социального взаимодействия;
- проявлять способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей.

- иметь освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов коррекционной деятельности.

Предметные результаты:

- уметь ходить в различном темпе с разнообразными исходными положениями;
- уметь взаимодействовать со сверстниками;
- знать правила бережного обращения с инвентарем и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия на занятии.

IV. Тематическое планирование

№ п/п	Тема	Цель урока	Основные виды деятельности
1.	Упражнение «Кошка под забором».	Учить уметь подать таз назад, опустить плечи, руки прямые впереди на полу. Формировать умение подать плечи вперед – вверх, прогнуться, 10-15 повторов, фиксация позы. Воспитывать усидчивость, умение преодолевать трудности.	Уметь выполнять упражнения «Кошка под забором». Уметь выполнять упражнения, подавая плечи вперед – вверх. Проявлять качества усидчивости. Уметь преодолевать трудности. Обращаться за помощью к учителю.
2.	Упражнение «Кошка под забором».	Учить уметь подать таз назад, опустить плечи, руки прямые впереди на полу. Формировать умение подать плечи вперед – вверх, прогнуться, 10-15 повторов, фиксация позы. Воспитывать усидчивость, умение преодолевать трудности.	Уметь выполнять упражнения «Кошка под забором». Уметь выполнять упражнения, подавая плечи вперед – вверх. Проявлять качества усидчивости. Уметь преодолевать трудности. Обращаться за помощью к учителю.
3.	Упражнение «Выкрут».	Закрепить умение продвинуть прямые руки назад как можно дальше, фиксация позы, медленно вернуться в И.П. Закреплять умение работать самостоятельно по инструкции учителя. Воспитывать выдержку, ориентировку.	Уметь выполнять упражнение «Выкрут». Уметь поднимать прямые руки назад, фиксируя позы. Знать технику работы самостоятельно, при словесной инструкции учителя. Проявлять качество выдержки на уроке. Уметь ориентироваться в пространстве. Вступать в контакт и работать в коллективе.
4.	Упражнение «Выкрут».	Закрепить умение продвинуть прямые руки назад как можно дальше, фиксация позы, медленно вернуться в И.П. Закреплять умение работать	Уметь выполнять упражнение «Выкрут». Уметь поднимать прямые руки назад, фиксируя позы. Знать технику работы самостоятельно, при словесной инструкции учителя. Проявлять качество выдержки на уроке. Уметь

		самостоятельно по инструкции учителя. Воспитывать выдержку, ориентировку.	ориентироваться в пространстве. Вступать в контакт и работать в коллективе.
5.	Упражнение «Качалка».	Учить умению выполнять упражнение, при выдохе согнутые ноги в коленных суставах, взяться за стопы, грудь от пола не отрывать, фиксация позы. Формирование умения прогнуться, хват за нижнюю часть голени, фиксация позы, покачиваясь на нижней части живота. Развитие зрительного восприятия. Воспитывать усидчивость, умение преодолевать трудности.	Уметь выполнять упражнения «Качалка». Знать технику дыхательных упражнений, при выполнении упражнений. Уметь выполнить хват за нижнюю часть голени, фиксируя позы. Уметь выполнять упражнения по показу учителя. Проявлять усидчивость, при выполнении упражнений. Уметь договариваться с учителем и одноклассниками на уроке.
6.	Упражнение «Качалка».	Учить умению выполнять упражнение, при выдохе согнутые ноги в коленных суставах, взяться за стопы, грудь от пола не отрывать, фиксация позы. Формирование умения прогнуться, хват за нижнюю часть голени, фиксация позы, покачиваясь на нижней части живота. Развитие зрительного восприятия. Воспитывать усидчивость, умение преодолевать трудности.	Уметь выполнять упражнения «Качалка». Знать технику дыхательных упражнений, при выполнении упражнений. Уметь выполнить хват за нижнюю часть голени, фиксируя позы. Уметь выполнять упражнения по показу учителя. Проявлять усидчивость, при выполнении упражнений. Уметь договариваться с учителем и одноклассниками на уроке.
7.	Выполнение по памяти комбинаций движения.	Учить выполнять разминки на месте самостоятельно. Развитие памяти. Формировать умение работы по словесной инструкции учителя. Воспитывать целеустремлённость, настойчивость.	Уметь выполнять разминки на месте самостоятельно. Уметь последовательно выполнять несколько заданий. Уметь выполнять правила выполнения упражнений, делают упражнения под руководством учителя. Уметь договариваться с учителем и одноклассниками на уроке.
8.	Выполнение по памяти	Учить выполнять разминки на месте самостоятельно. Развитие памяти.	Уметь выполнять разминки на месте самостоятельно. Уметь последовательно выполнять несколько заданий. Уметь

