

Фізична культура

3 клас

Пояснювальна записка

Здоров'яформуюча та здоров'язберігаюча функції фізичної культури дітей з порушеннями інтелектуального розвитку на сучасному етапі розвитку українського суспільства набувають великого значення у зв'язку з зростанням захворюваності, погіршенням фізичного розвитку та фізичної підготованості школярів. Важливим завданням освітнього процесу є забезпечення формування здоров'язбережувальної компетентності школярів із порушеннями інтелектуального розвитку, як вагомого аспекту оптимізації їх навчальної і практичної діяльності, подальшої соціальної адаптації.

Для забезпечення всебічного розвитку дітей молодшого шкільного віку з особливими освітніми потребами суттєве значення має здоровий спосіб життя та його складники, особливо – оптимальний режим організованої фізкультурної рухової активності, який сприяє формуванню здоров'я, підвищенню адаптаційного потенціалу учня. У зв'язку з цим набуває актуальності питання оптимізації навчання школярів з інтелектуальними порушеннями, що відповідає умовам впровадження концепції Нової української школи.

Основною метою навчального предмету «Фізична культура» є: формування умінь і навичок здорового способу життя, гармонізація психофізичного розвитку та корекція його порушень, всебічний розвиток особистості, забезпечення оптимальної адаптації учнів до фізичних і соціальних умов довкілля.

Мета реалізується вирішенням наступних взаємопов'язаних *завдань*:

зміцнення здоров'я, сприяння гармонійному психофізичному розвитку учнів;

розвиток функціональності та компенсаторних можливостей аналізаторів і міжаналізаторних зв'язків;

попередження та корекція вад психофізичного розвитку, вторинних порушень;

формування достатнього рівня практичних умінь і навичок;

розвиток рухових якостей (витривалості, гнучкості, спритності, сили, швидкості), розвиток відчуття темпу та ритму;

мовленнєвий розвиток, збагачення та конкретизація активного та пасивного словника;

формування основ знань про особисту гігієну, здоровий спосіб життя, фізичне вдосконалення, як невід'ємні складові загальної культури людини;

формування потреби до занять фізичною культурою і спортом, здорового способу життя;

формування позитивної соціальної поведінки учнів: виховання морально-вольових якостей, комунікативних навичок, культури спілкування; формування адекватної самооцінки тощо.

Засобами фізичної культури є фізичні вправи (основний засіб), гігієнічні та природні чинники:

фізичні вправи: гімнастичні, елементарні спортивно-прикладні вправи та ігри;

гігієнічні чинники: дотримання режиму сну та харчування, гігієни тіла, рухової активності та відпочинку тощо;

природні чинники: сонячне опромінення в процесі фізичного виховання та сонячні ванни як чинник загартування; аерація під час занять та повітряні ванни як чинник загартування; загальні та часткові обливання, обтирання, купання.

Специфіка навчального предмету «Фізична культура» початкової ланки освіти дітей з інтелектуальними порушеннями зумовлена особливостями психофізичного розвитку дітей, викликаними враженням центральної нервової системи, різними ступенями інтелектуальної недостатності (як легким, так і помірним). Процес навчання ускладнюється наявністю крім основних, інших порушень: зниження зору, порушення опорно-рухового апарату, порушення мови та мовлення, наявність психопатоподібних станів тощо. Такі поєднання ведуть до ще більш вираженої своєрідності психофізичного розвитку учнів.

Корекційно-розвивальна спрямованість освітнього процесу визначається наявністю індивідуальних психофізичних порушень дітей. Все це зумовлює потребу в здійсненні індивідуального та диференційованого навчання. У процесі проведення корекційно-розвивальної роботи вчитель повинен орієнтуватись на стан здоров'я конкретного учня, беручи до уваги висновки медичних оглядів.

У 3-му класі при вирішенні завдання корекції порушень психофізичного розвитку дітей даної категорії особливу увагу звертають на розвиток координаційних здібностей, здатності до цілеспрямованих дій, обсягу та стійкості уваги, мисленневих операцій, на мовленнєвий розвиток. Для корекції

психоемоційного стану учнів важливим є застосування елементів музикотерапії та кольоротерапії. З метою зменшення рівня навантаження та стомлюваності учнів; підвищенню рівня сприйняття ними навчального матеріалу, розумової та фізичної працездатності; вдосконаленню рухових умінь; розвитку рухових якостей та вихованню комунікативних навичок доцільно збільшення часу на проведення коригуючих і розвиваючих ігор, що включають елементи загальнорозвиваючих, коригуючих і спортивно-прикладних вправ.

Вагоме місце в змісті програми 3-го класу належить мовленнєвому розвитку школярів: збагаченню та конкретизації активного та пасивного словника, розвитку комунікативних умінь, що є основою для набуття учнями досвіду спілкування та формування позитивних особистісних якостей. У контексті ідеї соціалізації дітей з легким, а особливо – з помірним ступенем інтелектуальних порушень, особлива роль надається розвитку як вербальної, так і невербальної комунікації. Головне при цьому – задіяти всі існуючі можливості для спілкування.

Оцінювання навчальних досягнень з фізичної культури школярів 3-х класів дітей з порушеннями інтелектуального розвитку визначає ступінь формування їх здоров'язбережувальної компетентності, здійснюється вербально та передбачає врахування особистих здобутків дітей протягом чверті/навчального року. При оцінюванні навчальних досягнень з фізичної культури потрібно відзначити важливість індивідуального та диференційованого підходу, індивідуального контролю та регулювання фізичного та психоемоційного навантаження, дотримання індивідуальних лікарських протипоказань. Важливим є забезпечення лікарсько-педагогічного спостереження: як контроль виконання рухових дій, так і контроль і оперативне регулювання фізичного навантаження дітей згідно їх індивідуальним можливостям, що набуває особливого значення при роботі з учнями підготовчої і спеціальної медичних груп.

Учні, віднесені за станом здоров'я до підготовчої групи, виконують програму основної, за винятком індивідуально протипоказаних вправ. Учні, віднесені за станом здоров'я до спеціальної медичної групи, займаються за спеціальною програмою лікувальної фізичної культури та мають два додаткових заняття. Оцінювання навчальних досягнень цих учнів здійснюється за параметрами «зараховано» чи «не зараховано».

Щодо змістових ліній представленої типової освітньої програми, що визначають навчальну діяльність учнів 3-го класу, це – «Рухова діяльність», «Ігрова та змагальна діяльність», «Комунікативна діяльність».

Змістова лінія «Рухова діяльність» визначає належний рівень оволодіння учнями знаннями, вміннями і навичками на уроках, фізкультурно-оздоровчих заходах у режимі дня та в процесі проведення фізкультурно-масових заходів. При цьому особлива увага надається підвищенню мотивації рухової діяльності, формуванню навичок рухової діяльності, розвитку фізичних якостей, профілактиці та корекції порушень психофізичного розвитку та дозуванню фізичних навантажень молодших школярів.

Змістова лінія «Ігрова та змагальна діяльність» передбачає формування у школярів знань, умінь і навичок, необхідних для участі в рухливих іграх різного рівня інтенсивності, естафетах і змаганнях. Особливо

важливим є виховання у учнів активності; здатності до оцінювання та контролю власних дій, здатності до оцінювання та контролю дій інших гравців; здатності до співпраці з педагогами та іншими учнями.

Змістова лінія «Комунікативна діяльність» передбачає сприяння гармонізації, корекцію комунікативного розвитку, що сприяє подальшій соціальній адаптації та інтеграції в українське суспільство школярів. Важливим є розвиток здатності до сприймання зверненого мовлення вчителя та однокласників, знань і навичок способів взаємодії з оточуючими й окремими людьми та подіями в процесі занять; формування навички спілкування з іншими учнями та вчителем; навички узгодження своїх дій з діями товаришів і вчителя; навички контролю своєї поведінки.

Орієнтовний зміст і результати навчання

<i>Орієнтовний зміст навчального матеріалу</i>	<i>Предметно-орієнтовані компетентності</i>
Рухова діяльність	
<p>Руховий режим дня учня 3-го класу. Застосування засобів фізичного виховання (фізичних вправ, гігієнічних та природних чинників) з метою зміцнення здоров'я учнів, підвищення їх працездатності, формування правильної постави.</p> <ul style="list-style-type: none"> * Значення фізичних вправ для здоров'я дитини. * Руховий режим дня учня. * Ранкова гігієнічна гімнастика та її значення у режимі дня учня. 	<p>Учень/учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> <i>виявляє</i> інтерес та звичку до занять фізичною культурою (за вказівкою вчителя); <i>має</i> уявлення про руховий режим дня учня 3-го класу (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>дотримується</i> правил підготовки до занять, правил поведінки та гігієни на уроках фізичної культури (за вказівкою вчителя); <i>має</i> елементарне уявлення про застосування засобів фізичного виховання (фізичних вправ, гігієнічних та природних чинників) з метою зміцнення здоров'я учнів, підвищення їх працездатності, формування правильної постави (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>здійснює</i> підготовку до уроку фізичного виховання (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>має</i> елементарне уявлення про руховий режим дня учня 3-го класу; значення фізичних вправ для здоров'я дитини; ранкову гігієнічну гімнастику та її значення у режимі дня учня (за допомогою вчителя).
<p>Сприйняття зверненого мовлення вчителя та практичного</p>	<p><i>Сприймає</i> звернене мовлення вчителя (за підказкою чи за вказівкою вчителя);</p>

<p>матеріалу.</p>	<p><i>використовує</i> засвоєний словник в межах знайомого мовленнєвого матеріалу (за підказкою вчителя); <i>відповідає</i> на запитання в межах знайомого мовленнєвого матеріалу (за допомогою чи за підказкою вчителя); * <i>сприймає</i> звернене мовлення вчителя (за допомогою вчителя); * <i>використовує</i> засвоєний словник в межах зрозумілого мовленнєвого матеріалу, застосовуючи доступну форму (усне, жестове) мовлення (за допомогою вчителя).</p>
<p>Терміни з предмету фізична культура.</p>	<p><i>Сприймає</i> терміни з предмету фізична культура (за допомогою чи за підказкою вчителя); * <i>сприймає</i> елементарні терміни з предмету фізична культура (за допомогою вчителя).</p>
<p>Дихальні вправи.</p>	<p><i>Розрізняє</i> основні часові та просторові характеристики рухових дій (при підказці вчителя); <i>здійснює</i> діафрагмальне дихання у спокої (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>виконує</i> динамічні дихальні вправи (наслідуючи вчителя); * <i>розрізняє</i> основні часові та просторові характеристики рухових дій (за допомогою вчителя); * <i>виконує</i> динамічні дихальні вправи (за допомогою вчителя).</p>
<p>Вправи на розтягування.</p>	<p><i>Називає</i> основні частини тіла, задіяні при виконанні фізичної вправи; основні просторові характеристики рухової дії (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>виконує</i> максимальні нахили тулуба до правої та лівої стопи (з рухами рук у тому ж напрямку) (наслідуючи чи за показом учителя); <i>виконує</i> рухи руками за великою амплітудою з предметами (за показом чи наслідуючи вчителя); <i>вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправ (наслідуючи чи за</p>

	<p>показом учителя);</p> <p>* <i>вміє</i> узгоджувати дихання з фазами рухів (за допомогою вчителя);</p> <p>* <i>виконує</i> махи руками з предметами та без них (за допомогою чи наслідуючи учителя).</p>
<p>Вправи на розслаблення.</p>	<p><i>Має</i> уявлення про окремі гімнастичні вправи (за допомогою чи при підказці вчителя);</p> <p><i>виконує</i> вібрації та струси руками, ногами у в.п. стоячи, сидячи та лежачи (за допомогою чи за показом вчителя);</p> <p><i>виконує</i> посилене стискання пальців рук (і ніг) з наступним їх розслабленням і струсами (за допомогою чи наслідуючи вчителя);</p> <p>* <i>виконує</i> легкий струс однієї ноги при опорі на другу (почергово) (за допомогою вчителя).</p>
<p>Вправи для розвитку координаційних здібностей.</p>	<p><i>Здійснює</i> вис стоячи, вис присівши; максимальні нахили тулуба до правої та лівої стопи (з рухами рук у тому ж напрямку) (за показом учителя);</p> <p><i>виконує</i> переكات убік з упору присівши на колінах в групуванні та прогнувшись; переكات назад з упору присівши; переكات уперед з упору присівши (за допомогою чи наслідуючи учителя);</p> <p><i>виконує</i> напівшпагат з різними положеннями рук, шпагат правою та лівою ногою (за допомогою вчителя);</p> <p><i>виконує</i> стійку на лопатках переكاتом назад з упора присівши (наслідуючи чи за показом учителя);</p> <p><i>виконує</i> присідання та вставання з мішечком з піском (300 г) чи з іншим предметом на голові (наслідуючи чи за показом учителя);</p> <p><i>вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправ (наслідуючи чи за показом учителя);</p> <p>* <i>виконує</i> упор стоячи на колінах; легкий струс однієї ноги при опорі на другу (почергово) (за допомогою чи наслідуючи вчителя);</p>

	<p>* <i>виконує</i> ходьбу обмеженою площиною (по «коридору» на підлозі); вправи для розвитку гнучкості (наприклад, «Лук», «Чоло-коліно») (за допомогою учителя);</p> <p>* <i>вміє</i> узгоджувати дихання з фазами рухів (за допомогою вчителя).</p>
Стройові вправи.	<p><i>Використовує</i> спортивну термінологію (за допомогою вчителя);</p> <p><i>сприймає</i> та <i>виконує</i> команди вчителя (за допомогою чи при підказці вчителя);</p> <p><i>відповідає</i> на короткі запитання за темою уроку (за допомогою чи при підказці вчителя);</p> <p><i>знає</i> своє місце в строю (за вказівкою вчителя);</p> <p><i>виконує</i> ходьбу по діагоналі, за орієнтирами, протиходом, розмикання та змикання приставним кроком (за допомогою чи наслідуючи вчителя);</p> <p><i>виконує</i> повороти на місці праворуч, ліворуч (стрибком та переходом), повороти за орієнтирами (за допомогою чи наслідуючи вчителя);</p> <p><i>дотримується</i> послідовності виконання вправ (за допомогою чи за показом учителя);</p> <p><i>вміє</i> узгоджувати дихання з фазами рухових дій (наслідуючи чи за показом учителя);</p> <p>* <i>здійснює</i> рівняння в шерензі та колоні (за допомогою вчителя);</p> <p>* <i>знає</i> своє місце в строю (за допомогою чи за вказівкою вчителя);</p> <p>* <i>вміє</i> узгоджувати дихання з фазами рухових дій (за допомогою вчителя);</p> <p>* <i>сприймає</i> та <i>виконує</i> команди вчителя (за допомогою вчителя).</p>
Ритмопластичні вправи.	<p><i>Сприймає</i> використане наочне приладдя (кіно, відеозапис, світлосигналізацію, фотографії, плакати, картки, таблички, тощо) (за допомогою чи при підказці вчителя);</p> <p><i>розрізняє</i> основні динамічні та просторові ознаки рухових дій; основні якісні ознаки використаних на уроці</p>

<p>Вправи з використанням гімнастичних предметів і приладів</p>	<p>наслідуючи вчителя).</p> <p><i>Має</i> уявлення про тілобудову людини (при підказці вчителя);</p> <p><i>вміє</i> проводити елементарний аналіз своїх дій та дій інших учнів (за допомогою вчителя);</p> <p><i>використовує</i> спортивну термінологію (за допомогою вчителя);</p> <p><i>сприймає</i> та <i>повторює</i> за вчителем слова-ознаки конкретного предмета чи дії (за вказівкою вчителя);</p> <p><i>виконує</i> присідання та вставання з мішечком з піском (300 г) чи з іншим предметом на голові (за допомогою чи наслідуючи вчителя);</p> <p><i>здійснює</i> зміну положення та виконання елементів гімнастичних та спортивно-прикладних вправ з предметами (різнокольоровими гімнастичними стрічками, іграшками, м'ячами тощо) (за допомогою чи за показом учителя);</p> <p><i>виконує</i> ходьбу гімнастичною лавою з мішечком з піском (предметом) на голові; кидання вгору та ловля малого м'яча однією рукою; котіння та кидання м'яча між ногами (потягнувшись попередньо вгору); ходьбу гімнастичною лавою з предметом (предметами) в руках (за показом чи наслідуючи вчителя);</p> <p><i>виконує</i> елементи баскетболу, волейболу, футболу (за допомогою чи наслідуючи вчителя);</p> <p>* <i>вміє</i> узгоджувати свої дії з діями інших учнів (за допомогою вчителя).</p> <p>* <i>виконує</i> котіння та кидання м'яча між ногами; вставання в обруч на коліна, підняття обруча вгору (за допомогою чи наслідуючи вчителя).</p>
<p>Кистьова та пальчикова гімнастика.</p>	<p><i>Розрізняє</i> основні частини тіла, задіяні при проведенні виконанні вправи (при підказці вчителя);</p> <p><i>називає</i> пальці кисті (за допомогою чи при підказці вчителя);</p> <p><i>вміє</i> узгоджувати дихання з</p>

	<p>виконанням вправи (за показом чи при підказці вчителя);</p> <p><i>виконує</i> відведення та приведення пальців на двох руках одночасно (з зоровим контролем та без нього) (за допомогою чи наслідуючи вчителя);</p> <p><i>виконує</i> мудру «Зуб дракона» (за допомогою вчителя);</p> <p>* <i>розрізняє</i> основні частини тіла, задіяні при проведенні конкретної рухової дії (за допомогою вчителя);</p> <p>* <i>виконує</i> відведення та приведення пальців однієї руки (правої, лівої) (за допомогою чи наслідуючи учителя);</p> <p>* <i>вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням фізичної вправи (за допомогою вчителя).</p>
Імітаційні вправи.	<p><i>Розрізняє</i> пози тварин та зображення, продемонстровані за допомогою наочних посібників (кіно-, відеозапис, фотографії, плакати, таблички тощо) (за допомогою чи за підказкою вчителя);</p> <p><i>називає</i> зображення знайомих тварин і предметів, продемонстровані за допомогою наочних посібників; основні їх якісні характеристики; просторові характеристики переміщення (за допомогою чи при підказці вчителя);</p> <p><i>має</i> уявлення про позитивні та негативні емоції (при підказці вчителя);</p> <p><i>розрізняє</i> основні частини тіла, задіяні при проведенні фізичної вправи (при підказці вчителя);</p> <p><i>використовує</i> здобуті рухові навички (ходьба, стрибки, повзання тощо) для імітації окремих тварин, предметів, особливостей діяльності людини: імітацію рухів курки (курчати/півня), чаплі, лиса; рухів вітряка; гри на піаніно; повітряної кульки (за допомогою чи за показом учителя);</p> <p><i>виявляє</i> адекватну емоційну реакцію при проведенні імітаційних вправ (під контролем учителя);</p> <p>* <i>сприймає</i> використане наочне</p>

	<p>приладдя (кіно-, відеозапис, світлосигналізацію, фотографії, плакати, таблички тощо) (за допомогою вчителя);</p> <p><i>* має</i> елементарне уявлення про позитивні та негативні емоції (за допомогою вчителя);</p> <p><i>* розрізняє</i> основні частини тіла, задіяні при проведенні фізичної вправи (за допомогою вчителя);</p> <p><i>* здійснює</i> імітацію рухів пса (за допомогою учителя).</p>
<p>Спортивно-прикладні вправи.</p>	<p><i>Має</i> уявлення про значення легкоатлетичних вправ для здоров'я людини; про відновлення після виконання вправи (за допомогою чи за підказкою учителя);</p> <p><i>дотримується</i> правил поведінки, гігієни та техніки безпеки під час занять легкою атлетикою (за допомогою чи за підказкою учителя);</p> <p><i>розрізняє та називає</i> основні просторові характеристики рухових дій та задіяні в них основні частини тіла (за допомогою чи за підказкою учителя);</p> <p><i>виконує</i> ходьбу: по діагоналі, за орієнтирами, протиходом; приставним кроком (з різними положеннями рук), по гімнастичній лаві з предметом (предметами) в руках; по гімнастичній лаві з мішечком з піском (предметом) на голові; по рейці гімнастичної лави; підлогою за мітками (наслідуючи чи за показом учителя);</p> <p><i>виконує</i> біг: на короткі дистанції з різних в.п.; на швидкість (10, 30 м); на місці з високим підніманням стегна; широким кроком через покладені предмети; зі зміною напрямку за командою (сигналом) вчителя; в «коридорчику» (40-50 см); повільний на дистанцію 300 м (наслідуючи чи за показом учителя);</p> <p><i>виконує</i> елементи баскетболу, волейболу, футболу (наслідуючи чи за показом учителя);</p>

здійснює стрибки: у довжину з місця поштовхом обох ніг на дальність; у довжину з місця поштовхом обох ніг на точність; у довжину з розбігу через перешкоду ($h=40$ см); з навівприсіду; на двох ногах з поворотами праворуч \ ліворуч; у висоту з прямого розбігу; у глибину ($h=70$ см) із м'яким приземленням; через коротку скакалку на місці на одній нозі з переміщенням вперед (за допомогою чи за показом учителя);

виконує метання: м'яча через мотузку, підвішену на $h=2-3$ м; кидання та ловля малого м'яча однією рукою; м'яча ($d=15-20$ см) однією рукою (чергуючи руки) на дальність; метання мішечків з піском ($m=300$ г) правою та лівою руками в горизонтальну ціль; метання малого м'яча в стінку (на дальність відскоку). Елементи баскетболу (ведення м'яча (сидячи на лаві, стоячи), ловля м'яча однією рукою); елементи волейболу (нижня пряма подача) (наслідуючи чи за показом учителя);

виконує лазіння: перелізання через перешкоду з опорною ногою (наприклад, гімнастичну лаву); довільне лазіння на гімнастичній стінці праворуч \ ліворуч (ноги на 1-3-ій рейці);

виконує повзання: по гімнастичному мату (праворуч \ ліворуч); по гімнастичній лаві різнойменним способом \ однойменним способом; по гімнастичному мату з підповзанням під перешкодами ($h = 40-45$ см.) (за допомогою чи наслідуючи вчителя);

вміє узгоджувати свої дії з діями іншого учня, групи (за допомогою чи за підказкою вчителя);

вміє узгоджувати дихання з виконанням вправ (наслідуючи чи за показом учителя);

** має елементарне* уявлення про правильну поставу; про старт і фініш (за

	<p>допомогою вчителя);</p> <p>* <i>виконує</i> ходьбу: в напівприсіді; з високим підніманням стегна; обмеженою площиною (за допомогою чи наслідуючи учителя);</p> <p>* <i>виконує</i> біг: навздогін (за допомогою чи за показом учителя);</p> <p>* <i>виконує</i> стрибки: багатоскоки; в довжину з місця (за допомогою вчителя);</p> <p>* <i>виконує</i> метання: підкидання та ловля великого м'яча (обома руками) (за допомогою чи наслідуючи учителя);</p> <p>* <i>виконує</i> лазіння: перелізання через перешкоду з опорною ногою (наприклад, гімнастичну лаву); довільне лазіння на гімнастичній стінці праворуч/ліворуч (ноги на 1-3-ій рейці) (за допомогою чи наслідуючи вчителя);</p> <p>* <i>здійснює</i> повзання: по гімнастичному мату, оминаючи перешкоди (за допомогою чи наслідуючи вчителя);</p> <p>* <i>вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправ (за допомогою чи наслідуючи вчителя).</p>
<p>Рухливі ігри.</p>	<p><i>Має</i> уявлення про правила та зміст розучених ігор; про позитивні та негативні емоції (за допомогою чи за вказівкою вчителя);</p> <p><i>дотримується</i> правил поведінки та безпеки при проведенні ігор (під контролем учителя);</p> <p><i>називає</i> основні частини тіла та предмети, задіяні при проведенні рухливої гри (за допомогою чи при підказці вчителя);</p> <p><i>виконує</i> ходьбу, біг, стрибки, лазіння та повзання в ігрових ситуаціях (за показом учителя);</p> <p><i>вміє</i> грати в 6-7 рухливих ігор (за допомогою чи під контролем учителя);</p> <p><i>дотримується</i> послідовності виконання рухових дій (за допомогою чи за показом учителя);</p> <p><i>вміє</i> узгоджувати фази дихання з</p>

	<p>виконанням рухів (за показом чи за підказкою вчителя);</p> <p><i>адекватно</i> емоційно реагує на ігрові ситуації (під контролем учителя);</p> <p><i>адекватно</i> спілкується (запитує, просить тощо) з іншими дітьми під час проведення гри (за допомогою чи при підказці вчителя);</p> <p><i>вміє</i> узгоджувати свої дії з діями інших учнів (за допомогою чи при підказці вчителя);</p> <p>* <i>має</i> елементарне уявлення про правила та зміст розучених ігор (за допомогою вчителя);</p> <p>* <i>розрізняє</i> основні частини тіла, задіяні при проведенні гри (за допомогою вчителя);</p> <p>* <i>дотримується</i> правил поведінки та безпеки при проведенні ігор (під контролем учителя);</p> <p>* <i>має</i> елементарне уявлення про позитивні та негативні емоції (за допомогою вчителя);</p> <p>* <i>вміє</i> грати у 3-4 рухливі гри (за допомогою вчителя);</p> <p>* <i>вміє</i> узгоджувати свої дії з діями інших учнів (за допомогою чи при підказці вчителя).</p>
Ігрова та змагальна діяльність	
<p>Рухливі ігри, естафети, змагання.</p> <p>Українські народні ігри.</p>	<p>Учень/учениця:</p> <p><i>Має</i> уявлення про правила поведінки та гігієни при проведенні рухливих ігор; правила безпеки при виконанні рухових дій; зміст розучених ігор (за допомогою чи за підказкою вчителя);</p> <p><i>бере участь</i> у рухливих іграх, естафетах і змаганнях різного рівня тренувального навантаження (відповідно до індивідуальних психофізичних можливостей) (за допомогою чи під контролем учителя);</p> <p><i>бере участь</i> у різних змаганнях: «Веселі старты», спартакіади від «Інваспорту» з різних видів спорту, фестивалі народних розваг і ігор, фізкультурні свята, Дні здоров'я та</p>

фізичної культури тощо

дотримується правил поведінки, гігієни та техніки безпеки (за допомогою чи за вказівкою вчителя);

вміє узгоджувати свої дії з діями інших гравців (за допомогою чи наслідуючи вчителя);

вміє узгоджувати дихання з фазами рухів (за допомогою чи наслідуючи вчителя);

емоційно реагує на процес і результат рухливої гри (під контролем учителя);

** має* уявлення про хід гри, її початок і закінчення; правила та зміст розучених ігор (за допомогою вчителя);

** має* уявлення про правила поведінки та гігієни при проведенні рухливих ігор і змагань; правила безпеки при виконанні рухових дій (за допомогою вчителя);

** розрізняє* основні частини тіла, задіяні при проведенні гри (за допомогою вчителя);

** бере участь* у фестивалі народних розваг і ігор, фізкультурних святах, Днях здоров'я та фізичної культури тощо (за допомогою вчителя);

** старається* узгоджувати свої дії з діями інших учнів (за допомогою вчителя);

** вміє* узгоджувати дихання з фазами рухів (за допомогою вчителя).

Комунікативна діяльність

Уроки фізичної культури, фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня, фізкультурно-масові заходи

Учень/учениця:

Сприймає звернене мовлення вчителя та однокласників (за підказкою чи за вказівкою вчителя);

має уявлення про способи взаємодії з оточуючими й окремими людьми та подіями (за допомогою чи за підказкою вчителя);

спілкується (питає, відповідає, передає потрібні предмети тощо) з іншими учнями та вчителем в процесі підготовки до уроку чи рухової дії (відповідно до індивідуальних

психофізичних можливостей);
використовує засвоєний словник в межах зрозумілого мовленнєвого матеріалу, застосовуючи його в процесі уроку (за допомогою чи за підказкою вчителя);
намагається узгоджувати свої дії з діями товаришів і вчителя (з допомогою чи під контролем учителя);
 * *використовує* засвоєний словник в межах зрозумілого мовленнєвого матеріалу, застосовуючи доступну форму (усне, жестове) мовлення (за допомогою вчителя);
 * *намагається узгоджувати* свої дії з діями інших учнів (за допомогою вчителя);
 * *дотримується* правил поведінки, гігієни та техніки безпеки на заняттях (за допомогою вчителя).

Життєва компетентність:

Учень/учениця:

виявляє інтерес до занять фізичною культурою (за підказкою чи за вказівкою вчителя);

має уявлення про окремі фізичні вправи, розучені на уроці (за підказкою вчителя);

має уявлення про правильну поставу та її значення для здоров'я людини; загартування та попередження переохолодження (за підказкою вчителя);

має уявлення про ранкову гімнастику, її значення для здоров'я людини (за вказівкою чи під контролем учителя);

має уявлення про основні просторові та часові характеристики переміщення; тілобудову (основні частини тіла людини); про основні емоції та почуття; дружбу та взаємодопомогу (за підказкою вчителя);

дотримується вимог до спортивної форми та взуття (за вказівкою чи під контролем учителя);

сприймає звернене мовлення вчителя, зосереджуючи увагу на органах артикуляції та жестах учителя (за допомогою чи за вказівкою вчителя);

сприймає текст (слова, фрази) на табличках тощо; *читає* таблички (за допомогою чи при підказці вчителя);

відповідає на короткі запитання в межах знайомого мовленнєвого матеріалу (за допомогою чи за підказкою вчителя);

розуміє зміст сприйнятого знайомого мовленнєвого матеріалу (за допомогою чи за вказівкою вчителя);

використовує основну спортивну термінологію (за допомогою чи за підказкою вчителя);

називає основні частини тіла, задіяні при виконанні вправи; основні

просторові, часові та динамічні характеристики виконаної рухової дії (за допомогою чи за підказкою вчителя);

здатен спілкуватись (запитувати, відповідати, просити тощо) з іншими учнями та вчителем в процесі уроку (відповідно до індивідуальних психофізичних можливостей);

здатен розрізняти зображення окремих емоційних станів (за допомогою чи при підказці вчителя);

здатен розрізняти використані предмети за розміром, формою, кольором (за допомогою чи за підказкою вчителя);

вміє узгоджувати фази дихання з виконанням вправи (за допомогою чи наслідуючи вчителя);

виконує елементи фізичних вправ і окремі фізичні вправи (за допомогою чи за показом учителя);

здатен виконувати прості поєднання фізичних вправ (за допомогою чи за показом учителя);

здатен дотримуватись послідовності виконання вправ (за допомогою чи під контролем учителя);

здатен проводити елементарний аналіз своїх дій та дій інших учнів (за допомогою вчителя);

вміє використовувати здобуті рухові навички (ходьбу, стрибки, повзання тощо) для заданої імітації (за допомогою чи під контролем учителя);

здатен використовувати приклад, підказку тощо як допомогу при виконанні завдання вчителя (за допомогою чи під контролем учителя);

здатен прикладати зусилля для покращення результату своїх дій (за допомогою вчителя);

* *здійснює* підготовку до уроку фізичної культури (за допомогою учителя);

* *дотримується* основних правил поведінки, гігієни та безпеки на уроці фізичної культури (за допомогою вчителя);

* *здатен орієнтуватись* в спортивному залі, в роздягальні та на спортивному майданчику (за допомогою учителя);

* *здатен розрізняти* предмети, використані на уроці фізкультури (за допомогою вчителя);

* *має елементарне уявлення* про загартування та попередження переохолодження; про руховий режим дня учня, значення ранкової гігієнічної гімнастики (за допомогою вчителя);

* *має елементарне уявлення* про окремі гімнастичні та спортивно-прикладні вправи; старт і фініш (за допомогою вчителя);

* *має елементарне уявлення* про основні частини тіла, задіяні при виконанні вправи; про основні часові та просторові характеристики виконаної рухової дії; про тілобудову людини (за допомогою вчителя);

* *сприймає* звернене мовлення вчителя (за допомогою вчителя);

* *сприймає* використане наочне приладдя (кіно-, відеозапис, світлосигналізацію, фотографії, плакати, таблички тощо) (за допомогою вчителя);

* *виконує* команди та розпорядження вчителя (за допомогою вчителя);

* *здат ен використ овуват и* засвоєний словник в межах зрозумілог мовленнєвого матеріалу, застосовуючи в процесі уроку доступну форму (усне, жестове) мовлення (за допомогою вчителя);

• *здат ен виконуват и* фізичні вправи, задані вчителем (за допомогою ч/ї наслідуючи вчителя);

• *здат ен узгодж уват и* свої дії з діями інших учнів (за допомогою вчителя);

* *здат ен використ овуват и* здобуті рухові навички (ходьбу, стрибкі) повзання тощо) в практичній діяльності (за допомогою вчителя);

* *здат ен узгодж уват и* дихання з виконанням фізичної вправи (за допомогою чи наслідуючи вчителя)

Варіативна складова навчального плану використовується на підсилення предметів інваріантної складової.

Варіативна складова (1година) навчального плану для 1-3 класів школи-інтернату використовується на:

- додаткові години для вивчення предметів освітніх галузей, а саме на предмет **«Я досліджую світ»**.

№	Клас	Предмети	Кількість годин інваріативної складової типової освітньої програми	Кількість годин інваріативної складової навчального плану на 2020-2021 н.р.
1.	1	Я досліджую світ	3	2
2.	2	Я досліджую світ	4	1
3.	3	Я досліджую світ	4	1

Корекційно-розвиткова робота

В навчальний план включено години корекційно-розвиткових занять, зміст яких зумовлений особливостями психофізичного розвитку здобувачів освіти і реалізується через «Соціально-побутове орієнтування», «Розвиток мовлення», «Лікувальну фізкультуру», «Ритміку».

Метою корекційно-розвиткової роботи є психосоціальний розвиток та корекція психофізичних порушень дітей з інтелектуальними порушеннями.

Основними завданнями корекційно-розвиткових занять є:

1. Формування особистісних якостей дитини, розвиток і корекція всіх психічних процесів, сприяння психологічної адаптації та соціальної реабілітації дітей.
2. Розвиток та подолання порушень усного та писемного мовлення.
3. Корекція та розвиток рухових порушень та недоліків фізичного розвитку, формування вмінь диференціювати рухи відповідно до ступеня мускульних навантажень, темпу рухів, підпорядкування рухів музиці.

Перелік програм з корекційно-розвиткової роботи

Предмет	Програми	Автор	Рік
<i>Ритміка</i>	Програма корекційно-розвиткової роботи «У світі ритмів»	Левченко Л. Й., Гладченко І. В.	2016 рік
<i>Соціально-побутове орієнтування</i>	Навчальна програма для підготовчого, 1-4 класів спеціальних загальноосвітніх навчальних закладів для розумово-відсталих дітей	Ярмола Н.А.	2014 р
<i>Лікувальна фізкультура</i>	Програма корекційно-розвиткової роботи «Лікувальна фізкультура»	І. В. Бобренко	2018 р.
<i>Розвиток зв'язного мовлення</i>	Корекційно-розвивальні програми з розвитку мовлення	Хайдарова О. С.	2016р.

«Розвиток зв'язного мовлення»

Мета занять з «Розвитку зв'язного мовлення»: створення ефективних передумов для всебічного розвитку дитини, забезпечення умов, які б допомогли успішно сформувати потребу у мовному спілкуванні та практично оволодіти мовленням як засобом комунікації, в процесі пізнання навколишнього світу. Корекційна робота проводиться у наступних напрямках, по-перше, робота над створенням передумов мовленнєвого розвитку, по-друге – над розвитком основних функцій мовлення.

Завдання програми:

- Активізація мовленнєвої і пізнавальної діяльності.
- Розвиток та корекція пізнавальної сфери дитини.
- Формування комунікативної діяльності.
- Розвиток та корекція мовлення дитини.
- Розвиток загальної та артикуляційної моторики.

1 клас
(годин на тиждень)

№ П/ П	К- СТ Б ГО Д	Зміст навчального матеріалу	Очікувані результати розвитку (мінімальні досягнення/максимальні досягнення)	Корекційна спрямованість
1.		<p><u>Пропедевтичний період</u> Формування структурних компонентів навчальної діяльності. Знайомство учнів з вчителем і класом. <i>(Власні ім'я та прізвище.)</i> Режим дня у школі. <i>(Розпорядок дня школяра.)</i> Правила поведінки у класі. Постава за партою. <i>(Зовнішній вигляд людини: правила охайності.)</i> Організація робочого місця. <i>(Предмети побуту, які нас оточують. Користування ними.)</i> Бесіди на теми: «Наша школа», «Наш клас», «Шкільне подвір'я», «Культура поведінки учнів в школі, на подвір'ї, на вулиці».</p>	<p>Учень/ учениця (з допомогою педагога): -орієнтується в режимі навчального процесу, правилах поведінки на уроці та перерві; -сидить правильно за партою; -організовує своє робоче місце;</p> <p>- виконує елементарні правила самообслуговування та особистої гігієни;</p>	<p>Формувати вміння орієнтуватися в режимі навчального процесу, правилах поведінки на уроці та перерві. Формувати правильну поставу під час письма. Формувати елементарні навички самообслуговування та особистої гігієни. Формування усвідомленого розуміння сказаного вчителем, його запитань, порад, вказівок. Розвиток вміння висловлювати свої прохання вербально, або жестово-мімічними засобами, працювати відповідно до інструкцій вчителя. Збагачення словникового</p>

	<p>Словесні форми спілкування з дітьми та дорослими. <i>(Ознайомлення з навколишнім Людина. Власні ім'я а прізвище. Зовнішній вигляд людини: правила охайності. Розпорядок дня школяра, корисне харчування. Предмети побуту, які нас оточують. Користування ними. Екскурсія: приміщення школи.)</i></p>		запасу.
2.	<p>Розвиток комунікативних здібностей. Ігри і вправи для органів артикуляції і формування мовленнєвого дихання. <i>(Органи чуттів людини.)</i> Звернення один до одного, до вчителя за допомогою слів, жестів, дій. Розширення практичного використання жестів в спілкуванні, під час розв'язання задач побутового або навчального</p>	<p>Учень/ учениця (з допомогою педагога): - виконує артикуляційні вправи; - звертаються один до одного за допомогою слів, жестів, дій; - виконує доручення вчителя; - правильно наслідує звуки природи; - намагається повторювати за вчителем звуки, звукосполучення, прості слова і фрази; - відповідає на прості запитання до прослуханого; - користується</p>	<p>Розвиток слухового сприймання та слухової уваги. Розвиток органів артикуляції. Формування мовленнєвого дихання. Формування усвідомленого розуміння сказаного вчителем, його запитань, порад, вказівок. Розвиток вміння висловлювати свої прохання вербально, або жестово-мімічними засобами,</p>

	<p>характеру. (<i>Предмети побуту, які нас оточують. Користування ними.</i>) Наслідування звуків природи (голосів тварин та птахів). (<i>Тварини домашні та дикі.</i>) Правильна вимова голосних звуків, розрізнення звуків на слух. (<i>Птахи.</i>) Введення в мовлення дітей доступних етикетних виразів: «спасибі», «будь-ласка», «вибачте» і т.д. Збагачення словника найпростішими виразами, необхідними для виконання спільних дій: «на», «візьми», «не те» та ін. Оформлення прохання, бажання вербально або жестово- мімічними засобами. (<i>Корисне харчування.</i>) Слухання казок, оповідань з усного переказу вчителя, відповіді на запитання за змістом прослуханого. Ігри-драматизації з</p>	<p>етикетними виразами.</p>	<p>працювати відповідно до інструкцій вчителя. Формування усвідомленого користування етикетних виразів. Формування вмінь розрізняти звуки та нескладні звукосполучення, схожі за звуковим складом. Розвивати фонематичний слух. Розвивати зв'язне мовлення. Збагачення та накопичення словника на основі розширення знань та уявлень про довкілля.</p>
--	---	-----------------------------	--

	<p>використанням сюжетів та лексики вивчених казок, оповідань, віршів.</p> <p>Виконання словесних доручень вчителя, дітей.</p> <p>Повторення за вчителем окремих звуків, звукосполучень, простих слів і фраз.</p> <p>Відповіді на запитання вчителя (однозначні, показування).</p> <p><i>(Поняття про живу та неживу природу. Що належить до природи?)</i></p> <p>Розрізнення звуків і нескладних звукосполучень, схожих за звуковим складом (ау-уа, ам-ма, ох-ух). <i>(Голоси та звуки природи. Шум дерев, струмка, моря...)</i></p> <p>Сприймання на слух та розуміння окремих слів.</p> <p>Слухання казок, оповідань з усного переказу вчителя, відповіді на запитання за змістом прослуханого.</p>		
--	--	--	--

<p>3.</p>	<p>Активізація мовленнєвої і пізнавальної діяльності. Розрізнення основних кольорів (червоний, синій, зелений, жовтий). (<i>Овочі. Фрукти. Ягоди.</i>) (на основі натуральних овочів та фруктів, листя дерев та кущів). Розрізнення предметів за кольором, формою, величиною на основі дотикових відчуттів. Знаходження предмета за даними ознаками. Відтворення комбінацій з ліній та фігур (за зразком, інструкцією). Виділення частин цілого, розпізнавання предметів за його частиною. Складання предмета із частин. Слухання, запам'ятовування та часткове відтворення складових комплексів і слів (не більше трьох), подібних за звучанням: (я-я-я-ось моя сім'я, ко-ко-ко-я п'ю молоко, ох-ох-ох-баба сіяла горох). Приспівування</p>	<p>Учень/ учениця (з допомогою педагога): -розрізняє основні кольори (червоний, зелений, синій, жовтий); -розрізняє предмети за кольором та формою, величиною, смаком; -на основі натуральних овочів та фруктів розрізняє предмети за кольором, формою, величиною; знаходить заданий предмет, підбирає парний предмет; знаходить предмет за даними ознаками; співвідносить предмет з його зображенням-відтворює комбінації з ліній та фігур; -виділяє частину від цілого, розпізнає предмети за їх частиною; складає предмет із частин; -проспівує звуковий та складовий ланцюжок ; -слухає, запам'ятовує та частково відтворює склади та слова подібні за звучанням; -співвідносить предмети та їх дії з опорою на малюнки, за уявою; -класифікує предмети,</p>	<p>Формування сприймання кольорів. Знаходження кольору за еталоном, засвоєння назв кольорів. Розвиток аналітико-синтетичного сприймання: виділення кольору за назвою, виділення предмета означеного кольору. Класифікація предметів за кольором, формою, розміром. Формування навчальної діяльності: розвиток умінь слухати, діяти за інструкцією вчителя щодо вибору означеного кольору. Уточнення назв кольорів. Співвідношення предмету з відповідним кольором, формою та розміром. Формування поняття простору на основі орієнтації в частинах свого тіла. Орієнтування в різних площинах,</p>
-----------	--	--	--

	<p>звукового та складового ланцюжка на знайомі мотиви дитячих пісень. Співвідношення предметів та їх дій з опорою на малюнки, за уявою (хто? що? – що робить?). (<i>Осінь. Сезонні зміни в природі.</i>)</p> <p>Класифікація предметів, їх зображень за поданою характеристикою. (<i>Осінь. Сезонні зміни у природі. Овочі, фрукти. Похолодання, випадання дощів.ю зміна забарвлення листя, листопад.</i>)</p> <p>Виділення зайвого предмета із запропонованих.</p> <p>Підбір узагальнюючих слів до групи предметів, об'єднаних за родовими (видовими) ознаками. (<i>Овочі. Фрукти. Ягоди.</i>)</p> <p>Виділення із двох близьких за змістом картин тієї, яка відповідає прослуханій розповіді.</p>	<p>їх зображення за поданою характеристикою; -виділяє зайвий предмет із запропонованих; -підбирає узагальнюючі слова до груп предметів;</p>	<p>слідкування за переміщенням предметів та визначення напрямку руху. Розвиток рухової пам'яті. Вчити співставляти форму, розмір, колір предмета з натуральними овочами та фруктами. Формувати вміння співвідносити предмет з його зображенням, відтворювати комбінації з ліній та фігур, виділяти частину від цілого, складати предмет із частин. Збагачення словникового запасу.</p>
4.	Розвиток дрібної і	Учень/ учениця (з	Формувати вміння

	<p>загальної моторики. Розрізнення, добір та нанизування дрібних предметів, різних за кольором, розміром, формою. Робота з розбірними моделями іграшок (пірамідка, матрешка, формочки для піску, грибок та ін.) за зразком.</p>	<p>допомогою педагога): -розрізняє, добирає та нанизує (намагається) дрібні предмети, різні за кольором, розміром і формою; -складає розбірні іграшки.</p>	<p>та навички розрізняти, добирати та нанизувати дрібні предмети, різні за кольором, розміром і формою; складати розбірні іграшки. Розвивати дрібну та загальну моторику. Збагачувати словниковий запас.</p>
5.	<p>Підготовка до читання. Ігри та вправи із звуками оточуючого середовища: розрізнення немовних звуків, імітація, співвідношення звука з його джерелом, характеристика звука за силою звучання (голосно, тихо). (Тварини свійські: кіт, собака, корова. Зовнішній вигляд.) Наслідування звуків природи (голосів тварин, птахів). (Птахи: голуб, ворона. Зовнішній вигляд.) Практичне знайомство із словом, як одиницею мовлення: виділення слова в ряду інших</p>	<p>Учень/ учениця (з допомогою педагога): -розрізняє немовні звуки, імітує, співвідносить звук з його джерелом; -наслідує звуки природи; -виділяє слово в ряду інших слів (з допомогою хлопків, відстукуванням).</p>	<p>Розвиток слухового сприймання та слухової уваги. Формування усвідомленого розуміння сказаного вчителем, його запитань, порад, вказівок. Розвиток вміння висловлювати свої прохання, працювати відповідно до інструкцій вчителя. Розвиток фонематичного слуху. Формувати вміння виділяти слово в ряду інших слів. Збагачувати словниковий запас.</p>

	слів (хлопки, відстукування).		
б.	<p>Розвиток графічних умінь. Правильна постава під час письма. Ігрові вправи на активізацію рухів кистей руки, пальців («пальчикова гімнастика»).</p> <p>Малювання вертикальних ліній різної довжини. Малювання вертикальних ліній за завданням вчителя («Намалюй стільки ж ліній», «Намалюй лінії такого ж кольору», «Намалюй лінії іншого кольору» та ін..)</p> <p>Малювання комбінації з вертикальних ліній («Намалюй стільки ж ліній», «Намалюй лінії такого ж кольору», «Намалюй лінії в тому ж порядку»).</p> <p>Малювання вертикальних ліній від початкової крапки. Малювання горизонтальних ліній однакової довжини («Гребінь», «Паркан»,</p>	<p>Учень/ учениця (з допомогою педагога): -правильно сидить під час письма; -правильно тримає в руці олівець, ручку та пензлик; -малює на нелінованому папері вертикальні, горизонтальні, прямі похилі лінії; -креслить фігури за допомогою трафаретів; -домальовує предмет знайомими лініями;</p>	<p>Формування правильної постави під час письма. Розвиток аналітико-синтетичного сприймання: виділення приладів для письма за назвою. Класифікація приладів для письма. Розвиток загальної моторики. Розвиток рухів рук за наслідуванням дій педагога, зорово-рухової координації та предметних дій. Формування навчальної діяльності: розвиток умінь слухати, діяти за інструкцією вчителя. Розвиток загальної моторики. Розвиток зорового сприймання та зорової уваги. Удосконалення орієнтування на листі паперу. Формування базових графічних навичок. Формування вмінь</p>

		<p>«Драбинка»).</p> <p>Малювання прямих похилих ліній в різних напрямках («Сонечко», «Гілки дерева»).</p> <p>Домальовування предметів знайомими лініями.</p> <p>Креслення на нелінованому папері фігур і композицій за допомогою трафаретів.</p> <p>Використання різноманітних матеріалів для графічних дій: крейда, олівці, акварельна фарба, фломастери.</p> <p><i>(Зима. Сезонні зміни у природі. Холодне повітря, мороз, снігопад, лід, сніжинка.</i></p> <p><i>Весна. Сезонні зміни у природі. Потепління, танення снігу, цвітіння, приліт птахів.)</i></p>		<p>та навичок малювання ліній на нелінованому папері; креслення фігур за допомогою трафаретів;</p> <p>домальовувати предмет знайомими лініями; Малювання ліній за завданням вчителя.</p> <p>Збагачення словника учнів.</p>
7.		Повторення вивченого матеріалу.		