	комбинаций движения.	Формировать умение работы по словесной инструкции учителя. Воспитывать целеустремлённость, настойчивость.	выполнять правила выполнения упражнений, делают упражнения под руководством учителя. Уметь договариваться с учителем и одноклассниками на уроке.
9.	Ходьба ровным шагом. Ходьба переменным шагом.	Закрепить умение выполнять ходьбу ровным шагом. Формировать умение ходьбы переменным шагом. Развивать внимание. Воспитывать уважение к противоположному мнению, чувство сопереживания честность, чувство ответственности за свои поступки, слова.	Уметь выполнять ходьбу ровным шагом. Уметь выполнять ходьбу переменным шагом. Уметь проявлять свои морально – волевые и эстетические качества, чувство сопереживания честность, чувство ответственности за свои поступки, слова на уроке. Сотрудничать со сверстниками.
10.	Ходьба ровным шагом. Ходьба переменным шагом.	Закрепить умение выполнять ходьбу ровным шагом. Формировать умение ходьбы переменным шагом. Развивать внимание. Воспитывать уважение к противоположному мнению, чувство сопереживания честность, чувство ответственности за свои поступки, слова.	Уметь выполнять ходьбу ровным шагом. Уметь выполнять ходьбу переменным шагом. Уметь проявлять свои морально – волевые и эстетические качества, чувство сопереживания честность, чувство ответственности за свои поступки, слова на уроке. Сотрудничать со сверстниками.
11	Ходьба по кругу, взявшись за руки. Упражнения.	Учить выполнять ходьбу по кругу. Формировать умение приемов, при выполнении упражнений по кругу, взявшись за руку. Воспитывать выдержку, ориентировку.	Знать выполнение техники ходьбы по кругу. Уметь выполнять приемы, при выполнении упражнений по кругу, взявшись за руки. Проявлять качества выдержки, ориентирования в пространстве. Вступать в контакт с учителем.
12	Ходьба по кругу, взявшись за руки. Упражнения.	Учить выполнять ходьбу по кругу. Формировать умение приемов, при выполнении упражнений по кругу, взявшись за руку. Воспитывать выдержку, ориентировку.	Знать выполнение техники ходьбы по кругу. Уметь выполнять приемы, при выполнении упражнений по кругу, взявшись за руки. Проявлять качества выдержки, ориентирования в пространстве. Вступать в контакт с учителем.
13.	Подвижная игра «Зебра»	Формировать умение лазания по наклонной скамейке в упоре присев, в	Уметь перелазить через гимнастического коня. Уметь лазить по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре лежа,

		упоре лежа, подтягиваясь руками. Выполнять работу по словесной инструкции учителя на подвижной игре «Зебра». Воспитывать инициативность, морально-волевые и эстетические качества.	подтягиваясь руками. Знать правила подвижной игры «Зебра». Обращаться за помощью к учителю.
14.	Подвижная игра «Цветочная поляна»	Учить перелазить через гимнастического коня. Формировать умение лазания по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре лежа, подтягиваясь руками. Выполнять работу по словесной инструкции учителя на подвижной игре «Цветочная поляна». Воспитывать инициативность, морально-волевые и эстетические качества.	Уметь перелазить через гимнастического коня. Уметь лазить по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре лежа, подтягиваясь руками. Знать правила подвижной игры «Цветочная поляна». Обращаться за помощью к учителю.
15.	Подвижная игра «Извилистая дорожка»	Учить комплексы упражнений для формирования координации движений. Формировать парные игры «Извилистая дорожка». Развивать координационные способности. Воспитывать интерес к предмету.	Уметь выполнять комплексы упражнений для формирования координации движений. Уметь играть парные игры. Знать правила подвижной игры «Извилистая дорожка». Вступать в контакт и работать в коллективе.
16.	Подвижная игра «Полоса препятствий»	Учить комплексы упражнений для формирования координации движений. Формировать парные игры «Полоса препятствий». Развивать координационные способности. Воспитывать интерес к предмету.	Уметь выполнять комплексы упражнений для формирования координации движений. Уметь играть парные игры. Знать правила подвижной игры «Полоса препятствий». Вступать в контакт и работать в коллективе.
17.	Подвижная игра «Рыбки и акула»	Учить перелазить и перепрыгивать через препятствия с опорой на руки. Закрепить	Уметь перелазить и перепрыгивать через препятствия с опорой на руки. Знать приемы им техники лазания по

		умение лазания по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре лежа, подтягиваясь руками. Выполнять работу по словесной инструкции учителя на подвижной игре «Рыбки и акула». Воспитывать уважение к противоположному мнению, чувство сопереживания честность, чувство ответственности за свои поступки, слова.	наклонной скамейке в упоре присев, в упоре лежа, подтягиваясь руками. Знать правила подвижной игры «Рыбки и акула». Уметь договариваться с учителем и одноклассниками на уроке.
18.	Подвижная игра «Морская фигура»	Учить перелазить и перепрыгивать через препятствия с опорой на руки. Закрепить умение лазания по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре лежа, подтягиваясь руками. Выполнять работу по словесной инструкции учителя на подвижной игре «Морская фигура». Воспитывать уважение к противоположному мнению, чувство сопереживания честность, чувство ответственности за свои поступки, слова.	Уметь перелазить и перепрыгивать через препятствия с опорой на руки. Знать приемы им техники лазания по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре лежа, подтягиваясь руками. Знать правила подвижной игры «Морская фигура». Уметь договариваться с учителем и одноклассниками на уроке.
19.	Подвижная игра «Кораблики»	Учить перелазить и перепрыгивать через препятствия с опорой на руки. Закрепить умение лазания по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре лежа, подтягиваясь руками. Выполнять работу по словесной инструкции учителя на подвижной игре «Кораблики». Воспитывать уважение к противоположному мнению, чувство сопереживания честность, чувство ответственности за свои поступки, слова.	Уметь перелазить и перепрыгивать через препятствия с опорой на руки. Знать приемы им техники лазания по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре лежа, подтягиваясь руками. Знать правила подвижной игры «Кораблики». Уметь договариваться с учителем и одноклассниками на уроке.
20	Ползание на четвереньках.	Закрепить умение ползать на четвереньках.	Уметь ползать на четвереньках. Уметь ползать под