2 клас
(годин на тиждень)

№ П/	К-СТЬ	Зміст навчального матеріалу	Очікувані результати	Корекційна спрямованість
------	-------	-----------------------------	----------------------	--------------------------

П	ГОД		розвитку (мінімальні досягнення/максим альні досягнення)	
1.		<p>Пропедевтичний період Повторення, закріплення і розширення вивченого в 1 класі. Закріплення навичок навчальної діяльності. Бесіди на теми: «Наша школа», «Наш клас», «Шкільне подвір'я», «Обов'язки учня», «Культура поведінки учнів в школі, на подвір'ї, на вулиці». Словесні форми спілкування з дітьми та дорослими. <i>(Ознайомлення з навколишнім</i> <i>Людина. Власні ім'я а прізвище.</i> <i>Зовнішній вигляд людини: правила охайності.</i> <i>Розпорядок дня школяра, корисне харчування.</i> <i>Предмети побуту, які нас оточують. Користування ними.</i> <i>Екскурсія: приміщення школи.)</i></p>	<p>Учень/ учениця (з допомогою педагога): -орієнтується в режимі навчального процесу, правилах поведінки на уроці та перерві; -сидить правильно за партою; -організовує своє робоче місце; -правила поведінки у школі; -елементарні правила самообслуговування та особистої гігієни; -словесні форми спілкування; -обов'язки учня;</p>	<p>Формувати вміння орієнтуватися в режимі навчального процесу, правилах поведінки на уроці та перерві. Формувати правильну поставу під час письма. Формувати елементарні навички самообслуговування та особистої гігієни. Формування усвідомленого розуміння сказаного вчителем, його запитань, порад, вказівок. Розвиток вміння висловлювати свої прохання вербально, або жестово-мімічними засобами, працювати відповідно до інструкцій вчителя. Збагачення словникового запасу.</p>
2.		Розвиток комунікативних		

		здібностей.		
3.		<p>Розвиток слухання-розуміння мовлення вчителя. Накопичення словникового запасу. Слухання-розуміння мовлення вчителя. Наслідування мовлення вчителя. (<i>Пори року. Уявлення про погоду. Вітер, хмари, опади. Погода взимку, влітку.</i>) Відповіді на запитання вчителя (однозначні). Називання (показування) різних предметів за їх зображенням на малюнках. (<i>Осінь. Сезонні зміни у природі. Овочі, фрукти. Похолодання, випадання дощів.ю зміна забарвлення листя, листопад.</i>)</p>	<p>Учень/ учениця (з допомогою педагога): -слухає-розуміє мовлення вчителя; -наслідує мовлення вчителя; -відповідає на однозначні запитання; -називає (показує) різні предмети за їх зображеннями на малюнках;</p>	<p>Розвиток слухового сприймання та слухової уваги. Формування усвідомленого розуміння сказаного вчителем, його запитань, порад, вказівок. Розвиток вміння висловлювати свої прохання. Розвиток усного мовлення. Збагачення та накопичення словника на основі розширення знань та уявлень про довкілля.</p>
4.		<p>Активізація мовленнєвої і пізнавальної діяльності. Розрізнення основних кольорів (чорний, білий, червоний, синій, зелений, жовтий). (<i>Овочі. Фрукти. Ягоди.</i>) Сприймання і відтворення найпростіших комбінацій з прямих ліній та фігур зліва направо в горизонтальному положенні. Конструювання з допомогою вчителя простих, добре відомих дітям предметів (драбинка, паркан, ялинка, вікно та ін.). Складання розрізних малюнків зображення одного-двох предметів</p>	<p>-розрізняє основні кольори (чорний, білий, червоний, зелений, синій, жовтий); -сприймає і відтворює найпростіші комбінації з прямих ліній та фігур; -конструює предмети з допомогою вчителя; -складає розрізні малюнки; -повторює за вчителем окремих звуків, звукосполучень,</p>	<p>Формування сприймання кольорів. Знаходження кольору за еталоном, засвоєння назв кольорів. Розвиток умінь слухати, діяти за інструкцією вчителя. Формування вмінь та навичок сприймання та відтворення комбінацій з прямих ліній та фігур; конструювання предметів з</p>

	<p>(яблуко, груша, котик, півник, чашка з блюдцем, будиночок тощо). Ознайомлення з органами мовлення, їх роль у звуковимові. (<i>Органи мовлення та чуттів людини.</i>) Повторення за вчителем окремих звуків, звукосполучень, простих слів і фраз. Відповіді на запитання вчителя (однозначні, показування). Сприймання на слух та розуміння окремих слів. Засвоєння слів-назв предметів певних тематичних груп: класні меблі, навчальне приладдя, іграшки, овочі, фрукти, харчові продукти, посуд, свійські тварини, звірі, одяг та взуття, предмети особистої гігієни. Позначення словом дій предметів (за запитанням: <i>Хто що робить?</i>). (<i>Зима. Зимова праця людини. Зимові дитячі ігри.</i>)</p>	<p>простих слів і фраз; -відрізняє на запитання вчителя; -сприймає на слух та розуміє окремі слова; -засвоює слова-назви предметів певних тематичних груп; -позначає словом дію предмета; підбирає узагальнюючі слова до груп предметів;</p>	<p>допомогою вчителя; складання розрізних малюнків. Формувати вміння співвідносити предмет з його дією. Формування поняття простору. Орієнтування в різних площинах, слідування за переміщенням предметів та визначення напрямку руху. Розвиток рухової пам'яті. Розвиток фонематичного слуху. Розвиток пам'яті. Формувати вміння засвоювати слова-назви предметів певних тематичних груп. Збагачення словникового запасу.</p>
5.	<p>Підготовка до читання. Ігри та вправи із звуками оточуючого середовища: розрізнення немовних звуків, імітація, співвідношення звука з його джерелом, характеристика звука за силою звучання (голосно, тихо). (<i>Голоси та звуки природи. Шум дерев,</i></p>	<p>Учень/ учениця (з допомогою педагога): -розрізняє немовні звуки, імітувати, співвідносить звук з його джерелом; -наслідує звуки природи; -виділяє слово в ряду інших слів (з</p>	<p>Розвиток слухового сприймання та слухової уваги. Формування усвідомленого розуміння сказаного вчителем, його запитань, порад, вказівок.</p>

	<p><i>струмка, моря...)</i> Наслідування звуків природи (тварин, птахів). <i>(Тварини свійські: кіт, собака, корова. Зовнішній вигляд.)</i> Практичне знайомство із словом, як одиницею мовлення: виділення слова в ряду інших слів (хлопки, відстукування), називання слів за завданням вчителя (з допомогою предметних та сюжетних малюнків, особистий досвід дітей). Вправи з поскладовим промовлянням слів в супроводі ритмічних рухів (хлопки, кроки, помаху руками та ін.). Поняття «частина слова». Практичне знайомство з реченням: повторення речень за вчителем з правильною інтонацією. <i>(Зима. Сезонні зміни у природі. Холодне повітря, мороз, снігопад, лід, сніжинка.)</i> Складання речень за спостережуваною дією, за предметними та сюжетними малюнками, з опорою на власний досвід. Ділення коротких речень (2-3 слова) на слова («Про кого це речення?», «Що робить...?») <i>(Тварини дикі: вовк, заєць. Зовнішній вигляд.)</i> Розрізнення заданого звука в словах: виділення звука, який часто повторюється; виділення слова, яке починається з заданого</p>	<p>допомогою хлопків, відстукуванням); називає слова за завданням вчителя; -поскладово промовляє слова в супроводі ритмічних рухів; -повторює речення за вчителем з правильною інтонацією; -складає речення за спостереженнями дії, за сюжетними і предметними малюнками, з опорою на власний досвід; -ділить короткі речення на слова; -розрізняє заданий звук в словах; виділяє звук, який часто повторюється; виділяє слово, яке починається з заданого звука; -визначає перший звук у слові;</p>	<p>Розвиток вміння висловлювати свої прохання, працювати відповідно до інструкцій вчителя. Розвиток фонематичного слуху. Формування вміння розрізняти немовні звуки; імітувати, співвідносити звук з його джерелом; наслідувати звуки природи. Формування уявлень про структуру речення, умінь будувати речення на основі різних опор. Розвиток уміння співвідносити слово з реальним предметом. Формувати вміння складати речення за спостереженнями дії, за сюжетними і предметними малюнками; ділити короткі речення на слова; розрізняти заданий звук; виділяти слово. Збагачення словникового запасу.</p>
--	---	--	--

	звучає. Визначення першого звука в слові.		
6.	<p>Розвиток графічних умінь. Правильна постава під час письма. (<i>Здоров'я людини.</i>) Ігрові вправи на активізацію рухів кистей руки, пальців («пальчикова гімнастика»).</p> <p>Малювання вертикальних ліній різної довжини. Малювання вертикальних ліній від початкової крапки. Малювання горизонтальних ліній однакової довжини («Гребінь», «Паркан», «Драбинка»).</p> <p>Малювання прямих похилих ліній в різних напрямках («Сонечко», «Гілки дерева»).</p> <p>Домальовування предметів знайомими лініями.</p>	<p>Учень/ учениця (з допомогою педагога): -правильно сидить під час письма; -правильно тримає в руці олівець, ручку та пензлик; -малює на нелінованому папері вертикальні, горизонтальні, прямі похилі лінії; -домальовує предмет знайомими лініями;</p>	<p>Формування правильної постави під час письма; вміння користуватися засобами для письма та малювання. Розвиток дрібної моторики. Удосконалення навичок орієнтувальної діяльності. Удосконалювати вміння та навички малювання ліній на нелінованому папері; ліній від початкової крапки; ліній за завданням вчителя. Збагачення словникового запасу.</p>

7.	<p>Спеціальна підготовка до письма. Корекція пози за партою. Орієнтування в зошиті. Проведення прямих, прямих ламаних і хвилястих ліній неперервним рухом руки зліва направо (в межах можливого). (<i>Весна. Сезонні зміни у природі. Потепління, танення снігу, цвітіння, приліт птахів.</i>) Подальший розвиток координації рухів кисті</p>	<p>Учень/ учениця (з допомогою педагога): -орієнтується на сторінці зошита; -проводить прямі, прямі ламані і хвилясті лінії неперервним рухом руки (в межах можливого); -розфарбовує кольоровими олівцями</p>	<p>Формування правильної постави під час письма; вміння користуватися засобами для письма та малювання; вміння орієнтуватися у зошиті. Розвиток дрібної моторики. Удосконалення навичок</p>
----	--	--	---

	<p>руки і пальців у процесі виконання гімнастичних вправ та різних видів практичної діяльності. (Здоров'я людини. Вплив фізичної культури на здоров'я людини.)</p> <p>Розфарбовування кольоровими олівцями геометричних фігур і нескладних малюнків прямими і хвилястими лініями.</p> <p>Письмо олівцем прямих і похилих паличок в зошиті та крейдою на дошці.</p> <p>Основні елементи рукописних букв: пряма коротка і довга паличка з різними інтервалами, похила коротка і довга паличка, овал.</p>	<p>геометричних фігур і нескладних малюнків прямими і хвилястими лініями;</p> <p>-пише в зошиті та на дошці прямі і похилі палички;</p> <p>-пише в зошиті та на дошці елементи писемних букв: пряма коротка та довга паличка, похила коротка та довга паличка, овал;</p>	<p>орієнтувальної діяльності.</p> <p>Розвиток сенсорних здібностей.</p> <p>Формування вміння писати в зошиті та на дошці основні елементи рукописних букв.</p>
7.	<p>Удосконалення та подальший розвиток дрібної і загальної моторики.</p>		
8.	<p><u>Основний період</u> <u>Букварний період.</u> <u>Навчання грамоти.</u> Вивчення звуків і букв I етапу: А, У, О, М, Х, С, Н, И, Л, Ш, Ц, К, Р.</p> <p>Співвідношення звука і букви, визначення місця звука і букви у слові; фіксація буквою початкового звука у словах. (Птахи: голуб, ворона. Зовнішній вигляд.)</p> <p>Формування зорових еталонів букв: знаходження заданої букви серед інших букв чи знаків; впізнавання букв,</p>	<p>Учень/ учениця (з допомогою педагога):</p> <p>-співвідносить звук і букву; визначає місце звука і букви у слові; визначає перший звук у слові;</p> <p>-знаходить задану букву серед інших букв чи знаків; впізнає букви, накладені одна на одну; виділяє з ряду правильно написану букву з опорою на зразок;</p>	<p>Розвиток фонематичного сприймання, правильної й чіткої звуковимови.</p> <p>Подальший розвиток слухового і зорового сприймання.</p> <p>Розвиток мовленнєвого слуху.</p> <p>Розвиток звукобуквеного аналізу.</p> <p>Розвиток</p>

	<p>накладених одна на одну; виділення з ряду правильно написаної букви з опорою на зразок; складання букв з паличок, паперових смужок, проволоки за зразком; доповнення відсутнього елемента букви; називання та порівняння графічно схожих букв. (<i>Охорона тварин.</i>)</p> <p>Запам'ятовування цілісних образів слів, які складаються з вивчених букв (мама, сон, сом, папа, липа, молоко...), співвідношення слів з предметами, які вони називають. Складання індивідуальних альбомів вивчених слів, використання їх для вирішення задач навчального та практичного характеру. (<i>Літо. Сезонні зміни у природі. Ягоди, фрукти, овочі. Відпочинок влітку.</i>)</p> <p>Друкування вивчених букв та слів: за зразком, під диктовку, дописування відсутніх елементів. Записування свого імені, прізвища.</p>	<p>складає букви з паличок; доповнює відсутній елемент букви; називає та порівнює графічно схожі букви; -запам'ятовує цілісний образ слів, які складаються з вивчених букв; співвідносить слова з предметами, які вони називають; -друкує вивчені букви та слова (за зразком, під диктовку, дописує відсутній елемент); -пише своє ім'я та прізвище; <u>Мати уявлення:</u> -букви та звуки А, У, О, М, Х, С, Н, И, Л, Ш, П, К, Р;</p>	<p>фонематичного слуху. Розвиток аналітико-синтетичної діяльності в процесі роботи зі звуками та звукосполученнями. Стимуляція мовленнєвої активності. Активізація засвоєння семантичного (сислового) боку мовлення. Формувати вміння знаходити задану букву; складати букви з паличок; порівнювати букви. Розвиток оперативної пам'яті. Розвиток усного зв'язного мовлення. Регулювання інтонаційної виразності усного мовлення, темпу і сили голосу. Розвивати зорову пам'ять. Формування вмінь друкувати букви та слова, своє ім'я. Збагачення словникового запасу.</p>
--	---	--	--

9.		Повторення та закріплення вивченого матеріалу.		
----	--	---	--	--

Зклас
(годин на тиждень)

№	К- СТ П/ П ГО Д	Зміст навчального матеріалу	Очікувані результати розвитку (мінімальні досягнення/максимальні досягнення)	Корекційна спрямованість
1.		<p><u>Букварний період. Навчання</u></p> <p><u>грамоти (продовження) .</u></p> <p>Розвиток навичок мовленнєвої діяльності (слухання-розуміння, говоріння, читання). Розвиток усного мовлення. Накопичення активного словникового запасу.</p> <p>Слухання-розуміння мовлення вчителя, однокласників.</p>	<p>Учень/ учениця (з допомогою педагога):</p> <p>-слухає-розуміє мовлення вчителя, однокласників;</p> <p>-повторює речення за вчителем;</p> <p>-закінчує розпочате речення (з допомогою);</p> <p>-складає за запитаннями вчителя речень з 2-4 слів</p> <p>до розглянутого малюнка,</p>	<p>розвиток слухового сприймання та слухової уваги.</p> <p>Формування усвідомленого розуміння сказаного вчителем, його запитань, порад, вказівок.</p> <p>Розвиток вміння висловлювати свої</p>

	<p>Повторення речення за прослуханої казки;</p> <p>вчителем, товаришем. (<i>Поняття про живу та неживу природу. Що належить до природи?</i>)</p> <p>Закінчення розпочатого речення (з допомогою вчителя).</p> <p>Відповіді на запитання до прослуханого, прочитаного. Складання за запитаннями вчителя речень з 2-4 слів до розглянутого малюнка , прослуханої казки. Виділення на слух з живого мовлення окремих слів, в словах – окремих звуків. (<i>Пори року. Уявлення про погоду. Вітер, хмари, опади.</i>)</p> <p>Поділ речень з 2-4 слів на слова.</p>	<p>-виділяє на слух з живого мовлення окремих слів, в словах-окремих звуків;</p> <p>-ділить речення – 2-4 слів на слова;</p>	<p>прохання, працюват</p> <p>и відповідно до інструкцій вчителя.</p> <p>Формування уявлен</p> <p>ь про структуру речення, умінь будуват</p> <p>и речення на основі різних опор.</p> <p>Розвиток усног</p> <p>о мовлення.</p> <p>Виховання культур</p> <p>и усного мовлення.</p> <p>Збагачення та накопичення словника на основі розширення знань та уявлень про довкілля.</p>
2.	<p>Розвиток комунікативних здібностей.</p>		
3.	<p><u>Букварний період.</u> <u>Навчання грамоти.</u></p>	<p>Учень/ учениця (з допомогою педагога):</p>	<p>Розвиток фонематичного</p>

	Вивчення звуків і букв І етапу: А, У, О, М, Х, С, Н, И, Л, Ш, Ц, К, Р.	-правильно чує та вимовляє звуки; -розрізняє різні звуки ,	сприймання, правильно й чіткої звуковимови.
--	---	--	--

	<p>Читання і розвиток усного мовлення.</p> <p>Розширення словникового запасу.</p> <p>Повторення та закріплення знань і навичок, засвоєних у попередніх класах.</p> <p>Розвиток фонематичного слуху і правильної вимови звуків. (<i>Органи слуху, мовлення, чуттів людини.</i>)</p> <p>Розрізнення різних звуків – шумів (стук, дзвін, дзенькіт, гудіння, плескання) та мовних звуків, звукосполучень під час спостережень оточуючої дійсності та ігри. (<i>Голоси та звуки природи. Шум дерев, струмка, моря...</i>) Співвідношення звука і букви, визначення місця звука і букви у слові; фіксація буквою початкового звука у словах. (<i>Поняття про добу: день, ніч.</i>) Формування зорових еталонів букв: знаходження заданої букви серед інших букв чи знаків; впізнавання букв, накладених одна на одну; виділення з ряду правильно написаної</p>	<p>звукосполучень; -співвідносить звук і букву; визначає місце звука і букви у слові; визначає перший звук у словах; -знаходить задану букву серед інших букв чи знаків; впізнає букви, накладені одна на одну; виділяє з ряду правильно написаної букви з опорою на зразок; складає букви з паличок; доповнює відсутній елемент букви; називає та порівнює графічно схожі букви; -запам'ятовує цілісний образ слів, які складаються з вивчених букв; співвідносить слова з предметами, які вони називають; -друкує вивчені букви та слова; -пише своє ім'я та прізвище;</p>	<p>Розвиток слухового і зорового сприймання. Розвиток мовленнєвого слуху. Розвиток звукобуквеного аналізу. Подальший розвиток к сифніфікативної функції мовлення (функції позначення). Стимуляція мовленнєвої активності. Розвиток оперативної пам'яті. Формування вміння граматично правильно будувати речення (фрази) за зразком, даним учителем). Формування читацьких умінь. Розвиток усного зв'язного мовлення. Регулювання інтонаційної виразності усного</p>
--	---	--	---

	<p>букви з опорою на зразок; складання букв з паличок, паперових смужок, проволоки за зразком; доповнення відсутнього елемента букви; називання та порівняння графічно схожих букв. <i>(Тварини свійські: кіт, собака, корова. Зовнішній вигляд.)</i> Запам'ятовування цілісних образів слів, які складаються з вивчених букв (мама, сон, сом, папа, липа, молоко...), співвідношення слів з предметами, які вони називають. <i>(Осінь. Сезонні зміни у природі.)</i></p>		<p>о мовлення, темпу і сили голосу. Розвиток фонематичного слуху. Формувати вміння друкувати букви та слова за зразком, під диктовку. Збагачення словникового запасу.</p>
--	---	--	---

	<p><i>Овочі, фрукти.</i> <i>Похолодання,</i> <i>випадання дощів.ю</i> <i>зміна забарвлення</i> <i>листя, листопад.)</i></p> <p>Складання індивідуальних альбомів вивчених слів, використання їх для вирішення задач навчального та практичного характеру.</p> <p>Друкування вивчених букв та слів: за зразком, під диктовку, дописування відсутн їх елементів.</p> <p>Записування свого імені, прізвища.</p>		
4.	<p>Продовжити вивчення звуків і букв I етапу: А, У, О, М, Х, С, Н, И, Л, Ш, П, К, Р.</p> <p>Утворення та читання закритих трьохбуквених складів, які є словом (сом). (<i>Зима. Сезонні зміни у природі. Холодне повітря, мороз, снігопад, лід, сніжинка.</i>)</p> <p>Утворення та читання закритих та відкритих двохбуквених складів; читання таблиці складів.</p> <p>Утворення та читання слів з вивчених складових структур. Співвідношення</p>	<p>Учень/ учениця (з допомогою педагога):</p> <p>-утворює та читає закриті трьохбуквені склади, які є словом; -утворює та читає закриті та відкриті двохбуквені складів; читає таблиці складів; -утворює та читає слова з вивчених складов их структур; співвідносить слова з предметами, малюнками;</p>	<p>Досягнення чіткої артикуляції вивчен их звуків, їх розрізнення на слух та позначення відповідними буквами. Розвиток фонематичного слуху. Формування читацьких навичок. Корекція та розвиток розрізнення звуків, схожих за звучанням. Розвиток</p>

	<p>слів з предметами, малюнками. Вибіркове читання слів. (<i>Тварини дикі: вовк, заєць. Зовнішній вигляд.</i>)</p> <p>Доповнення складу до слова, підстановка в слово пропущеної букви.</p> <p>Читання речень з 2-3 слів разом з вчителем, хором, самостійно. (<i>Птахи: голуб, ворона. Зовнішній вигляд.</i>)</p> <p>Доповнення в реченні відсутнього слова з ряду попередньо прочитаних (з</p>	<p>вибірково читає слова;</p> <p>-доповнює склад до слова; підставляє в слово пропущену букву;</p> <p>-читає речення з 2-3 слів разом з вчителем, хором, самостійно;</p> <p>-доповнює речення словами, які відсутні, з ряду попередньо прочитаних (з опорою на малюнок);</p> <p>-друкує слова з вивчених складових структур або букв (за зразком, під диктовку, підписує</p>	<p>зорового сприймання та розрізнення графічного зображення букв, просторового розташування їх елементів.</p> <p>Формування вміння помічати і розрізняти оптично схожі букви.</p> <p>Формування усвідомленого розуміння змісту запитань вчителя та побудови відповідей на ці запитання.</p> <p>Розвиток дрібної</p>
--	--	--	---

	<p>опорою на малюнок). (<i>Охорона тварин.</i>) Друкування слів з вивчених складових структур або букв: за зразком, під диктовку, підписання малюнків вивченими словами.</p>	<p>малюнки вивчени ми словами);</p>	<p>моторики. Розвиток навичок зорового контролю під час читання та написання складів, слів, списування речень. Розвиток усного діалогічного мовлення. Розвиток пам'яті.</p>
5.	<p>Удосконалення та подальший розвиток дрібної і загальної моторики.</p>		
6.	<p>Написання вивчених букв. Знайомство з правилами роботи в зошиті: письмо зліва направо, робочий рядок, поля.</p> <p>Удосконалення вмінь орієнтуватися в зошиті, користуватися письмовим приладдям. (<i>Предмети побуту, які нас оточують. Користування ними.</i>) Знайомство з писемним варіантом букв на основі співвідношення їх з друкованими буквами.</p> <p>Написання вивчених писемних букв. Правила з'єднання при</p>	<p>Учень/ учениця (з допомогою педагога): -орієнтується на сторінці зошита; користується письмовим приладдям; -співвідносить букви писемні з друкованими; -пише вивчені писемні букви; з'єднує їх правильно; списує; -пише вивчені букви, слова з цими буквами та короткі речення; -складає короткі слова з розрізної азбуки (з допомогою вчителя);</p>	<p>Удосконалення Навичок орієнтування у зошиті; користування письмовим приладдям. Розвиток зорового сприймання та розрізнення графічного зображення букв, просторового розташування їх елементів під час написання. Формування усвідомленого Зорового образу кожної вивчених</p>

	<p>Писемному написанні. Списування. (<i>Весна. Сезонні зміни у природі. Потепління, танення снігу, цвітіння, приліт птахів.</i>)</p> <p>Написання вивчених букв, слів з цими буквами та коротких речень.</p> <p>Складання коротких слів з розрізної азбуки (з допомогою вчителя).</p> <p>Практичне ознайомлення з правилом вживання крапки в</p>	<p>букв Розвиток навичок списування.</p> <p>Розвиток фонематичного слуху. Розвиток діалогічного мовлення.</p> <p>Формування елементів каліграфічного письма. Виховання акуратності, охайності під час письма та списування.</p>
--	--	---

	кінці речення. (<i>Літо. Сезонні зміни у природі. Ягоди, фрукти, овочі. Відпочинок влітку.</i>)		
7.	Повторення та закріплення вивченого матеріалу.		

«Ритміка»

Головна мета корекційно-розвиткової програми «Ритміка»: розвинути інтерес до музично-ритмічної діяльності; навчити адекватно сприймати засоби музичної виразності (особливо ритм, темп, динаміку), ритмічно рухатися у відповідності із загальним характером музики та художніми образами музичного твору.

Відповідно до мети, програмою передбачені такі **завдання:** основні, корекційні, оздоровчі, освітні й виховні.

Основні завдання:

- формування рухових вмінь та навичок;
- формування пізнавальної активності;
- розвиток координації рухів, спритності, сили, витривалості;
- розвиток відчуття ритму;
- розвиток зорового аналізатора, слухового сприймання;
- удосконалення вмінь виконувати ритмічні образи в процесі сприймання та відтворення ритмічних малюнків;
- розвиток емоційної та словесно-логічної пам'яті, довільної уваги, образної уяви, фантазії.
- сприяння подальшій соціалізації особистості, підвищення її самостійності та автономності, становлення моральних орієнтирів у діяльності й поведінці, виховання позитивних якостей.

Корекційні й оздоровчі завдання:

- корекція правильної постави, ходи, грації, рухів;
- корекція порушень загальної та дрібної моторики;
- корекційний розвиток моторних функцій і дихання;
- корекційний розвиток особистості;
- сприяння збереженню і зміцненню здоров'я дитини;

Освітні:

- формування пізнавальних умінь (аналізувати, порівнювати, узагальнювати; спостерігати, запам'ятовувати, осмислювати матеріал),
- формування пізнавального інтересу до музичного та хореографічного мистецтва, виховання потреби музичних творів і хореографічних вистав та їх інтерпретації;
- розвиток відчуття ритму та здатності відчувати у музиці, рухах і мові ритмічну виразність;
- формування краси та виразності рухів, емоційності;
- розвиток фізичних якостей – сили, легкості рухів, спритності тощо;
- виховання гуманістичних загальнолюдських цінностей;
- розвиток уміння сприймати музичні образи і можливості ритмічно, виразно рухатися, створюючи певний образ;
- заохочення до активної художньо-естетичної діяльності, стимулювання проявів імпровізації;
- ознайомлення з елементами культури (історичними звичаями, традиціями України та народів світу).

Виховні завдання:

- виховання основних моральних якостей особистості, працелюбності, наполегливості у подоланні перешкод, охайності, вміння працювати самостійно і в колективі, вміння дотримуватися правил під час виконання ритмічних рухів, ігор і вправ;
- виховання колективізму;
- розвиток культури спілкування;
- залучення дитини засобами мистецтва до національної та світової культури.

Перший клас

35 годин (одна година на тиждень)

Зміст навчального матеріалу	Державні вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки учнів	Спрямованість корекційно – розвивальної роботи та очікувані результати
1.	2.	3.

Тема: « Ми їдемо в гості до бабусі» (до звірят, до пташок, до казки)

Вправи з ходьби	<p><i>Учень:</i> ходить високо піднімаючи коліна; на носках, п'ятках, зовнішній та внутрішній сторонах стоп, дрібними та широкими кроками; ходить із зупинками з присіданням (*з допомогою вчителя), повертанням; ходить в колоні, по колу, парами та врозтіч(*за прикладом вчителя)</p>	<p>Формування та корекція навичок ритмічного крокування (спокійно, бадьоро, весело), елементарній моторній самостійності. Розвиток м'язів загальної моторики, природної координації рухів рук і ніг, орієнтації у просторі.</p>
Вправи з бігу.	бігає в одному напрямі, змінюючи напрям руху (оббігаючи предмети, що стоять на підлозі),(*за прикладом вчителя).	Формування та корекція навичок ритмічного бігу (весело, дрібненько, легко).
Вправи із стрибків	стрибає на обох ногах,	Формування та корекція

	просуваючись уперед; намагається стрибати на одній нозі (*з допомогою вчителя)	навичок підстрибування (як м'ячик, як зайчик)
Вправи з рівноваги.	намагається (*з допомогою вчителя) робити «ластівку»; кружляється на місці	Корекція рівноваги.
Спеціальні ритмічні вправи: 1. ритмічно рухатися в темпі музичного твору; 2. виконувати крок галопу; 3. ритмічно рухатися парами по колу; 4. чітко зупинятися та рухатися за музичним змістом; 5. виконувати рухи відповідно до характеру мелодії і змісту пісні.	ритмічно рухатися в темпі музичного твору; додержується певних інтервалів під час руху; намагається рухатися галопом (*за прикладом вчителя); рухається парами по колу (*за прикладом вчителя); чітко зупиняється та рухається за музичним сигналом; виконує рухи відповідно до характеру мелодії і змісту пісні	Розвиток м'язів і корекція загальної моторики; Розвиток почуття темпу, ритму, тембру, активної уваги; Формування правильної постави, орієнтування у просторі класу, комунікативних якостей і культури спілкування
Загально- розвивальні вправи виконуються з різних вихідних положень (стоячи, сидячи, лежачи), а також з різними предметами	виконує загально розвивальні вправи з різних вихідних положень (*з допомогою вчителя)	Формування уміння чітко виконувати загально розвивальні вправи з різних вихідних положень, з різними предметами.

<p>Вправи для рук і плечового поясу</p>	<p>розводить руки в сторони, виправляє вперед, розгинаючи в ліктях; піднімає й опускає кисті, стискає і розтискає пальці (*за прикладом вчителя); піднімає обидві руки вгору – назад по черзі й одночасно</p>	<p>Розвиток і корекція рухів рук і плечового поясу під час виконання вправ під музику, регуляція м'язів, розвиток уваги, пам'яті, відчуття ритму.</p>
<p>Вправи для ніг</p>	<p>переступає на місці, не відриває від опори носки ніг; присідає кілька разів підряд, з кожним разом нижче, піднімає пряму ногу вперед махом; робить випад уперед, у</p>	<p>Розвиток і корекція рухів ніг під час виконання вправ під музику, відчуття ритму. Регуляція м'язевого тонусу.</p>

	сторону (*з допомогою вчителя).	
Вправи для тулуба	стає до стіни, притиснувшись до неї потилицею, плечима, спиною, сідницею і п'ятками, піднімає руки вгору й опускає їх униз; повертається, розводячи руки в сторони, з положення перед грудьми, за голову; нахиляється уперед, намагаючись (*з допомогою вчителя) торкнутися підлоги долонями, піднімає за спиною зчеплені руки; тримає руки вгорі, нахиляється в сторони.	Розвиток і корекція ритмічних вправ для тулуба під музику; розвиток почуття темпу і ритму; регуляція м'язового тонусу.
Шикування та перешікування.	шикується в колону, коло, шеренгу (з допомогою вчителя, за орієнтиром, самостійно); знаходить своє місце при шикуванні, повертані, переступаючи на місці	Розвиток і корекція координації рухів ніг, рук під час самостійної орієнтації у просторі кабінету, відчуття ритму і темпу.
Вправи для розвитку дрібноі моторики пальців рук (знайомлення з дитячими, шумовими інструментами), логопедична і фонетична ритміка.	вивчає слова пісні (скоромовки, утішки...); проговорює з вистукуванням (притупуванням) ритму долонями рук (ногами); розрізняє звучання	Формування навичок приговорювання з вистукуванням (притупуванням) ритму долонями рук (ногами). Розвиток емоційного відгуку на тембр дитячих,

	контрастних за тембром інструментів (барабан – дзвіночки)	шумових, музичних інструментах.
Підготовчі вправи до танців, елементи танців.	визначає танцювальні мелодії гопака, хороводу; передає рухами: веселі рученята, відведення ніжки на каблучок, танцювальний біг, притуп (*з допомогою вчителя); передає веселий, жвавий характер танцю, підкреслює танцювальний настрій плавною чи енергійною	Регуляція м'язів, зміцнення нервової системи, формування правильної постави, розвиток почуття темпу, тембру, ритму, пам'яті, образної уваги, мімічних рухів. Координація танцювальних рухів ніг, рук, тулуба. Орієнтація у просторі класу.

	<p>ходою; розведенням рук, виразним положенням рук (легко підтримує спідничку); змінює рухи відповідно до двочастиною п'єси; відповідає на музичний вступ уклоном, на закінчення частини – фіксованим рухом (напівприсіданням)</p>	
<p>Хороводи, танці, інсценування.</p>	<p>радісно переживає від музично – пластичних дій; передає рухами зміст пісні (збирання грибів, випікання хліба); заохочує до емоційного спілкування в таночку; виховує шану до народних традицій, пісень, хороводів, народного вбрання; починає рух одразу після музичного вступу, зупиняється із завершенням музичної частини; рухається ритмічно, супроводжуючи рухи співом; змінює рухи відповідно до одно (дво-)частинної п'єси</p>	<p>Формування пантомімічних рухів, орієнтації в просторі кабінету. Комунікативних якостей і культури спілкування; координація слова з рухами; корекція мовленнєвих і мімічних рухів; розвиток почуття темпу, ритму, пам'яті; творчої уяви. Орієнтація у просторі класу. Активізація розумової та емоційно – вольової сфери.</p>

<p>Рухливі музично – ритмічні та пісенно – мовні ігри.</p>	<p>приймає ігрові правила, дотримується їх; імітує музично – ігровий образ ведмедика (киці), виявляє пантомімічні нахили; змінює рухи відповідно до музики; вільно рухається у різних напрямках(*з допомогою вчителя) (врозтіч, ланцюжком, по колу, у «ворітця»); виховує невимушеність, природність рухів.</p>	<p>Регуляція м'язевого тону; формування пантомімічних рухів; координація слова з рухами, розвиток уваги, пам'яті, мовлення; творчої уяви. Орієнтація у просторі класу. Активізація розумової та емоційно – вольової сфери. Формування комутативних якостей і культури спілкування.</p>
--	---	--

Орієнтовні досягнення розвитку учнів на кінець року

Учень:

- володіє культурою виконання основних рухів (ходьби, бігу, стрибків, виконання загально розвивальних вправ);
- здійснює підготовку до уроку ритміки (з допомогою чи під контролем вчителя);
- має уявлення про значення ритмічного дихання при виконанні музично- ритмічних вправ, танців та про основні частини тіла, задіяні при виконанні вправ (*з допомогою вчителя);
- володіє основними танцювальними рухами, танцювальними вправами (*за прикладом вчителя);
- має розвинене м'язове почуття, вміло чергує напругу й розслаблення, відчуває ритм, використовує виразні рухи, жести, міміку, пантоміміку (*за прикладом вчителя та під його контролем);
- жестами та рухами вдало передає виразність рольової поведінки (збирання грибів, випікання хліба), перевтілюється приймаючи на себе нову ігрову роль (ведмедика, киці, зайчика);
- орієнтується в рухах обмеженому просторі приміщення
- розрізняє контрастні за тембром інструменти, проявляє інтерес до музичних інструментів;
- виразно рухається, співає, танцює у відповідності з образом та характером музики (під контролем вчителя);
- проявляє зацікавленість у спілкуванні з однолітками у відповідних рухливих та пісенно-мовних іграх;
- узгоджує свої дії з діями інших учнів (з допомогою вчителя).

Орієнтований матеріал для сприймання:

Спеціальні ритмічні вправи: «Танець з ляльками», «Плескаємо – тупаємо» обробка Я. Степового; «Полька» муз. Б. Фільц; «Пройдемо у ворітця» О. Перлової, Т. Ломової; «Веселі конячки» муз. Н. Потоловського; «Зайчики» муз. Ю. Рожавської; «Ведмідь» муз. О. Тілічеєвої; «Лисиця» муз. О. Тілічеєвої; «Ми сніжиночки» муз. Т. Ломової; «Маленькі танцюристи» укр. нар. мел.

Етюди: «Танець осінніх листочків» муз. А. Філіпенка, сл. Т. Волгіної; «Дудочка – дуда» сл.нар.

Підготовчі вправи до танців: «Ігрова вправа з хусточками» угорська нар. мелодія;

«Весело танцюємо» муз. М. Степаненка; «Весела вправа» муз. А. Лазаренка; «М'ячики» муз. М. Сатуліної.

Хороводи: «Зробимо коло» муз. В. Верховинця, «Новорічний хоровод» муз. А. Філіпенка, сл. Т. Волгіної.

Танці: «Сніжинки» муз. Т. Ломової, «Запрошення» укр. нар. мелодія обр. Г. Теплицького, «Петрушки» муз. і сл. Н. Вересокіної, «Танок з листочками» муз. Р. Рустамової і сл. Ю. Островського.

Ігри: «Пташки і кіт» муз. Г. Фінаровського, сл. Г. Бойка; «Пташки і машини» муз. Т. Ломової; «Поїзд» муз. М. Метлової; «Дощик і сонечко» укр. нар. мел.; «Гоп – гоп» нар. гра;

«Печу, печу хліпчик», «Злови в коло», «Прогулянка і дощик» муз. А. Філіпенка, «Ладки, ладки» муз. В. Верховинця.

Дитячі, шумові інструменти: (барабан, дзвіночки) «Півню мій», укр.. нар. поспівка;

«Бім – бом», поспівка; «Вийди, вийди, сонечко», поспівка, обр. Л. Ревуцького, «Кицю, кицю, няв!», муз. В. Верховинця, «Равлик –павлик», муз. В.Верховинця.

Другий клас

35 годин (одна година на тиждень)

Зміст навчального матеріалу	Державні вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки учнів	Спрямованість корекційно-розвивальної роботи та очікувані результати
1.	2.	3.

Тема: «**В гості до казки**» (театралізована хореографічна казка)

Вправи з ходьби	<p><i>Учень:</i></p> <p>ходить приставним кроком лівим і правим боком з рухами рук (оплески над головою, перед грудьми, за спиною);</p> <p>чергує ходьбу з бігом, з стрибками та іншими рухами;</p> <p>ходить в колоні, змінюючи темп та напрямок рухів, зі зміною ведучого (*з допомогою вчителя);</p> <p>на носках, п'ятках, на зовнішній і внутрішній сторонах стоп, напівприсіді</p>	<p>Формування міцних рухових навичок та забезпечування якості їх виконання.</p> <p>Поліпшення орієнтації у навчальному просторі. Відчуття ритму, формування позитивних рис характеру (організованість, дисциплінованість тощо)</p>
-----------------	--	--

<p>Вправа з бігу</p>	<p>бігає на носках, високо піднімаючи коліна, широким кроком; бігає в колоні і парами у різних напрямках (*з допомогою вчителя): по колу, парами тримаючись за руки (наслідуючи вчителя); бігає «змієюю» оббігаючи предмети, які розставлено на одній лінії (з допомогою чи наслідуючи вчителя); змінює напрям, темп; за сигналом знаходить своє місце в колоні і зупиняється під час бігу (*з допомогою вчителя); бігає врозтіч.</p>	<p>Формування і корекція навичок ритмічного бігу (весело, легко, дрібно), відчуття ритму. Орієнтація у просторі кабінету.</p>
----------------------	---	--

<p>Вправи із стрибків</p>	<p>стрибає на місці обома ногами, на лівій та правій нозі (*з допомогою чи наслідуючи вчителя); стрибає, просуваючись уперед; підстрибує на місці – разом та ноги нарізно</p>	<p>Розвиток точності опанування стрибків на основі ритмічної музики.</p>
<p>Вправи з рівноваги</p>	<p>ходить з торбинкою (вагою 300 г.) на голові – руки в сторони, на поясі; утримує рівновагу на одній нозі, піднявши другу вперед або в сторону, руки на поясі(з допомогою чи наслідуючи вчителя); утримує рівновагу, стоячи на носках, руки вгору (з допомогою вчителя); робить «ластівку» (*з допомогою вчителя); робить переكاتи з п'яток на носки і навпаки, стоячи на гімнастичній палиці(*наслідуючи вчителя)</p>	<p>Формування відчуття рівноваги, вміння утримувати рівну поставу.</p>

<p>Спеціальні ритмічні вправи: прямий галоп, танцювальний біг з плавною ходою, притупи, приставні кроки, «пружинка» з поворотами тулуба, «колупалочка» (нога на п'ятку), танці – імпровізації.</p>	<p>виконує прямий галоп; виконує чергування танцювального бігу з плавною ходою; виконує притупи, приставні кроки; робить «пружинку» з поворотами тулуба; робить «колупалочку» виставляє ноги на п'ятку (*з допомогою вчителя); пробує відтворити творчі танці – імпровізації; узгоджує рухи з музичними фразами, починає і закінчує рухи відповідно музичної фрази; рухається парами по колу;</p>	<p>Формування вміння виконувати різноманітні танцювальні рухи під музику, відчуття ритму, ансамблю. Стимуляція позитивних емоцій та самовираження. Поліпшення орієнтації у навчальному просторі, рівноваги у русі, розвиток чуття ритму, темпу, виконавської виразності; регуляція м'язового тону.</p>
---	---	---

	розходиться та сходиться парами (*з допомогою вчителя); орієнтується в просторі, точно виконуючи ритмічний малюнок.	
Загально розвивальні вправи. Вправи виконуються з різних вихідних положень (стоячи, сидячи, лежачи), а також з різними предметами (прапорці, палкі, обручі тощо)	робить вправи з різних вихідних положень (стоячи, сидячи, лежачи) як без предметів так і з предметами (прапорцями, палками, обручами, м'ячами)	Розвиток уміння чітко виконувати загально розвивальні вправи з різних вихідних положень, з більшою амплітудою в заданому музикою темпі.
Вправи для рук і плечового поясу	приймає різні вихідні положення: руки перед грудьми, руки до плечей (лікть опущені, лікті в сторони); з другого положення піднімає руки вгору, розводить в сторони долоньями вгору; з положення руки за голову розводить руки в сторони, піднімає вгору; піднімає руки вперед – угору зі зчепленими в замок пальцями (кисті повертає всередину тильним боком); піднімає обидві руки вгору – назад по черзі й	Розвиток і корекція дрібної моторики пальців, кисті рук та регуляція м'язевого тонусу, розвиток почуття темпу і ритму.

	одночасно (з допомогою вчителя); піднімає й опускає кисті, стискує і розтискує пальці (*з допомогою чи наслідуючи вчителя)	
Вправи для ніг	робить випад уперед, у сторону, тримаючи руки на поясі, виконує руками рухи вперед, у сторону, вгору; захоплює предмети пальцями ніг, трохи піднімає і опускає (*з допомогою чи наслідуючи вчителя);	Розвиток і корекція рухів ніг під музику. Регуляція м'язевого тонусу. Розвиток почуття темпу і ритму.

	переступає приставними кроками в сторону на п'ятках, спираючись носками ніг об палицю (*з допомогою вчителя)	
Вправи для тулуба	приймає упор присівши, з упору присівши переходить в упор присівши на одній нозі, відводячи другу в сторону (*з допомогою вчителя); стоїть на колінах, сідає на підлогу справа і зліва від колін; лежить на спині, рухає ногами, схрещує їх; підтягує голову, ноги до грудей – групується; лежить на животі, упирається руками, випрямляє їх, трохи піднімає голову і плечі	Розвиток і корекція ритмічних вправ для тулуба під музику. Розвиток почуття темпу і ритму; регуляція м'язевого тону. Формування певних знань, умінь та навичок загальнорозвиваючих вправ.
Шикування та перешикування	самостійно шикується в колону, шеренгу по одному, парами в коло (*з допомогою вчителя); перешикується з однієї колони у дві; повертається вправо і вліво; рівняється в колоні, шерензі по лінії, носках.	Корекція загальної моторики і рухово – орієнтованих недоліків у навчальному просторі.

<p>Вправи для розвитку дрібної моторики пальців(гра на дитячих шумових музичних інструментах, логоритміка), логопедична і фонетична ритміка</p>	<p>вивчає слова примовок, забавлянок тощо; узгоджує слова з рухами пальців рук(*наслідуючи вчителя); проговорює з вистукуванням ритму пальцями; викликає бажання грати на дитячих шумових інструментах (крім металофона) (*наслідуючи вчителя)</p>	<p>Розвиток ритмічного слуху, мовленнєвих рухів; дрібної моторики пальців рук; пам'яті, дихання, уваги, координації слова з рухами, сенсомоторики.</p>
<p>Казка у музиці. Елементи інсценування, прості</p>	<p>розігрує знайомі й нові сюжети казок;</p>	<p>Формування образного мислення, творчої</p>

<p>елементи імпровізації (танцювальні, пантомімічні, ритмічні, вокальні).</p>	<p>намагається відтворити казкові образи «у ролі» (*з допомогою вчителя), витворює різні ролі; намагається на елементарному рівні імпровізувати казку у танцювальних рухах, співі в характері музики (*з допомогою вчителя); сприяє зміцненню доброзичливих стосунків, товариськості; узгоджує власні дії з колективом</p>	<p>активності у пантомімічних, вокальних, танцювальних імпровізацій; виконавської виразності; позитивних рис характеру. Відчуття темпових, ритмічних, емоційних змін у процесі виконання інсценізованої казки. Координація мовлення з рухами, танцювальних рухів. Корекція звуковимови.</p>
<p>Підготовчі вправи до танців, елементи танців.</p>	<p>поглиблює знання про танець і розрізняє характер музики в танці; виконує різноманітні танцювальні рухи під музику (прямий галоп, «колупалочку», притупи тощо) з предметами, у парах, колі, розтіч; виразно передає характерні особливості різних образів(*з допомогою чи наслідуючи вчителя)</p>	<p>Формування навичок музично – танцювальної культури, розвиток чуття ритму; виконавської виразності. Поліпшення орієнтації у навчальному просторі.</p>

Хороводи, танці.	узгоджує спів з елементарними танцювальними рухами; розвиває вміння музично – пластично – мимічної взаємодії; передає ритмічність і виразність рухів плавною ходою (*наслідуючи вчителя); використовує музичний вступ для емоційного «входження» в чарівний танцювальний світ музики; відмічає закінчення музики фіксованим рухом; використовує елементи	<p>Поліпшення орієнтації у навчальному просторі, рівноваги на місці, у русі. Розвиток чуття ритму, темпу, виконавської виразності, координації слова з рухами.</p> <p>Виховання позитивного ставлення до танцювальної культури. Зміцнення нервової системи. Регуляція м'язевого тону. Стимулювання творчого потенціалу та самовираження.</p>
------------------	--	--

	танцювальних костюмів	
Рухливі музично – ритмічні та пісенно – мовні ігри.	<p>відпрацьовує вміння</p> <p>регулювати темп мовлення й гучність голосу під час ігор;</p> <p>розвиває ритм, музикальність, увагу й пам'ять за допомогою ігор;</p> <p>розвиває фантазію, винахідливість, спритність, силу, координацію рухів (*з допомогою чи наслідуючи вчителя);</p> <p>володіє прийомами емоційної та інтонаційної виразності;</p> <p>орієнтується в просторі; виразно та ритмічно рухається під музику, згідно з її характером, динамікою, темпом, регістрами.</p>	<p>Зміцнення нервової системи, регуляція м'язів.</p> <p>Розвиток почуття темпу, тембру, ритму, уваги і пам'яті. Формування пантомімічних рухів, мовлення, позитивних рис характеру, комунікативних якостей. Самостійна орієнтація у навчальному процесі, координація танцювальних рухів, відчуття єдності між рухами і співами</p>

Орієнтовні досягнення розвитку учнів на кінець року:

- викликає інтерес до ритміко – гімнастичних вправ, підготовчих вправ до танців, рухливих ігор;
- виявляє інтерес до уроку;
- намагається випробувати себе у складних вправах (*за допомогою вчителя)
- вміє виконувати ритміко – гімнастичні вправи, володіє основними рухами;
- розрізняє ритм, темп, тембр, висоту звучання;
- намагається проявляти самодіяльність, елементарну творчість у грі на дитячих шумових інструментах і рухливо – музичних та пісенно – мовних іграх

(*за допомогою і показом вчителя);

- розрізняє висоту звуків, тембр, ритм і силу звучання дитячих шумових інструментів (*за допомогою вчителя);

- впізнає та запам'ятовує елементи танців, хороводи, спеціальні вправи, вправи для дрібної моторики рук (*за допомогою вчителя);

- здатен адекватно реагувати на образний зміст пісень, казок, примовок, забавлянок;

- у спілкуванні використовує різноманітні засоби: словесні, мімічні, пантомімічні;

- відтворює ритм музичного твору, розвиває схильність до імпровізації;

- вдосконалює просторову уяву;

- дотримується вимог до одягу та взуття (при підказці вчителя).