.	Ползание под препятствиями.	Формировать умение ползать под препятствиями. Воспитывать инициативность, морально-волевые и эстетические качества.	препятствиями. Проявлять инициативность, морально – волевые и эстетические качества на уроке. Выполнять работу по словесной инструкции учителя. Уметь договариваться с учителем и одноклассниками на уроке.
21.	Перенос различных предметов разными способами (на руках, волоком, катанием, толканием).	Учить выполнять перенос различных предметов разными способами (на руках, волоком, катанием, толканием). Развитие зрительного восприятия, чувства ритма. Формировать умение самостоятельно выполнять в классе упражнения. Воспитывать доброжелательное отношение учащихся друг к другу.	Уметь переносить различные предметы разными способами (на руках, волоком, катанием, толканием). Уметь зрительно воспринимать упражнения на уроке и показывать их по показу. Уметь показывать чувство ритма. Уметь самостоятельно выполнять упражнения. Проявлять доброжелательное отношение к одноклассникам, при проведении урока.
22.	Ползание на четвереньках. Ползание под препятствиями.	Закрепить умение ползать на четвереньках. Формировать умение ползать под препятствиями. Воспитывать инициативность, морально-волевые и эстетические качества.	Уметь ползать на четвереньках. Уметь ползать под препятствиями. Проявлять инициативность, морально – волевые и эстетические качества на уроке. Выполнять работу по словесной инструкции учителя. Уметь договариваться с учителем и одноклассниками на уроке.
23.	Перенос различных предметов разными способами (на руках, волоком, катанием, толканием).	Учить выполнять перенос различных предметов разными способами (на руках, волоком, катанием, толканием). Развитие зрительного восприятия, чувства ритма. Формировать умение самостоятельно выполнять в классе упражнения. Воспитывать доброжелательное отношение учащихся друг к другу.	Уметь переносить различные предметы разными способами (на руках, волоком, катанием, толканием). Уметь зрительно воспринимать упражнения на уроке и показывать их по показу. Уметь показывать чувство ритма. Уметь самостоятельно выполнять упражнения. Проявлять доброжелательное отношение к одноклассникам, при проведении урока.
24.	Перенос различных предметов разными способами (на руках, волоком, катанием,	Учить выполнять перенос различных предметов разными способами (на руках, волоком, катанием, толканием). Развитие зрительного восприятия, чувства ритма.	Уметь переносить различных предметов разными способами (на руках, волоком, катанием, толканием). Уметь зрительно воспринимать упражнения на уроке и показывать их по показу. Уметь показывать чувство ритма. Уметь

	толканием).	Формировать умение самостоятельно выполнять в классе упражнения. Воспитывать доброжелательное отношение учащихся друг к другу.	самостоятельно выполнять упражнения. Проявлять доброжелательное отношение к одноклассникам, при проведении урока.
25.	Ползание на четвереньках. Ползание под препятствиями.	Закрепить умение ползать на четвереньках. Формировать умение ползать под препятствиями. Воспитывать инициативность, морально-волевые и эстетические качества.	Уметь ползать на четвереньках. Уметь ползать под препятствиями. Проявлять инициативность, морально – волевые и эстетические качества на уроке. Выполнять работу по словесной инструкции учителя. Уметь договариваться с учителем и одноклассниками на уроке.
26.	Комплекс из 8-10 упражнений, выполняемый по памяти.	Учить выполнять комплекс из 8-10 упражнений, выполняемый по памяти. Развитие зрительного восприятия, чувства ритма. Формировать умение самостоятельно выполнять в классе. Воспитывать доброжелательное отношение учащихся друг к другу.	Уметь выполнять комплекс из 8-10 упражнений, выполняемый по памяти. Уметь последовательно выполнять несколько заданий. Знать правила безопасности при работе в спортивном зале. Уметь договариваться с учителем и одноклассниками на уроке.
27.	Упражнения для развития стоп: "Ходьба", "Лошадка", "Гусеница", "Медвежонок", "Лягушонок".	Учить выполнять упражнения для развития стоп: "Ходьба", "Лошадка", "Гусеница", "Медвежонок", "Лягушонок". Развивать координацию движений. Выполнять работу по словесной инструкции учителя. Воспитывать дисциплинированность.	Уметь выполнять упражнения для развития стоп: "Ходьба", "Лошадка", "Гусеница", "Медвежонок", "Лягушонок". Знать правила безопасности, при выполнении упражнений "Ходьба", "Лошадка", "Гусеница", "Медвежонок", "Лягушонок". Вступать в контакт с учителем.
28.	Дыхательные упражнения «лежа», «стоя», «в ходьбе», «в беге».	Закреплять умение выполнять правильно технику дыхания в положении «лежа», «стоя», «в ходьбе», «в беге». Выполнять работу по словесной инструкции учителя. Развивать внимание, зрительное восприятие. Воспитывать	Знать техники выполнения правильного дыхания в положении «лежа», «стоя», «в ходьбе», «в беге». Уметь выполнять работу по словесной инструкции учителя. Знать правила дыхания, при выполнении упражнений. Понимать инструкцию по выполнению дыхательных упражнений.