Орієнтований матеріал для сприймання:

Казка у музиці (інсценування): народні казки «Колобок», «Ріпка», «Рукавичка», «Коза

– дреза», «Три ведмеді», «Вовк та семеро козенят»; казки із посібника «Весняночка» В. М. Верховинця: «Котик Мурчик», «Сидить Василь», «Два півники».

Спеціальні ритмічні вправи: «Прогулянка» муз. Р. Леденьової, «Друг за другом» муз. О. Тілічеєвої, «Поїхали» муз. М. Раухвергера, «Вправи з прапорцями» муз. Ю. Чичкова,

«Вправи зі стрічками» («Вальс» муз. Д. Шостаковича) «Дві вправи для рук» муз. П. Чайковського.

Етюди: «Танець осінніх листочків» муз. А. Філіпенка, сл. Т. Волгіної, «Ой чого ти, метелику?» муз. В. Верховинця, «Вправа з уявними квітами» («Мрія» муз. П. Чайковського,

«Ляльки» («Полька» муз. Д. Шостаковича), «На луку» муз. Ю. Слонова сл. нар.

Танці, хороводи: «Кривий танок» В. Верховинець, «Подоланочка» обр. В. Верховинця,

«Танець парами» лит. нар. мел. (обр. Т. Попатенко), «Танець з хусточками» угор. нар. мел.,

«Український уклін – запрошення» В. Верховинець, «Український уклін – вітання» В. Верховинець, «Сніжинки» муз. Т. Ломової, «Танець сніжинок» муз. В. А. Моцарта,

«Петрушки» муз. і сл. Н. Вересокіної.

Ігри: «Курочки і півник» обр. Г. Фріда, «Хто скоріше займе стільчик» ест. нар. мел.,

«Кроки в казки» муз. Д. Шостаковича, «Стрибучі м'ячики» муз. М. Сатуліної, «Мак» обр. М. Лисенка, «Горобчик» В. Верховинця, «Діти та метелик» муз. І. Кишка сл. В. Кукловської, «За квітами» муз. І. Кишка, «Квач» муз. Й. Гайдна.

Гра на музичних інструментах: «Бубонці», муз. О. Тілічеєвої; «Музичні дзвоники», муз. і сл. Н. Рубальської; «Екосез», муз. Ф. Шуберта; «Колядка».

Третій клас

35 годин (одна година на тиждень).

Зміст навчального матеріалу	Державні вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки учнів	Спрямованість корекційно - розвивальної роботи та очікувані результати
1.	2.	3.

Тема : «**Пори року**» (картини природи).

Вправи з ходьби	<p><i>Учень:</i> ходить в колоні по одному, парами, четвірками, змінюючи напрям (*за вказівкою вчителя); ходить звичайним, схрестним кроком; ходить на носках, п'ятках, зовнішній стороні стоп, внутрішній стороні стоп; ходить із заплющеними очима</p>	<p>Формування координації рухів, чіткості виконання. Динаміка кількісних та якісних показників: працездатність, витривалість, швидкість, спритність. Поліпшення орієнтації у навчальному просторі, відчуття рівноваги, вміння утримувати рівну поставу.</p> <p>Виховання самостійності, організованості, взаємодопомоги, коректного ставлення до своїх ровесників.</p>
Вправи з бігу	бігає на носках, високо піднімаючи коліна;	<p>Формування та корекція навичок ритмічного бігу</p>

	<p>бігає короткими та широкими кроками;</p> <p>бігає з подоланням перешкод – оббігає та перестрибує предмети (кубики, палки);</p> <p>бігає у колоні по одному і парами (*з допомогою вчителя);</p> <p>бігає відповідно до характеру, темпу музики (швидко, не дуже швидко, повільно)</p>	<p>відповідно до характеру, темпу музики (швидко, не дуже швидко, повільно);</p> <p>координації рухів, чіткості виконання. Поліпшення орієнтації у навчальному просторі. Розвиток м'язів ніг, почуття темпу, тембру, ритму; корекція рівноваги.</p>
Стрибки.	<p>стрибає по черзі на правій, лівій нозі;</p> <p>намагається стрибати на обох ногах на місці з поворотом кругом (*наслідуючи вчителя);</p> <p>стрибає з поворотом ліворуч, праворуч;</p> <p>стрибає відповідно до характеру, темпу музики</p>	<p>Формування та корекція навичок підстрибування, відчуття рівноваги, чіткості виконання. Розвиток м'язів ніг і корекція загальної моторики. Розвиток почуття темпу, ритму.</p>
Вправи з рівноваги	<p>ходить з торбинкою на голові (маса 500-700 г);</p> <p>стоїть на одній нозі(друга відведена в сторону, руки вгору);</p> <p>робить «ластівку»;</p> <p>крутиться в парі з іншою дитиною, тримаючись за</p>	<p>Корекція рівноваги, координації рухів, точності виконання вправ.</p> <p>Формування правильної постави.</p>

<p>Спеціальні ритмічні вправи: прямий галоп, танцювальний біг з плавною ходою, притупи, приставні кроки, оплески і поклони, «пружинка», боковий з притупом, підскоки та високий крок, колупалочка з притупом</p>	<p>руки</p> <p>виконує різноманітні танцювальні рухи під музику з предметами і без предметів; рухається відповідно до характеру і темпу музики; виконує ритмічний малюнок</p>	<p>Розвиток м'язів і корекція загальної моторики і рухових недоліків.</p> <p>Формування координації рухів, орієнтації в просторі, чіткості виконання</p> <p>відповідно до характеру і темпу музики. Динаміка</p> <p>кількісних та якісних показників: працездатність, витривалість, швидкість, спритність.</p>
<p>Загальнорозвивальні вправи</p>	<p>виконує з різних вихідних</p>	<p>Формування координації</p>

	<p>положень (стоячи, сидячи, лежачи); використовує обручі, палиці, скакалки, великі і малі м'ячі, стрічки та інші предмети; намагається виконувати вправи чітко, ритмічно, в заданому темпі під музику</p>	<p>рухів, чіткості, організованості, дисциплінованості. Розвиток виконання вправ з різних вихідних положень, з більшою амплітудою в заданому музикою темпі, ритмі. Поліпшення орієнтації у просторі.</p>
<p>Вправи для рук і плечового поясу</p>	<p>піднімає одночасно руки вперед і вгору, підводячись на носки з положення стоячи, ступні паралельні, ноги злегка розставлені; розводить руки в сторони з поворотом: управо, уліво, з положення руки за голову (стоячи і сидячи); піднімає й опускає плечі; обхват правою рукою ліве плече, лівою рукою – праве плече потім розводить руки в сторони і знову обхват плечей; енергійно розгинає вперед зігнуті в ліктях руки («бокс»)</p>	<p>Розвиток різних груп м'язів, регуляція м'язевого тонусу; почуття темпу, тембру і ритму. Формування координації рухів. Динаміка кількісних та якісних показників: працездатність, витривалість, швидкість, спритність.</p>
<p>Вправи для ніг</p>	<p>переступає вперед і назад</p>	<p>Розвиток і корекція рухів</p>

	<p>через палицю або обруч, що знаходиться в руках;</p> <p>присідає, піднімаючи руки вперед, угору з предметами і без них;</p> <p>присідає, торкаючи спиною і потилицею стіни (наслідуючи вчителя); виконує махи прямою ногою вперед, плескає під ногою в долоні; піднімає по черзі зігнуті в колінах ноги, перекладаючи під ними предмети (кубики, м'ячики) з однієї руки в іншу</p>	<p>ніг під музику.</p> <p>Формування координації рухів, чіткості, ритмічності виконання, відчуття рівноваги, позитивних рис характеру (організованість, дисциплінованість тощо).</p>
Вправи для тулуба	робить повороти тулуба	Розвиток ритмічних вправ

	вправо і вліво; нахиляє тулуб в сторони при різному положенні рук (*з допомогою вчителя); нахиляє тулуб вперед, торкаючись руками підлоги; кладе і бере предмети біля носка правої (лівої) ноги збоку	для тулуба під музику, почуття темпу і ритму; регуляція м'язевого тону. Поліпшення рівноваги.
Шиккування та перешикуван ня	вміє шикуватися і перешиковується на місці і пуд час ходьби та бігу, рівняється в колоні, колі, шерензі; самостійно швидко шикується в колону по одному, парами, в коло, кілька колон, шеренгу; перешиковується з одного кола в два, три (*з допомогою вчителя); робить повороти вправо, вліво	Корекція і розвиток загальної моторики і рухово – орієнтованих недоліків, координації рухів, відчуття ритму.
Вправи для розвитку дрібної моторики пальців рук (гра на дитячих шумових інструментах, логоритміка), логопедична і фонетична ритміка	має уявлення про різні дитячі образи – забавлянки, утішки, скоромовки, вивчає їх; створює ритмічний супровід пальцями рук; узгоджує слова з рухами пальців рук грає на дитячих шумових інструментах: трикутник, дзвіночок, бубон, сопілка	Конкретизація уявлень про дитячі образи в музиці. Розвиток ритмічного слуху; дрібної моторики пальців і кисті рук; пам'яті, дихання, сенсомоторики.

Музичні картини природи	має уявлення про образи природи в музиці; намагається рухами, пластикою показати яскраво виражені образи природи (*з допомогою вчителя); намагається відтворити пісню «у ролі» танцювальними рухами показує знайомі образи природи в музичних творах (*з допомогою вчителя)	Формування: уміння розрізняти образи природи в музиці, мовлення. Розвиток емоційно – образної сфери танцювальними, пантомімічними рухами Розвиток музично – сенсорних здібностей, чуття ритму, артикуляції, виконавської виразності. Збагачення словникового запасу.
-------------------------	---	---

<p>Підготовчі вправи до танців, елементи танців</p>	<p>намагається домогтися бажаної мети, удосконалює техніку виконання танцювальних рухів; відображує характер музики різними танцювальними рухами (*з допомогою вчителя); розуміє поняття «народний танець», «полька», «вальс»; визнає танцювальні мелодії</p>	<p>Координування рухів ніг, рук під час підготовчих вправ. Формування почуття музичного ритму, вміння супроводжувати вправи виразною мімікою і пантомімікою. Дотримуватися певних правил розміщення й руху в обмеженому просторі.</p>
<p>Хороводи, танці, інсценування</p>	<p>підтримує позитивний настрій від спілкування та злагоджених танцювальних рухів з однолітками узгоджує інтонаційно правильний спів з елементарними танцювальними рухами; розвиває вміння музично-мімічної взаємодії;</p>	<p>Розвиток чуття ритму, темпу, виконавської виразності, чистоти інтонуювання, правильного дихання, м'язевого тону; координація голоса з рухами. Виховання позитивного ставлення до танцювальної культури. Поліпшення орієнтації у навчальному просторі.</p>

<p>Рухливі музично – ритмічні та пісенно – мовні ігри</p>	<p>виконує: танцювальний крок, галоп (прямий, боковий з притупом), потрійний притуп, підскоки та високий крок, колупалочку з притупом, оплески, поклони дівчинки та хлопчика, пружинку охоче виконує ігрові та рольові дії, бере участь у музичній грі – драматизації;</p> <p>дотримується певних правил гри;</p> <p>стежить за розвитком сюжету (з допомогою вчителя);</p> <p>вчасно включається в дію, розв’язує прості ігрові завдання (*з допомогою вчителя);</p>	<p>Формування вміння виконувати рольові дії в грі – драматизації, комунікативних якостей і культури спілкування;розвиток чуття ритму, темпу, виконавської виразності.</p> <p>Розвиток і корекція різних груп м’язів.</p> <p>Координація слова з рухами, інтегрувати музику з іншими видами мистецтва – образотворчою діяльністю, художньою літературою, театром.</p> <p>Розвиток координації рухів, вміння відображати характер музики різними рухами, виразною мімікою і пантомімікою, імпровізувати.</p> <p>Орієнтація у навчальному просторі.</p> <p>Зміцнення нервової системи.</p>
---	---	--

	<p>помічає засоби музичної виразності (темп, висота, динаміка), співає легким звуком, без крику та напруження, чітко артикулюючи слова;</p> <p>правильно бере дихання;</p> <p>використовує міміку і пантоміміку для відтворення образів тварин, птахів, людей;</p> <p>відпрацьовує вміння регулювати темп мовлення й гучність голосу під час ігор;</p> <p>розвиває ритм, музикальність, увагу й пам'ять за допомогою ігор</p>	<p>Узгодження фази дихання з руховими діями.</p>
--	---	---

Орієнтовні досягнення розвитку учнів на кінець року

Учень:

- використовує здобуті танцювальні фігури, ритмічні вправи, рухові навички;
- виявляє інтерес до уроку ритміки;
- виявляє адекватну реакцію в процесі уроку;
- узгоджує ритмічне дихання з виконанням підготовчих вправ, танців, ритміко- гімнастичних вправ, рухливих ігор (*з допомогою вчителя);
- поступово розвиває ритмічність, рівновагу (*за прикладом вчителя);
- виховує наполегливість, витримку, бажання виконувати рухові дії правильно та гарно, дістає від цього задоволення;
- узгоджує свої дії з однолітками, сприяє встановленню виявленню чуйності, доброзичливості та взаємодопомоги з однокласниками; проводить аналіз своїх дій та дій інших учнів (*з допомогою вчителя);
- дотримується послідовності виконання вправ, рухів, правил (*з

допомогою вчителя);

- сприяє руховій активності, самостійності та творчості в процесі організації музично-ритмічних та пісенно-мовних ігор;
- прикладає зусилля для покращення результату своїх дій.

Орієнтовний матеріал для сприймання

Спеціальні ритмічні вправи: «Перемінний крок», укр. нар. мелодія; Боковий галоп, укр. нар. мелодія; «Колупалочка», укр. нар. мелодія; «Підскоки та високий крок», муз.В.Косенка; «Вправа з м'ячами», муз.П.Чайковського; «Галоп», муз.Ф.Шуберта; «Утворення маленьких кіл», муз.Т.Шутенко; «Весняний вальс», муз.О.Тілічеєвої.

Танці, хороводи: «Танок з парасольками», муз.Ю.Рожавської; «Калина», муз.А.Рябчуна; «Ялинковий хоровод», муз.А.Філіпенка; «Ой, минула вже зима», укр. нар. мелодія, обр.І.Кишка; «Веснянка», муз. А. Філіпенка; «Маленька танцюристка», муз.А.Гладковського; «Журавлик танцює», муз.Н.Хуторянського.

Рухливі музично – ритмічні та пісенно – мовні ігри: «Подояночка», укр. нар. мелодія; «Погладь, пташку», муз.Т.Ломової; «Зробимо коло», муз.В.Верховинця; «Граємо на сопілках», муз. В.Моцарта; «Журавлі та журавочки», укр.нар.пісня обр.М.Дремлюги;

«Дощик», «Не пустимо», укр. нар. мелодії; «Веселі танцюристи», укр. нар. мелодія;

«Карусель», муз. Д. Кабалевського; «Лови мене!»рос. нар. мелодія.

Гра на музичних інструментах: (трикутник, дзвіночок, бубон, сопілка) «Веселі чобітки», муз.В. Верменича, сл. В. Воложаніної; «Полька», муз. А. Александрової;

«Гречаники», укр. нар. пісня.

«Лікувальна фізкультура»

Мета занять з «Лікувальної фізкультури» - це корекція та компенсація вад недоліків фізичного розвитку дитини.

Головними завданнями є:

- зміцнення здоров'я та корекція недоліків фізичного розвитку;
- загартовування організму;
- розширення діапазону функціональних можливостей основним фізіологічних систем організму;
- підвищення основних сил організму та його опірності;
- оволодіння основними руховими навичками та якостями;
- виховання морально-вольових якостей та інтересу до регулярних самостійних занять фізичною клубуурою;
- роз'яснення значення здорового способу життя, принципів гігієни, правильного режиму праці та відпочинку, перебування на повітрі, раціонального харчування.

ПЕРША ЧАСТИНА
ЛІКУВАЛЬНА ФІЗКУЛЬТУРА

1 клас

(35 год. на рік; 1 год. на тиждень)

<i>Орієнт. розп. оділ год.</i>	<i>Зміст навчального матеріалу</i>	<i>Ймовірні очікувані результати розвитку учнів</i>	<i>Спрямованість корекційно-розвивальної роботи</i>
12	ГІМНАСТИЧНІ ВПРАВИ		
	<p><i>Теоретичні відомості.</i> Лікувальна фізкультура та її значення в житті дитини. Попередження травматизму під час занять гімнастичними вправами. Значення дихання для життя людини. Правильне дихання та під час виконання гімнастичних вправ. *Вимоги до спортивної форми та взуття. *Підготовка до заняття з ЛФК.</p>	<p><i>Учень/учениця:</i> <i>має</i> елементарне уявлення про лікувальну фізкультуру та її значення (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>має</i> уявлення про підготовку до заняття з ЛФК; вимоги до спортивного одягу та взуття; попередження травматизму під час занять гімнастичними вправами; попередження травматизму під час занять гімнастичними вправами (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>має</i> елементарне уявлення про значення дихання для життя людини; правильне дихання та під час виконання гімнастичних вправ (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>здійснює</i> підготовку до заняття з ЛФК, контроль самопочуття під час виконання гімнастичних вправ (за допомогою чи під контролем учителя); <i>виконує</i> вимоги до спортивної форми та</p>	<p>Активізація розумової діяльності. Розвиток слухозоро-вібраційного сприймання. Формування активності довільної уваги. Формування стійкості уваги. Формування мисленнєвих операцій (аналіз, синтез, класифікація, порівняння тощо). Формування організаційного компоненту мислення (усвідомлення завдання, організація виконання завдання тощо). Формування інтересу та звички до занять фізичними вправами.</p>

	<p>взуття (за допомогою вчителя); <i>дотримується</i> правил поведінки на занятті з ЛФК (за допомогою чи за вказівкою вчителя); <i>сприймає</i> звернене мовлення вчителя (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>*здійснює</i> підготовку до заняття з ЛФК (за допомогою вчителя); <i>*дотримується</i> вимог до спортивної форми та взуття; правил поведінки на занятті з ЛФК (за допомогою вчителя); <i>*сприймає</i> звернене мовлення вчителя (за допомогою вчителя).</p>	
Розвиток координаційних здібностей		
<p><i>Вправи для розвитку координаційних здібностей</i> Влізання на гімнастичну лаву та злізання з неї. Ходьба по гімнастичній лаві. Присідання та вставання (без підтримки). Упор присівши. Групування сидячи. Групування в присіді. Групування лежачи на спині. Котіння стопами малого м'яча у заданому напрямку (у в.п. – сидячи). Захват і підкидання</p>	<p><i>Розрізняє</i> основні просторові характеристики виконаної рухової дії (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>використовує</i> засвоєний словник в межах знайомого (зрозумілого) мовленнєвого матеріалу (за допомогою вчителя); <i>має</i> уявлення про основні частини тіла, задіяні при виконанні вправ (за підказкою вчителя); <i>виконує</i> влізання на гімнастичну лаву та злізання з неї; ходьбу по гімнастичній лаві; присідання та вставання (без підтримки) (за допомогою чи наслідуючи вчителя);</p>	<p>Формування стійкості уваги. Розвиток короткочасної та довготривалої пам'яті; збільшення обсягу оперативної пам'яті. Формування кінетичних і кінестетичних відчуттів. Формування наочно-дійового мислення. Розвиток кінетичної пам'яті. Розвиток координації рухів. Розвиток просторово-</p>

<p>стопами предметів (наприклад, кеглі, м'яча, кубика) у в.п. – сидючи, ноги витягнуті на підлозі. Передача предмета (наприклад, прапорця, іграшки) з руки в руку з обмеженням зорового сприйняття (з пов'язкою спершу на одному оці, потім – на обох).</p> <p>*Групування сидючи.</p> <p>*Групування в присіді.</p> <p>*Присідання та вставання (м.б. з підтримкою та без неї).</p> <p>*Котіння великого м'яча у заданому напрямку.</p> <p>*Котіння стопами малого м'яча у заданому напрямку (у в.п. – сидючи).</p>	<p><i>виконує</i> захват і підкидання стопами предметів (наприклад, кеглі, м'яча, кубика) у в.п. сидючи; упор присівши; групування сидючи; групування в присіді; групування лежачи на спині; передачу предмета (наприклад, іграшки) з руки в руку з обмеженням зорового сприйняття (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>здійснює</i> котіння стопами малого м'яча у визначеному напрямку (в в.п. – сидючи) (за допомогою чи наслідуючи вчителя);</p> <p>*<i>розрізняє</i> основні просторові характеристики виконаної рухової дії (за допомогою вчителя);</p> <p>*<i>використовує</i> засвоєний словник в межах зрозумілого мовленнєвого матеріалу, застосовуючи доступну форму (усне, жестове) мовлення (за допомогою вчителя);</p> <p>*<i>розрізняє</i> предмети, використані на уроці (за допомогою вчителя);</p> <p>*<i>виконує</i> котіння великого м'яча у заданому напрямку (за допомогою чи за показом учителя);</p> <p>*<i>виконує</i> присідання та вставання (за допомогою чи за показом учителя);</p> <p>*<i>виконує</i> котіння стопами м'яча у заданому напрямку (у в.п. – сидючи) (за допомогою чи за показом</p>	<p>часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Формування здатності до оцінювання та регуляції просторово-часових і динамічних рухових параметрів. Тренування вестибулярного апарату. Формування кінестетичного та тактильно-вібраційного контролю власних дій.</p> <p>Розвиток узгодженості рухових дій. Формування формул рухів. Розвиток рухових якостей (спритності). Формування адекватності емоційних реакцій. Розвиток навички діалогічного мовлення. Виховання дисциплінованості, організованості.</p>
--	--	--

	<p>Ритмопластичні вправи Крок з підскоком; приставний крок (вперед, вбік, назад); нахили тулуба (праворуч, ліворуч, вперед і назад стоячи); повороти тулуба праворуч і ліворуч з нахилом у той же бік – під музично-ритмічний супровід (з використанням п'єс з яскраво вираженим ритмічним малюнком і темпом). Зміна темпу, ритму, закінчення рухів – відповідно музичному супроводу. Елементи української хореографії (з використанням мультимедійних засобів). *Повороти тулуба (праворуч, ліворуч); нахили тулуба (вперед, назад, праворуч, ліворуч) – під музично-ритмічний супровід (з використанням п'єс з яскраво вираженим ритмічним малюнком і</p>	<p>учителя). <i>Сприймає</i> використане під час заняття з ЛФК наочне приладдя (кіно -, відеозапис, світлосигналізацію, фотографії, плакати, піктограми, таблички тощо) (за допомогою вчителя); <i>розрізняє</i> початок та кінець музичного твору (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>розрізняє</i> контрастні динамічні відтінки (швидко – повільно) (за допомогою чи за показом учителя); <i>виконує</i> нахили та повороти тулуба; випад вперед, назад, в сторони під музично-ритмічний супровід (за допомогою чи за показом учителя); <i>виконує</i> крок з підскоком, приставний крок (за показом чи разом з учителем); <i>виконує</i> ритмічні рухи з використанням стрічок, обручів, м'ячів тощо (з допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>відбиває</i> ритм оплесками та (чи) притуптуванням (за допомогою чи за показом учителя); <i>стежить</i> за діями інших учнів в процесі заняття та підпорядковує свої дії спільним (за допомогою чи під контролем учителя); <i>вміє</i> узгоджувати дихання з</p>	<p>Розвиток пізнавальних інтересів. Формування наочно-дійового та наочно-образного мислення. Формування здатності до здійснення аналізу виконання своїх рухів і рухів інших учнів. Розвиток відчуття ритму та темпу. Розвиток вібраційного відчуття та сприйняття. Формування уявлень про оточуюче середовище, власне тіло. Розвиток координації рухів. Формування узгодженості рухових дій, здатності до одночасних рухів. Розвиток просторового орієнтування. Розвиток точності, темпу та ритму рухів. Розвиток швидкості реакції. Формування тактильно-вібраційного, зорового та</p>
--	--	--	---

темпом).	<p>фазами рухів (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>емоційно</i> реагує на танцювальні ситуації (під контролем учителя); <i>*сприймає</i> використане під час заняття з ЛФК наочне приладдя (кіно -, відеозапис, світлосигналізацію, фотографії, плакати, таблички тощо) (за допомогою вчителя); <i>*розрізняє</i> початок та кінець музичного твору (за допомогою вчителя); <i>*розрізняє</i> контрастні динамічні відтінки (швидко – повільно) (за допомогою вчителя); <i>*виконує</i> повороти тулуба (праворуч, ліворуч); нахили тулуба (вперед, назад, праворуч, ліворуч) – під музично-ритмічний супровід (з використанням п'єс з яскраво вираженим ритмічним малюнком і темпом) (за допомогою чи разом з учителем).</p>	<p>кінестетичного контролю власних дій. Розвиток рухових якостей (витривалості, швидкості, гнучкості, спритності). Формування навички правильної постави. Естетичний розвиток. Розвиток емоційної сфери. Послаблення негативних емоцій. Корекція зовнішнього прояву емоцій. Формування навички узгодження фаз дихання з руховими актами. Збагачення словникового запасу. Формування навичок культури спілкування. Виховання гуманності, доброзичливості, поваги до інших дітей, здатності до співпраці в групі (в парі).</p>
Вправи з використанням гімнастичних	<i>Сприймає</i> таблички та інформацію (слова) на них (за допомогою вчителя);	Формування довільної уваги. Розвиток

<p>предметів і приладів</p> <p>Передача предмета (наприклад, іграшки) з однієї руки в іншу з обмеженням зорового контролю (з зав'язаним оком, очима). Передача м'яча: в шерензі, по колу, в колоні над головою. Котіння стопами м'яча у визначеному напрямку (в в.п. – сидячи). Ходьба з мішечком з піском (300 г) чи з іншим предметом на голові.</p> <p>Захват і підкидання стопами предметів (наприклад, кеглі, м'яча, кубика) у в.п. – сидячи, ноги витягнуті на підлозі.</p> <p>Вправи з обручем: повороти, котіння навколо себе; пролізання в обруч \ «коридор» з обручів; вставання в обруч на коліна, піднімання обруча вгору.</p> <p>*Котіння великого м'яча у заданому напрямку.</p> <p>*Котіння стопами малого м'яча у заданому напрямку (у в.п. – сидячи).</p>	<p>має елементарне уявлення про основні просторові характеристики рухів та про основні частини тіла, задіяні при виконанні вправи (за допомогою вчителя);</p> <p><i>виконує</i> передачу предмета (наприклад, іграшки) з руки в руку з обмеженням зорового сприйняття (за допомогою чи наслідуючи вчителя);</p> <p><i>здійснює</i> передачу м'яча: в шерензі, по колу, в колоні над головою (за допомогою чи за показом учителя);</p> <p><i>виконує</i> влізання на гімнастичну лаву та злізання з неї (за допомогою чи наслідуючи вчителя);</p> <p><i>виконує</i> хват і підкидання стопами предметів (наприклад, кеглі, м'яча, кубика) у в.п. сидячи (за допомогою чи наслідуючи вчителя);</p> <p><i>виконує</i> вправи з обручем; котіння стопами малого м'яча у визначеному напрямку (в в.п. – сидячи);</p> <p>ходьбу з мішечком з піском (300 г) чи з іншим предметом на голові(за допомогою чи наслідуючи вчителя);</p> <p>*<i>сприймає</i> піктограми (за допомогою вчителя);</p> <p>*<i>розрізняє</i> використані предмети за розміром (за допомогою чи за підказкою вчителя);</p> <p>*<i>розрізняє</i> основні</p>	<p>пізнавальних інтересів.</p> <p>Розвиток предметності та вибіркової сприйняття.</p> <p>Формування позитивного емоційного ставлення та мотивації до навчання.</p> <p>Естетичний розвиток.</p> <p>Формування елементарних просторових уявлень.</p> <p>Розвиток тактильного відчуття.</p> <p>Розвиток довільної пам'яті.</p> <p>Формування операційно-організаційного компонента мислення.</p> <p>Розвиток координації рухів.</p> <p>Розвиток просторового орієнтування.</p> <p>Формування узгодженості мікро- та макромоторики.</p> <p>Формування цілеспрямованості рухів рук, покращення здатності до взаємодії обома руками.</p>
---	---	--

	<p>просторові характеристики виконаної вправи (за допомогою вчителя); *виконує котіння великого м'яча у заданому напрямку; котіння стопами малого м'яча у заданому напрямку (у в.п. – сидячи) (за допомогою вчителя).</p>	<p>Розвиток дрібної моторики рук. Формування здатності до одночасних рухів. Розвиток рухових якостей (спритності, витривалості, швидкості, гнучкості, сили). Виховання навичок спілкування та роботи в колективі.</p>
<p>Кистьова та пальчикова гімнастика Зчіплювання та розчіплювання вказівних пальців. Торкання великим пальцем почергово всіх інших (з надавлюванням). Згинання та розгинання переплетених пальців у зап'ястку. Заплітання косичок, зав'язування бантиків. Відведення та приведення пальців однієї руки. Сильне стискання в кулаки розведених пальців витягнутих вперед рук, затримка в цьому положенні на 2-3 секунди з наступним</p>	<p><i>Розрізняє</i> пальці, що використовуються при виконанні вправ (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>виконує</i> зчіплювання та розчіплювання вказівних пальців (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>здійснює</i> торкання великим пальцем почергово всіх інших (з надавлюванням). (за допомогою чи за показом учителя); <i>здійснює</i> згинання та розгинання переплетених пальців у зап'ястку; заплітання косичок, зав'язування бантиків; відведення та приведення пальців однієї руки (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>виконує</i> сильне стискання в кулаки розведених пальців витягнутих вперед рук, затримку в цьому положенні на 2-3 секунди з</p>	<p>Формування стійкості уваги. Формування мисленневих операцій на основі послідовного виконання рухових дій. Формування та розвиток обсягу та точності довільної пам'яті. Формування позитивного психоемоційного стану. Корекція психофізичного напруження. Розвиток дрібної моторики рук. Формування узгодженості мікро- та макромоторики. Розвиток рухових якостей (гнучкості, спритності, сили).</p>

<p>розслабленням і струшуванням. Мудра «Хакіні»(див. дод.№ 4). *Вправа «Пальчики вітаються» *Зчіплення та розчіплення вказівних пальців. *Зав'язування та розв'язування вузликів на товстих мотузках, шнурках. *Почергове стискання нігтьової фаланги кожного пальця.</p>	<p>наступним розслабленням і струшуванням (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>виконує</i> мудру «Хакіні»(за допомогою вчителя); <i>вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправи (за допомогою чи наслідуючи вчителя). <i>*здійснює</i> зчіплення та розчіплення вказівних пальців (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>*виконує</i>вправу «Пальчики вітаються» (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>*виконує</i> почергове стискання нігтьової фаланги кожного пальця (за допомогою вчителя).</p>	<p>Розвиток координації рухових дій: Формування узгодженості мікро- та макромоторики. Розвиток просторового орієнтування. Збагачення та конкретизація запасу жестових знаків і піктограм. Виховання наполегливості, здатності до вольового зусилля, дисциплінованості.</p>
<p>Імітаційні вправи Імітація рухів коника, мавпи, пса, змії, комара. Імітація рухів плавця способом брас. Імітація іграшки (ляльки, машинки тощо). *Імітація рухів їжачка, зайця.</p>	<p><i>Сприймає</i>використане наочне приладдя (кіно -, відеозапис, фотографії, плакати, піктограми, таблички тощо) (за допомогою вчителя); <i>розрізняє</i> зображення знайомих тварин і предметів (за допомогою вчителя); <i>розрізняє</i> тематичні піктограми (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>розрізняє</i> основні просторові характеристики переміщення (за допомогою вчителя); <i>використовує</i> здобуті рухові навички для виконання імітації (ходьбу, стрибки, повзання тощо); <i>емоційно</i> реагує при виконанні імітаційних</p>	<p>Розвиток слухо-зоро-вібраційного сприймання. Формування цілеспрямованої уваги. Формування наочно-дійового та наочно-образного мислення. Формування елементарних уявлень про оточуюче середовище, власне тіло. Формування мисленнєвих операцій (аналіз, синтез, класифікація, порівняння тощо). Розвиток довільної</p>

		<p>вправ (під контролем учителя); <i>вміє</i> імітувати руховими діями окремих тварин, предмети (добре знайомі дітям): імітація пересування як коник, мавпа, пес, змія, комар; рухів плавця способом брас; іграшки (наприклад, ляльки)(за допомогою чи за показом учителя); <i>*сприймає</i> використані наочні посібники (кіно -, відеозапис, фотографії, плакати, таблички тощо) (за допомогою вчителя); <i>*сприймає</i> тематичні піктограми (за допомогою вчителя); <i>*використовує</i> здобуті рухові навички для виконання імітації (ходьбу, стрибки, повзання тощо) (за допомогою учителя); <i>*здійснює</i> імітацію рухів зайця, їжачка (за допомогою учителя).</p>	<p>пам'яті. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Розвиток координації рухів. Формування узгодженості мікро- та макромоторики. Формування узгодженості рухових дій. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Формування здатності зберігати рівновагу в статичних положеннях і в русі. Розвиток рухових якостей (швидкості, витривалості, гнучкості, спритності, сили). Естетичний розвиток. Корекція психоемоційного стану. Формування</p>
--	--	---	--

		<p>адекватних емоційних реакцій. Розвиток вербальних і невербальних засобів спілкування. Виховання колективізму, доброзичливості.</p>
Корекція психоемоційного стану та психофізичного напруження		
<p>Дихальні вправи Послідовне посилення екскурсії грудної клітки чи діафрагми. Рівномірне носове дихання в поєднанні з повільною ходьбою. Підготовче дихання (див. дод. №3). Динамічні дихальні вправи. *Дихальні вправи з подовженим видихом. *Дихальні вправи з вимовлянням звуків на видиху.</p>	<p><i>Здійснює</i> послідовне посилення екскурсії грудної клітки чи діафрагми (за допомогою чи разом з учителем); <i>виконує</i> підготовче дихання (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>виконує</i> рівномірне носове дихання в поєднанні з повільною ходьбою (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>*виконує</i> дихальні вправи з вимовлянням звуків на видиху(за допомогою вчителя); <i>*виконує</i> дихальні вправи з подовженим видихом (за допомогою вчителя).</p>	<p>Формування цілеспрямованої уваги. Формування елементарних уявлень про навколишнє середовище та власне тіло. Формування наочно-дійового мислення. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Розвиток рухових якостей (спритності). Корекція психоемоційного та психофізичного напруження. Формування навички носового дихання в спокої та під час виконання вправ. Збагачення</p>

		активного та пасивного словникового запасу. Виховання дисциплінованості, старанності.
<p>Вправи на розтягування Нахили тулуба (праворуч, ліворуч, вперед і назад). Випад уперед, назад, в сторони. Повороти тулуба праворуч і ліворуч з нахилом у той же бік. *Повороти тулуба праворуч, ліворуч. *Нахили тулуба (вперед, назад, праворуч, ліворуч).</p>	<p><i>Розрізняє</i> основні частини тіла, задіяні при виконанні вправи (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>розрізняє</i> основні просторові характеристики виконаної рухової дії (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>виконує</i> нахили тулуба (вперед, назад, праворуч, ліворуч) (за допомогою чи за показом учителя); <i>виконує</i> випад (вперед, назад, праворуч, ліворуч) (за допомогою чи за показом учителя); <i>виконує</i> повороти тулуба праворуч, ліворуч з нахилом в той же бік (за допомогою чи за показом учителя); *<i>розрізняє</i> основні просторові характеристики виконаної рухової дії (за допомогою вчителя); *<i>виконує</i> повороти тулуба праворуч, ліворуч (за допомогою вчителя); *<i>виконує</i> нахили тулуба (вперед, назад, праворуч, ліворуч) (за допомогою учителя); *<i>вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправи (за допомогою вчителя).</p>	<p>Формування довільної та цілеспрямованої уваги. Формування просторових уявлень. Розвиток просторового орієнтування. Формування адекватності сприйняття. Корекція психофізичного напруження. Корекція психоемоційного стану. Формування правильної постави. Розвиток рухових якостей (гнучкості, спритності). Формування узгодженості рухових дій. Розвиток координації рухів. Формування навичок правильного дихання під час виконання вправ.</p>
Вправи на	<i>Сприймає</i> звернене	Розвиток

<p>розслаблення Струси ніг одночасно та почергово в в.п. сидячи. Струси ніг почергово у в.п. стоячи біля опори. Вільне падіння відведених або піднятих рук. *Вільне падіння відведених або піднятих рук.</p>	<p>мовлення вчителя (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>виконує</i> рекомендації та розпорядження вчителя (за допомогою чи під контролем учителя); <i>виконує</i> вільне падіння відведених або піднятих рук (за допомогою чи за показом учителя); <i>виконує</i> струси ніг (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>дотримується</i> правил виконання вправ (за допомогою вчителя). *<i>сприймає</i> звернене мовлення вчителя (за допомогою вчителя); *<i>виконує</i> рекомендації та розпорядження вчителя (за допомогою вчителя); *<i>виконує</i> вільне падіння відведених або піднятих рук (за допомогою вчителя).</p>	<p>цілеспрямованої уваги. Розвиток просторової уяви. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Розвиток точності та збільшення обсягу зорової, слухової та тактильної пам'яті. Корекція психофізичного напруження. Формування позитивного психоемоційного стану. Регуляція зовнішнього прояву емоцій. Розвиток рухових якостей (гнучкості, спритності). Розвиток координації рухів. Збагачення словникового запасу. Виховання дисциплінованості, старанності.</p>
<p>Ритмопластичні вправи Крок з підскоком; приставний крок (вперед, вбік, назад);</p>	<p><i>Сприймає</i> використане під час заняття наочне приладдя (кіно -, відеозапис, світлосигналізацію, фотографії, плакати,</p>	<p>Розвиток пізнавальних інтересів. Формування наочно-дійового та наочно-образного</p>

<p>нахили тулуба (праворуч, ліворуч, вперед і назад стоячи); повороти тулуба праворуч і ліворуч з нахилом у той же бік – під музично-ритмічний супровід (з використанням п'єс з яскраво вираженим ритмічним малюнком і темпом). Зміна темпу, ритму, закінчення рухів – відповідно музичному супроводу. Елементи української хореографії (з використанням мультимедійних засобів).</p> <p>*Повороти тулуба (праворуч, ліворуч); нахили тулуба (вперед, назад, праворуч, ліворуч) – під музично-ритмічний супровід (з використанням п'єс з яскраво вираженим ритмічним малюнком і темпом).</p>	<p>пiктограми, таблички тощо) (за допомогою вчителя); <i>розрізняє</i> початок та кінець музичного твору (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>розрізняє</i> контрастні динамічні відтінки (швидко – повільно) (за допомогою чи за показом учителя); <i>виконує</i> нахили та повороти тулуба; випад вперед, назад, в сторони під музично-ритмічний супровід (за допомогою чи за показом учителя); <i>виконує</i> крок з підскоком, приставний крок (за показом чи разом з учителем); <i>виконує</i> ритмічні рухи з використанням стрічок, обручів, м'ячів тощо (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>відбиває</i> ритм оплесками та (чи) притуптуванням (за допомогою чи за показом учителя); <i>стежить</i> за діями інших учнів в процесі заняття та підпорядковує свої дії спільним (за допомогою чи під контролем учителя); <i>вміє</i> узгоджувати дихання з фазами рухів (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>емоційно</i> реагує на танцювальні ситуації (під контролем учителя); <i>*сприймає</i> використане під</p>	<p>мислення. Формування здатності до здійснення аналізу виконання своїх рухів і рухів інших учнів. Розвиток відчуття ритму та темпу. Розвиток вібраційного відчуття та сприйняття. Формування уявлень про оточуюче середовище, власне тіло. Розвиток координації рухів. Формування узгодженості рухових дій, здатності до одночасних рухів. Формування тактильно-вібраційного, зорового та кінестетичного контролю власних дій. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Розвиток рухових якостей (витривалості, швидкості,</p>
--	---	--

		<p>час заняття з ЛФК наочне приладдя (кіно -, відеозапис, світлосигналізацію, фотографії, плакати, таблички тощо) (за допомогою вчителя); <i>*розрізняє</i> початок та кінець музичного твору (за допомогою вчителя); <i>*розрізняє</i> контрастні динамічні відтінки (швидко – повільно) (за допомогою вчителя); <i>*виконує</i> повороти тулуба (праворуч, ліворуч); нахили тулуба (вперед, назад, праворуч, ліворуч) – під музично-ритмічний супровід (з використанням п'єс з яскраво вираженим ритмічним малюнком і темпом) (за допомогою чи разом з учителем).</p>	<p>гнучкості, спритності). Формування навички правильної постави. Естетичний розвиток. Розвиток емоційної сфери. Послаблення негативних емоцій. Корекція зовнішнього прояву емоцій. Формування навички узгодження фаз дихання з руховими актами. Збагачення словникового запасу. Формування навичок культури спілкування. Виховання гуманності, доброзичливості, поваги до інших дітей, здатності до співпраці в групі (в парі).</p>
<p><i>Кистьова та пальчикова гімнастика</i> Зчіплювання та розчіплювання вказівних пальців. Торкання великим пальцем по чергово всіх інших (з надавленими). Згинання та</p>	<p><i>Розрізняє</i> пальці, що використовуються при виконанні вправ (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>виконує</i> зчіплювання та розчіплювання вказівних пальців (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>здійснює</i> торкання великим пальцем по чергово всіх</p>	<p>Формування стійкості уваги. Формування та розвиток обсягу та точності довільної пам'яті. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення</p>	

<p>розгинання переплетених пальців у зап'ястку. Заплітання косичок, зав'язування бантиків. Відведення та приведення пальців однієї руки. Сильне стискання в кулаки розведених пальців витягнутих вперед рук, затримка в цьому положенні на 2-3 секунди з наступним розслабленням і струшуванням. Мудра «Хакіні» (див. дод. №4). *Вправа «Пальчики вітаються» *Зчіплення та розчіплення вказівних пальців. *Зав'язування та розв'язування вузликів на товстих мотузках, шнурках. *Почергове стискання нігтьової фаланги кожного пальця.</p>	<p>інших (з надавлюванням). (за допомогою чи за показом учителя); <i>здійснює</i> згинання та розгинання переплетених пальців у зап'ястку; заплітання косичок, зав'язування бантиків; відведення та приведення пальців однієї руки (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>виконує</i> сильне стискання в кулаки розведених пальців витягнутих вперед рук, затримку в цьому положенні на 2-3 секунди з наступним розслабленням і струшуванням (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>виконує</i> мудру «Хакіні»(за допомогою вчителя); <i>вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправи (за допомогою чи наслідуючи вчителя). *<i>здійснює</i> зчіплення та розчіплення вказівних пальців (за допомогою чи наслідуючи вчителя); *<i>виконує</i> вправу «Пальчики вітаються» (за допомогою чи наслідуючи вчителя); *<i>виконує</i> почергове стискання нігтьової фаланги кожного пальця (за допомогою вчителя).</p>	<p>просторових, часових і силових параметрів рухів. Формування позитивного психоемоційного стану. Корекція психофізичного напруження. Розвиток дрібної моторики рук. Розвиток рухових якостей (гнучкості, спритності, сили). Розвиток координації рухових дій. Формування узгодженості рухових дій. Збагачення та конкретизація запасу жестових знаків і піктограм. Виховання наполегливості, здатності до вольового зусилля, дисциплінованості.</p>
<p>Імітаційні вправи Імітація рухів коника, мавпи, пса, змії, комара. Імітація рухів плавця способом</p>	<p><i>Сприймає</i>використане наочне приладдя (кіно -, відеозапис, фотографії, плакати, піктограми, таблички тощо) (за допомогою вчителя);</p>	<p>Розвиток слухо-зоро-вібраційного сприймання. Формування цілеспрямованої уваги.</p>

	<p>брас. Імітація іграшки (ляльки, машинки тощо). *Імітація рухів їжачка, зайчика.</p>	<p><i>розрізняє</i> зображення знайомих тварин і предметів (за допомогою вчителя); <i>розрізняє</i> тематичні піктограми (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>розрізняє</i> основні просторові характеристики переміщення (за допомогою вчителя); <i>використовує</i> здобуті рухові навички для виконання імітації (ходьбу, стрибки, повзання тощо) (за допомогою чи за показом учителя); <i>емоційно</i> реагує при виконанні імітаційних вправ (під контролем учителя); <i>вміє</i> імітувати руховими діями окремих тварин, предмети: імітація пересування як коник, мавпа, пес, змія, комар; рухів плавця способом брас; імітація іграшки (наприклад, ляльки)(за допомогою чи за показом учителя); <i>*сприймає</i> використані наочні посібники (кіно -, відеозапис, фотографії, плакати, таблички тощо) (за допомогою вчителя); <i>*сприймає</i> тематичні піктограми (за допомогою вчителя); <i>*використовує</i> здобуті рухові навички для виконання імітації (ходьбу, стрибки, повзання тощо) (за допомогою учителя);</p>	<p>Формування наочно-дійового та наочно-образного мислення. Формування елементарних уявлень про оточуюче середовище, власне тіло. Формування мисленнєвих операцій (аналіз, синтез, класифікація, порівняння тощо). Розвиток довільної пам'яті. Естетичний розвиток. Корекція психоемоційного стану. Формування адекватних емоційних реакцій. Розвиток координації рухів. Формування узгодженості рухових дій. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Розвиток рухових якостей (швидкості, витривалості, гнучкості,</p>
--	--	--	---

	* <i>здійснює</i> імітацію рухів зайчика, їжачка (за допомогою учителя).	спритності, сили). Розвиток вербальних і невербальних засобів спілкування. Виховання колективізму, доброзичливості.
<u>Розвиток правильного локомоторного стереотипу та корекція основних видів локомоції дитини (ходьби, бігу)</u>		
<i>Стройові вправи</i> Шикування та перешикування. Шикування та перешикування з однієї шеренги у дві і навпаки. Приставний крок. Похідний крок. *Шикування в шеренгу, в колону по одному, в коло, перешикування. *Ходьба в обхід. Виконання команд: «На місці, кроком руш!», «Вийти зі строю!», «Стати до строю!», «Довший \ коротший крок!», «Струнко!», «Вільно!» *Виконання команд: «Кроком руш!», «На місці, стій!»	<i>Сприймає</i> та <i>виконує</i> рекомендації та команди вчителя: «На місці, кроком руш!», «Вийти зі строю!», «Стати до строю!», «Довший \ коротший крок!», «Струнко!», «Вільно!» (за допомогою чи за вказівкою вчителя); <i>використовує</i> засвоєний словник в межах знайомого (зрозумілого) мовленнєвого матеріалу (за допомогою вчителя); <i>знає</i> своє місце в строю (за допомогою чи за вказівкою вчителя); <i>здійснює</i> шикування та перешикування за командою вчителя (за допомогою чи за показом учителя); <i>виконує</i> ходьбу похідним кроком, приставним кроком (за допомогою чи за показом вчителя); <i>вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправи (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>вміє</i> узгоджувати свої дії з діями інших учнів (за	Формування аналітико-синтетичного сприймання. Формування репродуктивного та продуктивного мислення. Формування цілеспрямованої уваги. Формування узагальненості уявлень. Розвиток уяви. Розвиток узгодженості, чіткості виконання рухових дій. Формування зорового, тактильно-вібраційного та кінестетичного контролю виконання вправи. Розвиток координації рухів. Формування узгодженості рухових дій. Розвиток рухової пам'яті.