		целеустремлённость, настойчивость.	
29.	Дыхательные упражнения в «х-х-хо» – согреть руки – выдох; «ф-ф-фу» – остудить воду – выдох; «понюхать цветок» – вдох.	Учить выполнять дыхательные упражнения в образном оформлении. Например: «х-х-хо» – согреть руки – выдох; «ф-ф-фу» – остудить воду – выдох; «понюхать цветок» – вдох. Развивать внимание, зрительное восприятие. Выполнять работу по словесной инструкции учителя. Воспитывать дисциплинированность.	Уметь выполнять дыхательные упражнения в образном оформлении. Например: «х-х-хо» – согреть руки – выдох; «ф-ф-фу» – остудить воду – выдох; «понюхать цветок» – вдох. Уметь выполнять работу по словесной инструкции учителя. Знать правила дыхания, при выполнении упражнений. Обращаться за помощью.
30.	Произвольное изменение глубины и темпа дыхания.	Закрепить навык произвольного изменения глубины и темпа дыхания в соответствии с характером движения. Формировать умение выполнять правильно технику дыхания в соответствии с характером движения. Развивать память. Воспитывать ответственность за результаты учебного труда, понимание его значимости, соблюдение техники безопасности.	Знать навык произвольного изменения глубины и темпа дыхания в соответствии с характером движения. Уметь выполнять правильно технику дыхания в соответствии с характером движения. Знать упражнения для развития памяти. Уметь самостоятельно выполнять в классе. Вступать в контакт с учителем.
31.	Дыхательные упражнения «лежа», «стоя», «в ходьбе», «в беге».	Закреплять умение выполнять правильно технику дыхания в положении «лежа», «стоя», «в ходьбе», «в беге». Выполнять работу по словесной инструкции учителя. Развивать внимание, зрительное восприятие. Воспитывать целеустремлённость, настойчивость.	Знать техники выполнения правильного дыхания в положении «лежа», «стоя», «в ходьбе», «в беге». Уметь выполнять работу по словесной инструкции учителя. Знать правила дыхания, при выполнении упражнений. Понимать инструкцию по выполнению дыхательных упражнений.
32.	Дыхательные упражнения в «х-х-хо» – согреть руки – выдох; «ф-ф-фу» –	Учить выполнять дыхательные упражнения в образном оформлении. Например: «х-х-хо» – согреть руки –	Уметь выполнять дыхательные упражнения в образном оформлении. Например: «х-х-хо» – согреть руки – выдох; «ф-ф-фу» – остудить воду – выдох; «понюхать цветок» –

	остудить воду – выдох; «понюхать цветок» – вдох.	выдох; «ф-ф-фу» – остудить воду – выдох; «понюхать цветок» – вдох. Развивать внимание, зрительное восприятие. Выполнять работу по словесной инструкции учителя. Воспитывать дисциплинированность.	вдох. Уметь выполнять работу по словесной инструкции учителя. Знать правила дыхания, при выполнении упражнений. Обращаться за помощью.
33.	Произвольное изменение глубины и темпа дыхания.	Закрепить навык произвольного изменения глубины и темпа дыхания в соответствии с характером движения. Формировать умение выполнять правильно технику дыхания в соответствии с характером движения. Развивать память. Воспитывать ответственность за результаты учебного труда, понимание его значимости, соблюдение техники безопасности.	Знать навык произвольного изменения глубины и темпа дыхания в соответствии с характером движения. Уметь выполнять правильно технику дыхания в соответствии с характером движения. Знать упражнения для развития памяти. Уметь самостоятельно выполнять в классе. Вступать в контакт с учителем.
34.	Дыхание “Бхастрика”. Упражнение для развития ума и воли. Упражнение для развития памяти	Учить выполнять упражнение для развития ума и воли. Развить память. Выполнять работу по словесной инструкции учителя. Воспитывать усидчивость, умение преодолевать трудности.	Уметь выполнять упражнение для развития ума и воли. Знать упражнения для развития памяти. Уметь самостоятельно выполнять в классе. Вступать в контакт с учителем.