		<p>допомогою вчителя); <i>*знає</i> своє місце в строю (за допомогою вчителя); <i>*використовує</i> засвоений словник в межах зрозумілого мовленнєвого матеріалу, застосовуючи доступну форму (усне, жестове) мовлення (за допомогою вчителя); <i>*виконує</i> шиккування в шеренгу та в колону по одному, в коло, перешиккування (за допомогою вчителя); <i>*виконує</i> ходьбу в обхід (за допомогою чи за показом вчителя); <i>*сприймає</i> та виконує команди вчителя: «Кроком руш!», «На місці, стій!» (за допомогою вчителя); <i>*старається</i> узгоджувати свої дії з діями інших учнів (за допомогою вчителя).</p>	<p>Розвиток правильного локомоторного стереотипу та вдосконалення рухових навичок (ходьби тощо). Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Розвиток рухових якостей (витривалості, спритності). Корекція зовнішнього прояву емоцій. Формування навички узгодження фаз дихання з руховими актами. Формування усвідомленого розуміння змісту мовно-жестових команд. Збагачення активного та пасивного словникового запасу. Виховання дисциплінованості, організованості, вміння співпрацювати в колективі.</p>
	<i>Ритмопластичні в</i>	<i>Сприймає</i> використане під	Розвиток

<p>рави Крок з підскоком; приставний крок (вперед, вбік, назад); нахили тулуба (праворуч, ліворуч, вперед і назад стоячи); повороти тулуба праворуч і ліворуч з нахилом у той же бік – під музично-ритмічний супровід (з використанням п'єс з яскраво вираженим ритмічним малюнком і темпом). Зміна темпу, ритму, закінчення рухів – відповідно музичному супроводу. Елементи української хореографії (з використанням мультимедійних засобів). *Повороти тулуба (праворуч, ліворуч); нахили тулуба (вперед, назад, праворуч, ліворуч) – під музично-ритмічний супровід (з використанням п'єс з яскраво вираженим ритмічним малюнком і темпом).</p>	<p>час заняття наочне приладдя (кіно -, відеозапис, світлосигналізацію, фотографії, плакати, піктограми, таблички тощо) (за допомогою вчителя); <i>розрізняє</i> початок та кінець музичного твору (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>розрізняє</i> контрастні динамічні відтінки (швидко – повільно) (за допомогою чи за показом учителя); <i>виконує</i> нахили та повороти тулуба; випад вперед, назад, в сторони під музично-ритмічний супровід (за допомогою чи за показом учителя); <i>виконує</i> крок з підскоком, приставний крок (за показом чи разом з учителем); <i>виконує</i> ритмічні рухи з використанням стрічок, обручів, м'ячів тощо (з допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>відбиває</i> ритм оплесками та (чи) притуптуванням (за допомогою чи за показом учителя); <i>стежить</i> за діями інших учнів в процесі заняття та підпорядковує свої дії спільним (за допомогою чи під контролем учителя); <i>вміє</i> узгоджувати дихання з фазами рухів (за допомогою чи наслідуючи</p>	<p>пізнавальних інтересів. Формування наочно-дійового та наочно-образного мислення. Формування здатності до здійснення аналізу виконання своїх рухів і рухів інших учнів. Розвиток відчуття ритму та темпу. Розвиток вібраційного відчуття та сприйняття. Формування уявлень про оточуюче середовище, власне тіло. Розвиток координації рухів. Формування узгодженості рухових дій, здатності до одночасних рухів. Формування тактильно-вібраційного, зорового та кінестетичного контролю власних дій. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових</p>
--	---	--

		<p>вчителя); <i>емоційно</i> реагує на танцювальні ситуації (під контролем учителя); <i>*сприймає</i> використане під час заняття наочне приладдя (кіно -, відеозапис, світлосигналізацію, фотографії, плакати, таблички тощо) (за допомогою вчителя); <i>*розрізняє</i> початок та кінець музичного твору (за допомогою вчителя); <i>*розрізняє</i> контрастні динамічні відтінки (швидко – повільно) (за допомогою вчителя); <i>*виконує</i> повороти тулуба (праворуч, ліворуч); нахили тулуба (вперед, назад, праворуч, ліворуч) – під музично-ритмічний супровід (з використанням п'єс з яскраво вираженим ритмічним малюнком і темпом) (за допомогою чи разом з учителем).</p>	<p>параметрів рухів. Розвиток рухових якостей (витривалості, спритності, швидкості, гнучкості). Розвиток правильного локомоторного стереотипу та вдосконалення рухових навичок (ходьби, бігу, стрибків тощо). Формування навички правильної постави. Естетичний розвиток. Розвиток емоційної сфери. Послаблення негативних емоцій. Корекція зовнішнього прояву емоцій. Корекція психофізичного напруження. Формування навички узгодження фаз дихання з руховими актами. Збагачення активного та пасивного словникового запасу. Формування навичок культури спілкування.</p>
--	--	---	---

		Виховання гуманності, доброзичливості, поваги до інших дітей, здатності до співпраці в групі (в парі).
<p>Вправи з використанням гімнастичних предметів і приладів</p> <p>Передача предмета (наприклад, іграшки) з однієї руки в іншу з обмеженням зорового контролю (з зав'язаним оком, очима). Передача м'яча: в шерензі, по колу, в колоні над головою. Котіння стопами м'яча у визначеному напрямку (в в.п. – сидячи). Ходьба з мішечком з піском (300 г) чи з іншим предметом на голові.</p> <p>Захват і підкидання стопами предметів (наприклад, кеглі, м'яча, кубика) у в.п. – сидячи, ноги витягнуті на підлозі.</p> <p>Вправи з обручем: повороти, котіння навколо себе; пролізання в обруч \ «коридор» з обручів; вставання в</p>	<p><i>Сприймає</i> таблички та інформацію (слова) на них (за допомогою вчителя); <i>має</i> елементарне уявлення про основні просторові характеристики рухів та про основні частини тіла, задіяні при виконанні вправи (за допомогою вчителя); <i>виконує</i> передачу предмета (наприклад, іграшки) з руки в руку з обмеженням зорового сприйняття (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>здійснює</i> передачу м'яча: в шерензі, по колу, в колоні над головою (за допомогою чи за показом учителя); <i>виконує</i> влізання на гімнастичну лаву та злізання з неї (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>виконує</i> захват і підкидання стопами предметів (наприклад, кеглі, м'яча, кубика) у в.п. сидячи (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>здійснює</i> вправи з обручем; котіння стопами малого м'яча у визначеному напрямку (в в.п. – сидячи); <i>ходить</i> з мішечком з</p>	<p>Формування довільної уваги. Розвиток пізнавальних інтересів. Розвиток предметності та вибірковості сприйняття. Формування позитивного емоційного ставлення та мотивації до навчання. Естетичний розвиток. Формування елементарних просторових уявлень. Розвиток тактильного відчуття. Розвиток довільної пам'яті. Формування операційно-організаційного компонента мислення. Розвиток координації рухів. Формування здатності до одночасних рухів.</p>

<p>обруч на коліна, піднімання обруча вгору. *Котіння великого м'яча у заданому напрямку. *Котіння стопами малого м'яча у заданому напрямку (у в.п. – сидячи).</p>	<p>піском (300 г) чи з іншим предметом на голові (за допомогою чи наслідуючи вчителя); *<i>сприймає</i> таблички та інформацію (слова) на них (за допомогою вчителя); *<i>розрізняє</i> використані предмети за розміром (за допомогою чи за підказкою вчителя); *<i>розрізняє</i> основні просторові характеристики виконаної вправи (за допомогою вчителя); *<i>виконує</i> котіння великого м'яча у заданому напрямку; котіння стопами малого м'яча у заданому напрямку (у в.п. – сидячи) (за допомогою вчителя).</p>	<p>Формування цілеспрямованості рухів рук, покращення здатності до взаємодії обома руками. Розвиток дрібної моторики рук. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Розвиток рухових якостей (спритності, швидкості, витривалості, сили, гнучкості). Розвиток правильного локомоторного стереотипу та вдосконалення рухових навичок (ходьби тощо). Виховання доброзичливості. Виховання навичок спілкування та роботи в колективі.</p>
<p><i>Імітаційні вправи</i> Імітація рухів коника, мавпи, пса, змії, комара. Імітація рухів плавця способом</p>	<p><i>Сприймає</i> використане наочне приладдя (кіно -, відеозапис, фотографії, плакати, піктограми, таблички тощо) (за допомогою вчителя);</p>	<p>Розвиток слухо-зоро-вібраційного сприймання. Формування цілеспрямованої уваги.</p>

	<p>брас. Імітація іграшки (ляльки, машинки тощо). *Імітація рухів їжачка, зайця.</p>	<p><i>розрізняє</i> зображення знайомих тварин і предметів (за допомогою вчителя); <i>розрізняє</i> тематичні піктограми (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>розрізняє</i> основні просторові характеристики переміщення (за допомогою вчителя); <i>використовує</i> здобуті рухові навички для виконання імітації (ходьбу, стрибки, повзання тощо); <i>емоційно</i> реагує при виконанні імітаційних вправ (під контролем учителя); <i>вміє</i> імітувати руховими діями окремих тварин, предмети: імітація пересування як коник, мавпа, пес, змія, комар; рухів плавця способом брас; імітація іграшки (наприклад, ляльки)(за допомогою чи за показом учителя); <i>*сприймає</i> використані наочні посібники (кіно -, відеозапис, фотографії, плакати, таблички тощо) (за допомогою вчителя); <i>*сприймає</i> тематичні піктограми (за допомогою вчителя); <i>*використовує</i> здобуті рухові навички для виконання імітації (ходьбу, стрибки, повзання тощо) (за допомогою учителя); <i>здійснює</i> імітацію рухів зайця, їжачка (за</p>	<p>Формування наочно-дійового та наочно-образного мислення. Формування елементарних уявлень про оточуюче середовище, власне тіло. Формування мисленневих операцій (аналіз, синтез, класифікація, порівняння тощо). Розвиток довільної пам'яті. Розвиток координації рухів. Формування узгодженості рухових дій. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Розвиток правильного локомоторного стереотипу та вдосконалення рухових навичок (ходьби тощо). Розвиток рухових якостей (швидкості, витривалості, гнучкості, спритності, сили).</p>
--	--	--	--

		допомогою учителя).	Естетичний розвиток. Корекція психоемоційного стану. Формування адекватних емоційних реакцій. Корекція психофізичного напруження. Розвиток вербальних і невербальних засобів спілкування. Виховання колективізму, доброзичливості.
6	<p>ЛЕГКОАТЛЕТИЧНІ ВПРАВИ <i>Теоретичні відомості.</i> Техніка безпеки при виконанні легкоатлетичних вправ. Перша допомога при травмах. Тілобудова (основні частини тіла) людини. Особливості дихання при виконанні легкоатлетичних вправ на занятті з ЛФК. *Техніка безпеки при виконанні легкоатлетичних вправ на занятті з ЛФК. *Основні частини тіла (тілобудова)</p>	<p><i>Учень/учениця:</i> <i>має уявлення про техніку безпеки при виконанні легкоатлетичних вправ; першу допомогу при травмах; тілобудову (основні частини тіла) людини (за допомогою чи за підказкою вчителя); має елементарне уявлення про значення дихання для життя людини, особливості дихання при виконанні вправ (за допомогою чи за підказкою вчителя); дотримується правил підготовки до заняття з ЛФК та техніки безпеки під час занять легкою атлетикою (за допомогою чи при підказці вчителя); розрізняє основні просторові характеристики рухової дії; основні частини тіла, задіяні при</i></p>	<p>Розвиток обсягу та точності оперативної та довготривалої пам'яті. Формування стійкості уваги. Формування цілеспрямованої уваги. Формування елементарних уявлень про навколишнє середовище та власне тіло. Формування мисленневих операцій (аналіз, синтез, класифікація, порівняння тощо). Формування здатності до</p>

	<p>людини. *Правильне дихання та під час виконання фізичних вправ.</p> <p><i>Ходьба:</i> навшпиньки, на п'ятах, на зовнішній стороні стопи, з високим підніманням стегна, з мішечком з піском (300 г) чи з іншим предметом на голові; приставним кроком (вперед, назад, праворуч, ліворуч); кроком з підскоком; похідним кроком; зі зміною положення</p>	<p>виконанні вправи (за допомогою вчителя); <i>використовує</i> засвоєний словник в межах знайомого мовленнєвого матеріалу (за допомогою вчителя); <i>відповідає</i> на короткі запитання за темою заняття (за допомогою вчителя); *<i>має елементарне</i> уявлення про техніку безпеки при виконанні легкоатлетичних вправ; основні частини тіла (тілобудову) людини; значення дихання для життя людини; правильне дихання та під час виконання легкоатлетичних вправ (за допомогою вчителя); *<i>дотримується</i> правил підготовки до заняття з ЛФК та техніки безпеки під час занять легкою атлетикою (за допомогою вчителя); *<i>розрізняє</i> основні просторові характеристики виконаної рухової дії (за допомогою вчителя); <i>виконує</i> ходьбу: приставним кроком (вперед, назад, праворуч, ліворуч); кроком з підскоком; похідним кроком; зі зміною положення рук; імітаційну та ритмічну ходьбу (наслідуючи чи за показом учителя); <i>виконує</i> ходьбу: навшпиньки, на п'ятах, на зовнішній стороні стопи, з</p>	<p>оцінки та регуляції просторово-часових і динамічних рухових параметрів. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Формування кінестетичних відчуттів. Розвиток рухових якостей: витривалості, спритності, сили (ходьба); витривалості, гнучкості, спритності, сили, швидкості (біг); витривалості, спритності, швидкісно-силових (стрибки); витривалості, гнучкості, спритності, сили, швидкості (лазіння та повзання); швидкісно-силових (метання). Формування узгодженості рухових дій. Розвиток координації рухів. Розвиток кінестетичної та</p>
--	--	--	--

<p>рук; підлогою без зорового контролю (тримаючись за руку вчителя, гімнастичну палицю тощо); оминаючи перешкоди; по гімнастичній лаві; імітаційна та ритмічна ходьба. <i>*Ходьба:</i> зі зміною напрямку; зі зміною темпу; приставним кроком, похідним кроком. <i>Біг:</i> зі зміною швидкості; з подоланням опору. <i>*Біг:</i> чергуючи з ходьбою, підтюпцем. <i>Стрибки:</i> чергуючи з ходьбою; на місці на одній нозі, з ноги на ногу; на двох ногах з переміщенням вперед, назад, праворуч, ліворуч; у висоту з місця до визначеного орієнтира (наприклад, з торканням підвішеної іграшки); з гімнастичної лави праворуч \ ліворуч з м'яким приземленням. <i>*Стрибки:</i> на двох ногах із переміщенням через перешкоду</p>	<p>високим підніманням стегна; підлогою без зорового контролю (тримаючись за руку вчителя, гімнастичну палицю тощо); оминаючи перешкоди; по гімнастичній лаві (за допомогою чи за показом учителя); <i>виконує біг:</i> зі зміною швидкості; з подоланням опору (наслідуючи чи за показом учителя); <i>виконує стрибки:</i> чергуючи з ходьбою; на місці на одній нозі, з ноги на ногу; на двох ногах з переміщенням вперед, назад, праворуч, ліворуч; у висоту з місця до визначеного орієнтира (наприклад, з торканням підвішеної іграшки); з гімнастичної лави праворуч \ ліворуч з м'яким приземленням (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>виконує метання:</i> кидання м'яча об землю та його ловіння (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>виконує лазіння:</i> по гімнастичній лаві в упорі на колінах і рачки, захоплюючи руками краї лави (назад); перелізання через перешкоду з опорною ногою (наприклад, гімнастичну лаву); влізання на гімнастичну стінку приставним способом і</p>	<p>кінетичної пам'яті. Формування формул рухів. Розвиток правильного локомоторного стереотипу та вдосконалення рухових навичок (ходьби, бігу, стрибків тощо). Формування навички правильної постави. Корекція психоемоційного стану. Формування навички узгодження фаз дихання з руховими актами. Формування здатності до виконання вправ за інструкцією педагога. Формування навичок діалогічного мовлення. Збагачення активного та пасивного словникового запасу. Виховання комунікативних навичок, дисциплінованості, старанності, наполегливості.</p>
--	---	--

<p>(наприклад, через мотузок); у глибину ($h=20$ см) із м'яким приземленням.</p> <p><i>Метання:</i> кидання м'яча об землю та його ловіння.</p> <p><i>*Метання:</i> великого м'яча у горизонтальну ціль (обома руками) та його ловіння.</p> <p><i>Лазіння:</i> по гімнастичній лаві в упорі на колінах і рачки, захоплюючи руками край лави (назад); перелізання через перешкоду з опорною ногою (наприклад, гімнастичну лаву); влізання на гімнастичну стінку приставним способом і злізання з неї; пролізання через гімнастичний обруч (обручі).</p> <p><i>*Лазіння:</i> перелізання через предмет ($h=40$ см).</p> <p><i>Повзання:</i> по гімнастичному мату (обмеженою площиною); рачки з прогнутою спиною; по гімнастичній лаві довільне.</p> <p><i>*Повзання:</i> по гімнастичному мату (обмеженою площиною).</p>	<p>злізання з неї; пролізання через гімнастичний обруч (обручі) (за допомогою чи за показом учителя);</p> <p><i>виконує</i> повзання: по гімнастичному мату (обмеженою площиною); рачки з прогнутою спиною; по гімнастичній лаві (довільне) (за допомогою чи наслідуючи вчителя);</p> <p><i>вміє</i> узгоджувати свої дії з діями інших учнів (за допомогою чи під контролем учителя);</p> <p><i>вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправи (за допомогою чи наслідуючи вчителя);</p> <p><i>*виконує</i> ходьбу: зі зміною напрямку; зі зміною темпу; приставним кроком, похідним кроком (за допомогою учителя);</p> <p><i>*виконує</i> біг: у чергуванні з ходьбою, підтюпцем (за допомогою учителя).</p> <p><i>*виконує</i> стрибки на двох ногах із переміщенням перешкоду (наприклад, через мотузок); у глибину ($h=20$ см) із м'яким приземленням (за допомогою вчителя);</p> <p><i>*здійснює</i> метання великого м'яча в горизонтальну ціль (обома руками) та його ловіння (за допомогою учителя);</p> <p><i>*виконує</i> лазіння: перелізання через предмет ($h=40$ см) (за допомогою вчителя);</p>	
---	---	--

		* <i>виконує</i> повзання: по гімнастичному мату (обмеженою площиною) (за допомогою вчителя).	
17	<p>ІГРИ <i>Теоретичні відомості.</i> Правила поведінки та гігієни при проведенні ігор до занятті з ЛФК. Правила безпеки при виконанні рухових дій. Зміст розучених ігор. *Правила поведінки та гігієни при проведенні ігор до занятті з ЛФК. *Зміст розучених ігор.</p> <p><i>Для розвитку координаційних здібностей:</i> «Злови комара», «Естафета на гімнастичній лаві», «Швидше передай», «Заборонений рух», «За сигналом», «Намалюй сонечко», «Мавпи», «Змійка», «Паперові перегони» тощо.</p> <p><i>Для корекції психоемоційного стану та психофізичного напруження:</i> «Розбуди котика» тощо.</p>	<p><i>Учень/учениця:</i> <i>має</i> уявлення про правила поведінки та гігієни при проведенні ігор до занятті з ЛФК; правила безпеки при виконанні рухових дій; зміст розучених ігор (за вказівкою вчителя); <i>має</i> елементарне уявлення про основні частини тіла, задіяні при проведенні рухливої гри (за допомогою вчителя); <i>дотримується</i> правил поведінки, гігієни та безпеки при виконанні рухливих ігор на занятті з ЛФК (за допомогою чи за вказівкою вчителя); <i>дотримується</i> послідовності виконання рухових дій (за допомогою вчителя); <i>спілкується</i> (відповідає, передає потрібні предмети тощо) з іншими учнями та вчителем в процесі гри (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>виконує</i> ходьбу, біг, стрибки, лазіння та повзання в ігрових ситуаціях (за допомогою чи за показом учителя); <i>вміє</i> грати в 4-5 рухливих ігор на занятті з ЛФК (за допомогою чи за показом учителя); <i>вміє</i> узгоджувати свої дії з діями інших гравців (за</p>	<p>Формування цілеспрямованої уваги. Формування аналітико-синтетичного типу сприймання. Формування організаційного компоненту мислення (усвідомлення завдання, організація виконання завдання тощо). Естетичний розвиток. Формування просторової уяви. Корекція психоемоційного стану. Формування рефлексорної емоційності. Формування узгодженості рухових дій. Розвиток координації рухів. Формування тактильно-вібраційного, зорового та кінестетичного контролю виконання рухової дії.</p>

	<p><i>Для розвитку правильного локомоторного стереотипу та корекції основних видів локомоції дитини (ходьби, бігу): «Мавпи», «Змійка», «По стежці», «За сигналом» тощо.</i></p>	<p>допомогою вчителя); емоційно реагує на процес і результат рухливої гри (під контролем учителя); *<i>дотримується</i> правил поведінки, гігієни та безпеки при виконанні рухливих ігор на занятті з ЛФК (за допомогою вчителя); *<i>використовує</i> здобуті рухові навички (ходьбу, стрибки, повзання тощо) в рухливій грі (за допомогою учителя); *<i>старається</i> узгоджувати свої дії з діями інших учнів (за допомогою вчителя); *<i>вміє</i> грати в 2 рухливі гри (за допомогою чи наслідуючи вчителя).</p>	<p>Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Розвиток рухових якостей (витривалості, гнучкості, спритності, сили, швидкості). Збагачення та конкретизація словника. Виховання доброзичливості, гуманності, дисциплінованості, колективізму та культури спілкування.</p>
--	---	--	---

ЛКУВАЛЬНА ФІЗКУЛЬТУРА

Другий клас

(35 год. на рік; 1 год. на тиждень)

<i>Орієнтація розподіл годин</i>	<i>Зміст навчального матеріалу</i>	<i>Ймовірні очікувані результати розвитку учнів</i>	<i>Спрямованість корекційно-розвивальної роботи</i>
12	ГІМНАСТИЧНІ ВПРАВИ		
	<p><i>Теоретичні відомості.</i> Основні гімнастичні терміни. Контроль самопочуття під час виконання гімнастичних вправ на занятті з ЛФК. *Значення дихання для життя людини. *Правильне дихання та під час виконання гімнастичних вправ. *Попередження травматизму під час виконання гімнастичних вправ на занятті з ЛФК.</p>	<p><i>Учень/учениця:</i> <i>має</i> уявлення про основні гімнастичні терміни; контроль самопочуття під час виконання гімнастичних вправ на занятті з ЛФК (за допомогою чи за вказівкою учителя); <i>виконує</i> правила поведінки та гігієни на занятті з ЛФК (за вказівкою вчителя); <i>дотримується</i> правил безпеки при проведенні заняття, вимог до спортивної форми та взуття (за вказівкою чи під контролем учителя); <i>орієнтується</i> в спортивному залі та на майданчику (за вказівкою чи під контролем учителя); <i>сприймає</i> звернене мовлення вчителя; *<i>орієнтується</i> в спортивному залі та на майданчику (за допомогою чи за вказівкою учителя); *<i>має</i> елементарне уявлення про значення дихання для життя людини; правильне дихання та під час виконання гімнастичних вправ; попередження травматизму під час занять гімнастичними вправами на занятті з ЛФК (за допомогою вчителя);</p>	<p>Розвиток слухо-зоро-вібраційного сприймання. Розвиток пізнавальних інтересів. Розвиток елементарних уявлень про оточуюче середовище, власне тіло. Розвиток інтересу та звички до занять фізичними вправами, формування домінуючої у молодших школярів до систематичних занять фізичними вправами. Збагачення активного та пасивного словникового запасу.</p>

	<p><i>*сприймає</i> звернене мовлення вчителя (за допомогою вчителя);</p> <p><i>*виконує</i> правила поведінки та гігієни на занятті з ЛФК (за допомогою чи за вказівкою вчителя).</p>	
Розвиток координаційних здібностей		
<p>Вправи для розвитку координаційних здібностей</p> <p>Стійка на правій (лівій). Стійка на правій (лівій) з відведенням зігнутого стегна другої ноги вперед (вбік).</p> <p>Послідовне торкання пучкою інших пальців або заданих учителем частин свого тіла.</p> <p>Збирання дрібних предметів (гудзики, кубики тощо) пальцями ніг та їх підкидання чи перенесення (у в.п. сидячи). Кружляння (праворуч, ліворуч).</p> <p>Похитування в випаді.</p> <p>Симетричні та асиметричні махи руками (вперед, назад, праворуч, ліворуч).</p> <p>Ходьба по гімнастичній лаві з предметами в руках (іграшка, кеглі, надувний м'яч тощо).</p> <p>Вправи зі зміною положення рук і ніг на гімнастичній лаві \ колоді.</p> <p>Вправи для розвитку гнучкості (наприклад, «Лук», «Чоло-коліно»). Упор стоячи на колінах. Вис. Вис зігнувши ноги.</p> <p><i>*Упор присівши.</i></p> <p><i>*Перекати з пальців на п'яти та навпаки (стоячи серединою</i></p>	<p><i>Відповідає</i> на запитання в межах знайомого мовленнєвого матеріалу (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>прикладає</i> зусилля для покращення результату своїх дій (за допомогою вчителя);</p> <p><i>виконує</i> стійки: на правій (лівій); на правій (лівій) з відведенням зігнутого стегна другої ноги вперед (вбік) (за допомогою чи наслідуючи учителя);</p> <p><i>виконує</i> кружляння (праворуч, ліворуч);</p> <p>вправи зі зміною положення рук і ніг на гімнастичній лаві \ колоді (за допомогою вчителя);</p> <p><i>виконує</i> вправи для розвитку гнучкості (наприклад, «Лук», «Чоло-коліно») (за допомогою чи наслідуючи учителя);</p> <p><i>виконує</i> ходьбу по гімнастичній лаві з предметами в руках (іграшка, кеглі, надувний м'яч тощо); збирання дрібних предметів (гудзики, кубики тощо) пальцями ніг та їх підкидання чи перенесення; похитування в випаді; симетричні та асиметричні махи руками (вперед, назад, праворуч, ліворуч) (за допомогою чи за показом учителя);</p> <p><i>виконує</i> послідовне торкання пучкою інших пальців або заданих учителем</p>	<p>Формування аналітико-синтетичного типу сприймання.</p> <p>Розвиток інтенсивності та просторових характеристик процесів сприйняття.</p> <p>Розвиток практично-дієвого мислення. Розвиток об'єму та концентрації довільної уваги.</p> <p>Розвиток осмисленої пам'яті.</p> <p>Розвиток кінетичних і кінестетичних відчуттів різної модальності та вміння їх диференціювати.</p> <p>Розвиток уяви.</p> <p>Розвиток узагальненості уявлень. Тренування вестибулярного апарату.</p> <p>Розвиток координації, чіткості та узгодженості рухових дій.</p> <p>Розвиток швидкості реакції.</p> <p>Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів.</p> <p>Закріплення навички правильної постави.</p> <p>Розвиток рухових якостей (спритності). Розвиток адекватності емоційних реакцій.</p> <p>Розвиток усвідомленого розуміння змісту зверненого мовлення.</p> <p>Збагачення та конкретизація запасу</p>

стопи на гімнастичній палиці). *Ходьба прямо та боком по мотузці		
---	--	--

	<p>(гімнастичному канату, обручу тощо), покладеній на підлогу.</p> <p>Ритмопластичні вправи Крок «зальотний», «колисання». Крок галопу (праворуч, ліворуч, вперед, назад). Подвійний ковзний крок. Нахили тулуба з рухом руками під музично-ритмічний супровід (з використанням п'єс з яскраво вираженим ритмічним малюнком). Ритм посилюється оплесками та (чи) притуптуванням. *Нахили тулуба (вперед, назад) з рухами руками – під музично-ритмічний супровід (з використанням п'єс з яскраво вираженим ритмічним малюнком і темпом).</p>	<p>частин свого тіла (за допомогою чи наслідуючи вчителя); *використовує засвоєний словник в межах зрозумілого мовленнєвого матеріалу, застосовуючи доступну форму (усне, жестове) мовлення (за допомогою вчителя); *розрізняє основні просторові характеристики виконаної рухової дії (за допомогою чи за підказкою вчителя); *розрізняє основні частини тіла, задіяні при виконанні фізичної вправи (за допомогою вчителя); *вміє узгоджувати дихання з виконанням рухових дій (за допомогою вчителя); *виконує упор присівши; перекати з пальців на п'яти та навпаки (стоячи серединою стопи на гімнастичній палиці); ходьбу прямо та боком по мотузці (гімнастичному канату, обручу тощо), покладеній на підлогу (за допомогою вчителя).</p> <p>Виконує рекомендації та розпорядження вчителя (за вказівкою вчителя); розрізняє початок та кінець музичного твору (за вказівкою вчителя); розрізняє контрастні динамічні відтінки (швидко – повільно) (за підказкою вчителя); виконує крок «зальотний», «колисання»; крок галопу (праворуч, ліворуч, вперед, назад); подвійний ковзний крок (з</p>	<p>жестових знаків і піктограм. Розвиток регулюючої функції мовлення. Виховання дисциплінованості, організованості, старанності.</p> <p>Розвиток пізнавальних інтересів. Розвиток слухо-зоро-вібраційного сприймання. Розвиток елементарних уявлень про оточуюче середовище, власне тіло. Розвиток здатності до здійснення аналізу виконання своїх рухів і рухів інших учнів. Розвиток наочно-дійового та наочно-образного мислення. Естетичний розвиток. Розвиток емоційної сфери. Розвиток відчуття ритму та темпу. Корекція психоемоційного стану. Корекція зовнішнього прояву емоцій. Розвиток координації рухів. Розвиток узгодженості рухових дій, здатності до одночасних рухів. Формування узгодженості мікро- та макромоторики.</p>
--	---	--	--

	<p>Вправи з використанням гімнастичних предметів і приладів Симетричні та асиметричні махи руками (вперед, назад, праворуч, ліворуч) з предметами (різнокольоровими м'ячами, іграшками, гімнастичними стрічками тощо) в руках. Перекидання малого м'яча з однієї руки в іншу (слідкуючи за його рухом). Збирання дрібних предметів (гудзики тощо) пальцями ніг та їх підкидання чи перенесення (у в.п. сидячи). Котіння, передача та перекидання м'яча в парах.</p>	<p>використанням п'єс з яскраво вираженим ритмічним малюнком і темпом) (за показом чи наслідуючи вчителя); <i>вміє</i> узгоджувати дихання з фазами рухів (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>емоційно</i> реагує в процесі занять ритмопластичними вправами (під контролем учителя); <i>вміє</i> узгоджувати свої дії з діями інших учнів (за вказівкою чи під контролем учителя); <i>спілкується</i> (питає, просить тощо) з іншими учнями та вчителем в процесі виконання ритмопластичних вправ (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>*розрізняє</i> основні просторові характеристики виконаної рухової дії (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>*ознайомлений</i> з тематичними піктограмами (за допомогою вчителя); <i>*розрізняє</i> основні частини тіла, задіяні при виконанні фізичної вправи (за допомогою вчителя); <i>*вміє</i> узгоджувати свої дії з діями інших учнів (за допомогою вчителя); <i>*розрізняє</i> початок та кінець музичного твору (за допомогою вчителя); <i>*виконує</i> нахили тулуба з рухом руками (вперед, назад) (за допомогою чи за показом учителя).</p> <p><i>Сприймає</i> таблички та піктограми (за</p>	<p>Розвиток рухових якостей (швидкості, витривалості, спритності, сили, гнучкості). Формування м'язового корсету. Розвиток навички правильної постави. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Розвиток навички узгодження фаз дихання з руховими актами. Розвиток комунікативних навичок. Виховання доброзичливості, гуманності, поваги до інших дітей і дорослих.</p> <p>Розвиток пізнавальних інтересів. Естетичний розвиток. Розвиток цілеспрямованої уваги. Розвиток просторо-часових уявлень. Розвиток просторового орієнтування. Розвиток довільної пам'яті. Розвиток мисленнєвих операцій (аналіз, синтез, класифікація, порівняння тощо). Розвиток позитивного емоційного ставлення та мотивації до навчання. Розвиток цілеспрямованої</p>
--	--	--	--

			рухової діяльності. Розвиток координації рухів. Розвиток узгодженості рухових дій. Розвиток здатності до одночасних рухів. Формування формул рухів.
--	--	--	--

<p>Підкидання вгору та ловіння малого м'яча (обома руками). Стрибки навколо обруча. *Котіння обруча вперед і біг за ним. *Кидання великого м'яча по підлозі (стіні) та його ловіння двома руками.</p> <p>Кистьова та пальчикова гімнастика Почергове постукування пальцями однієї руки, обох рук одразу. Поперемінне згинання та розгинання переплетених пальців з'єднаних разом долонь. Мудра «Вікно мудрості» (див. дод. №4). *Поперемінне згинання та розгинання переплетених пальців з'єднаних разом долонь. *Плетіння кіс, зав'язування бантиків.</p>	<p>допомогою чи при підказці вчителя); <i>застосовує</i> фіксує мовлення в процесі заняття (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>розрізняє</i> предмети, використані на уроці, за розміром, формою, кольором (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>називає</i> основні предмети, задіяні при виконанні вправи; основні просторові характеристики переміщення (за підказкою вчителя); <i>виконує</i> симетричні та асиметричні махи руками (вперед, назад, праворуч, ліворуч) з предметами в руках; збирання дрібних предметів (гудзики тощо) пальцями ніг та їх підкидання чи перенесення (у в.п. сидячи) (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>здійснює</i> підкидання малого м'яча вгору та ловіння його обома руками; перекидання малого м'яча з однієї руки в іншу (слідкуючи за його рухом) (наслідуючи чи за показом учителя); <i>виконує</i> котіння, передачу та перекидання м'яча в парах; стрибки навколо обруча (наслідуючи чи за показом учителя); <i>вміє</i> узгоджувати свої дії з діями інших учнів в групі, в парі (за допомогою вчителя); *<i>сприймає</i> таблички та піктограми (за допомогою вчителя); *<i>розрізняє</i> використані предмети за розміром, кольором (за допомогою чи</p>	<p>Розвиток рухових якостей (спритності, витривалості, швидкості, сили, гнучкості). Формування фіксуючого мовлення. Виховання навичок спілкування та співпраці в колективі.</p> <p>Розвиток стійкості уваги. Формування цілеспрямованої уваги. Формування елементарних уявлень про навколишнє середовище та власне тіло. Формування мисленнєвих операцій (аналіз, синтез, класифікація, порівняння тощо). Розвиток мисленнєвих операцій на основі довільного виконання рухових дій. Розвиток обсягу та точності пам'яті. Формування позитивного психоемоційного стану. Розвиток дрібної моторики рук. Розвиток рухових якостей (гнучкості, спритності, сили). Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових,</p>
---	--	---

	<p>Імітаційні вправи Імітація рухів ведмедя, чаплі, польоту птахів. Імітація рибалки, водолаза. Імітація годинника, сонечка, дерева під вітром. *Імітація рухів іграшок (ляльки, машинки тощо).</p>	<p>за підказкою вчителя); *виконує котіння обруча вперед і біг за ним; кидання великого м'яча по підлозі (стіні) та його ловіння двома руками (за допомогою чи за показом учителя);</p> <p><i>Сприймає</i> звернене мовлення вчителя (за підказкою вчителя); <i>розрізняє</i> пальці кисті, що використовуються при виконанні вправи (за підказкою вчителя); <i>вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправ (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>виконує</i> мудру «Вікно мудрості» (за допомогою вчителя); <i>виконує</i> почергове постукування пальцями однієї руки, обох рук одразу; поперемінне згинання та розгинання переплетених пальців з'єднаних разом долонь (за допомогою чи за показом учителя); *<i>розрізняє</i> основні просторові характеристики виконаної рухової дії (за допомогою чи за підказкою вчителя); *<i>розрізняє</i> основні частини тіла, задіяні при виконанні фізичної вправи (за допомогою вчителя); *<i>здійснює</i> поперемінне згинання та розгинання переплетених пальців з'єднаних разом долонь; плетіння кіс, зав'язування бантиків (за допомогою чи наслідуючи вчителя).</p>	<p>часових і силових параметрів рухів. Розвиток узгодженості рухових дій. Розвиток рухової пам'яті. Розвиток навички узгодження фаз дихання з руховими актами. Розвиток вербальних і невербальних засобів спілкування. Виховання старанності, наполегливості, здатності до вольового зусилля.</p> <p>Розвиток цілеспрямованої уваги. Розвиток елементарних уявлень про оточуюче середовище, власне тіло. Розвиток пізнавальних інтересів. Естетичний розвиток. Покращення довільної пам'яті. Розвиток операційно-організаційного компонента мислення. Розвиток кінетичних і кінестетичних відчуттів різної модальності та вміння їх диференціювати. Формування узгодженості мікро- та макромоторики. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Формування здатності зберігати рівновагу в статичних положеннях і в русі. Розвиток швидкості реакції. Розвиток рухової пам'яті. Розвиток навички правильної постави. Розвиток рухових якостей (швидкості, витривалості, гнучкості, спритності,</p>
--	--	--	---

		<p><i>Сприймає</i> використане наочне приладдя (кіно -, відеозапис, фотографії, плакати, таблички, піктограми тощо) (за допомогою вчителя); <i>розпізнає</i> пози знайомих тварин (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>розрізняє</i> основні просторові характеристики переміщення (за підказкою вчителя); <i>розрізняє</i> основні частини тіла, задіяні при виконанні вправи (за підказкою вчителя); <i>називає</i> окремих тварин, рослини, предмети (за підказкою вчителя); <i>використовує</i> здобуті рухові навички для заданої імітації (ходьбу, стрибки, повзання тощо); <i>виконує імітацію</i> рухів ведмедя, чаплі, польоту птахів; імітація годинника, сонечка, дерева під вітром (за допомогою чи за показом учителя); <i>вміє</i> імітувати особливості діяльності людини, наприклад, рухи рибалки, водолаза (за допомогою чи за показом учителя); <i>*сприймає</i> використане наочне приладдя (кіно -, відеозапис, фотографії, плакати, таблички тощо) (за допомогою вчителя); <i>*використовує</i> засвоєний словник в межах зрозумілого мовленнєвого матеріалу, застосовуючи доступну</p>	<p>сили). Корекція психоемоційного стану. Розвиток навичок діалогічного мовлення. Виховання гуманності, доброзичливості.</p>
--	--	---	---

		<p>форму (усне, жестове) мовлення (за допомогою вчителя); <i>*ознайомлений з тематичними піктограмами (за допомогою вчителя);</i> <i>*розрізняє основні частини тіла, задіяні при виконанні фізичної вправи (за допомогою вчителя);</i> <i>*розрізняє основні просторові характеристики переміщення (за допомогою вчителя);</i> <i>*здійснює імітацію рухів іграшок (ляльки, машинки тощо) (за допомогою учителя).</i></p>	
Корекція психоемоційного стану та психофізичного напруження			
	<p>Дихальні вправи Ритмічне дихання (див. дод. №5). Динамічні дихальні вправи. <i>*Рівномірне носове дихання в поєднанні з повільною ходьбою.</i> <i>*Динамічні дихальні вправи.</i></p> <p>Вправи на розтягування Нахили тулуба з рухами руками.</p>	<p><i>Відповідає</i> на запитання в межах знайомого мовленнєвого матеріалу (за допомогою чи за вказівкою вчителя); <i>виконує</i> ритмічне дихання (за допомогою вчителя); <i>виконує</i> динамічні дихальні вправи (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>*виконує</i> рівномірне носове дихання в поєднанні з повільною ходьбою (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>*виконує</i> динамічні дихальні вправи (за допомогою вчителя).</p>	<p>Розвиток слухо-зорово-вібраційного сприймання. Розвиток організаційного компоненту мислення. Розвиток довільної пам'яті. Розвиток організованості довільної уваги. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Розвиток рухових якостей (спритності). Розвиток навички правильного дихання. Послаблення негативних емоцій. Корекція психофізичного напруження. Розвиток здатності до виконання вправ за інструкцією педагога. Виховання старанності, дисциплінованості.</p>

	<p>Похитування в випаді. Симетричні та асиметричні махи руками (вперед, назад, праворуч, ліворуч). *Повороти голови (праворуч, ліворуч). *Нахили голови (вперед, назад, праворуч, ліворуч). *Нахили тулуба (вперед, назад) з рухами руками.</p> <p>Вправи на розслаблення Перетягування та гойдання в парах (у в.п. сидячи). *Струси рук, нахилившись вперед</p>	<p><i>Має</i> уявлення про окремі фізичні вправи, розучені на уроці (за допомогою вчителя); <i>розрізняє</i> основні частини тіла, задіяні при виконанні вправи (за підказкою вчителя); <i>розрізняє</i> основні просторово-часові характеристики рухової дії (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>бере</i> та <i>передає</i> предмети, що використовуються при виконанні вправи (за допомогою чи за вказівкою вчителя); <i>виконує</i> похитування в випаді (за допомогою чи за показом учителя); <i>виконує</i> нахили тулуба з рухами руками (за показом учителя); <i>виконує</i> симетричні та асиметричні махи руками (вперед, назад, праворуч, ліворуч) (за допомогою чи за показом учителя); <i>вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням рухових дій (за допомогою чи наслідуючи вчителя); *<i>виконує</i> нахили голови (вперед, назад, праворуч, ліворуч); нахили тулуба (вперед, назад) з рухами руками (за допомогою чи наслідуючи вчителя); *<i>виконує</i> повороти голови (праворуч, ліворуч) (за допомогою чи наслідуючи вчителя). *<i>старається</i> узгоджувати дихання з виконанням рухової дії (за допомогою вчителя).</p>	<p>Розвиток цілеспрямованої уваги. Розвиток основних просторових та часових уявлень. Корекція психоемоційного стану. Послаблення негативних емоцій. Корекція психофізичного напруження. Профілактика та корекція порушень постави. Розвиток рухових якостей (спритності, гнучкості). Розвиток узгодженості рухових дій. Розвиток координації рухів. Формування формул рухів. Збагачення та конкретизація словникового запасу. Виховання навичок адекватної поведінки, дисциплінованості.</p> <p>Розвиток довільного сприймання. Розвиток сенсорної та моторної уваги. Розвиток просторової уяви. Розвиток просторового орієнтування. Корекція психоемоційного стану, послаблення негативних емоцій.</p>
--	---	--	---

<p>Ритмопластичні вправи</p> <p>Крок «зальотний», «колисання». Крок галопу (праворуч, ліворуч, вперед, назад).</p> <p>Подвійний ковзний крок.</p> <p>Нахили тулуба з рухом руками під музично-ритмічний супровід (з використанням п'єс з яскраво вираженим ритмічним малюнком і темпом).</p> <p>Ритм посилюється оплесками та (чи) притуптуванням.</p> <p>*Нахили тулуба (вперед, назад) з рухами руками – під музично-ритмічний супровід (з використанням п'єс з яскраво вираженим ритмічним малюнком і темпом).</p>	<p><i>Має</i> уявлення про тілобудову (основні частини тіла) людини (за підказкою вчителя <i>використовує</i> засвоєний словник в межах знайомого мовленнєвого матеріалу (за підказкою вчителя); <i>виконує</i> перетягування та гойдання в парах (за допомогою чи за показом учителя); *<i>виконує</i> струси ніг: одночасно та по чергово (у в.п – сидячи) (за допомогою вчителя).</p> <p><i>Виконує</i> рекомендації та розпорядження вчителя (за вказівкою вчителя); <i>розрізняє</i> початок та кінець музичного твору (за вказівкою вчителя); <i>розрізняє</i> контрастні динамічні відтінки (швидко – повільно) (за підказкою вчителя); <i>виконує</i> крок «зальотний», «колисання»; крок галопу (праворуч, ліворуч, вперед, назад); подвійний ковзний крок (з використанням п'єс з яскраво вираженим ритмічним малюнком і темпом) (за показом чи наслідуючи вчителя); <i>вміє</i> узгоджувати дихання з фазами рухів (за допомогою чи наслідуючи вчителя);</p>	<p>Корекція психофізичного напруження. Розвиток координації рухів.</p> <p>Розвиток узгодженості, чіткості виконання рухових дій.</p> <p>Розвиток рухових якостей (спритності, сили, гнучкості).</p> <p>Виховання стриманості.</p> <p>Розвиток пізнавальних інтересів. Розвиток слухо-зоро-вібраційного сприймання.</p> <p>Розвиток елементарних уявлень про оточуюче середовище, власне тіло. Розвиток здатності до здійснення аналізу виконання своїх рухів і рухів інших учнів.</p> <p>Розвиток наочно-дійового та наочно- образного мислення.</p> <p>Розвиток координації рухів.</p> <p>Розвиток узгодженості рухових дій, здатності до одночасних рухів.</p> <p>Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів.</p> <p>Розвиток рухових якостей (швидкості, витривалості, спритності, гнучкості). Розвиток навички правильної постави.</p> <p>Формування навички правильної постави.</p> <p>Корекція психофізичного напруження. Естетичний розвиток.</p> <p>Розвиток відчуття ритму та темпу.</p> <p>Корекція психоемоційного стану.</p> <p>Розвиток емоційної сфери.</p>
--	---	---

	<p>Кистьова та пальчикова гімнастика Почергове постукування пальцями однієї руки, обох рук одразу. Поперемінне згинання та розгинання переплетених пальців з'єднаних разом долонь. Мудра «Вікно мудрості» (див. дод. №6). *Поперемінне згинання та розгинання переплетених пальців з'єднаних разом долонь. *Плетіння кіс, зав'язування бантиків.</p> <p>Імітаційні вправи Імітація рухів ведмедя, чаплі, польоту птахів. Імітація рибалки, водолаза. Імітація годинника, сонечка, дерева під</p>	<p><i>емоційно</i> реагує в процесі заняття ритмопластичними вправами (під контролем учителя); <i>вміє</i> узгоджувати свої дії з діями інших учнів (за вказівкою чи під контролем учителя); <i>спілкується</i> (питає, просить тощо) з іншими учнями та вчителем в процесі виконання ритмопластичних вправ (за допомогою чи за підказкою вчителя); *<i>розрізняє</i> основні просторові характеристики виконаної рухової дії (за допомогою чи за підказкою вчителя); *<i>ознайомлений</i> з тематичними піктограмами (за допомогою вчителя); *<i>розрізняє</i> основні частини тіла, задіяні при виконанні фізичної вправи (за допомогою вчителя); *<i>вміє</i> узгоджувати свої дії з діями інших учнів (за допомогою вчителя); *<i>розрізняє</i> початок та кінець музичного твору (за допомогою вчителя); *<i>виконує</i> нахили тулуба з рухом руками (вперед, назад) (за допомогою чи за показом учителя).</p> <p><i>Сприймає</i> звернене мовлення вчителя (за підказкою вчителя); <i>розрізняє</i> пальці кисті, що використовуються при виконанні вправи (за підказкою вчителя); <i>вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправ (за допомогою чи наслідуючи вчителя);</p>	<p>Корекція зовнішнього прояву емоцій. Розвиток навички узгодження фаз дихання з руховими актами. Розвиток комунікативних навичок. Виховання гуманності, поваги до інших дітей і дорослих.</p> <p>Розвиток стійкості уваги. Розвиток обсягу та точності пам'яті. Розвиток мисленневих операцій на основі довільного виконання рухових дій. Послаблення негативних емоцій. Формування позитивного психоемоційного стану. Розвиток дрібної моторики рук. Розвиток рухових якостей (гнучкості, спритності, сили). Формування узгодженості мікро- та макромоторики. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Розвиток узгодженості рухових дій. Розвиток рухової пам'яті. Розвиток навички узгодження фаз дихання з руховими актами. Розвиток вербальних і невербальних засобів спілкування. Виховання старанності, наполегливості,</p>
--	--	--	--

<p>вітром. *Імітація рухів іграшок (ляльки, машинки тощо).</p>	<p><i>виконує</i> мудру «Вікно мудрості» (за допомогою вчителя); <i>виконує</i> почергове постукування пальцями однієї руки, обох рук одразу; поперемінне згинання та розгинання переплетених пальців з'єднаних разом долонь (за допомогою чи за показом учителя); *<i>розрізняє</i> основні просторові характеристики виконаної рухової дії (за допомогою чи за підказкою вчителя); *<i>розрізняє</i> основні частини тіла, задіяні при виконанні фізичної вправи (за допомогою вчителя); *<i>здійснює</i> поперемінне згинання та розгинання переплетених пальців з'єднаних разом долонь; плетіння кіс, зав'язування бантиків (за допомогою чи наслідуючи вчителя).</p> <p><i>Сприймає</i> використане наочне приладдя (кіно -, відеозапис, фотографії, плакати, таблички, піктограми тощо) (за допомогою вчителя); <i>розпізнає</i> пози знайомих тварин (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>розрізняє</i> основні просторові характеристики переміщення (за підказкою вчителя); <i>розрізняє</i> основні частини тіла, задіяні при виконанні вправи (за підказкою вчителя); <i>називає</i> окремих тварин, рослини,</p>	<p>здатності до вольового зусилля.</p> <p>Розвиток цілеспрямованої уваги. Розвиток пізнавальних інтересів. Розвиток операційно-організаційного компонента мислення. Розвиток елементарних уявлень про оточуюче середовище, власне тіло. Естетичний розвиток. Покращення довільної пам'яті. Корекція психоемоційного стану. Корекція психофізичного напруження. Розвиток кінетичних і кінестетичних відчуттів різної модальності та вміння їх диференціювати. Розвиток узгодженості рухових дій. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Формування здатності зберігати рівновагу в статичних положеннях і в русі. Розвиток швидкості реакції. Розвиток рухової пам'яті. Розвиток навички правильної постави. Розвиток рухових якостей (швидкості, витривалості, гнучкості, спритності, сили). Розвиток навичок діалогічного мовлення. Виховання гуманності, доброзичливості.</p>
--	--	--

		<p>предмети (за підказкою вчителя); <i>використовує</i> здобуті рухові навички для заданої імітації (ходьбу, стрибки, повзання тощо); <i>виконує імітацію</i> рухів ведмедя, чаплі, польоту птахів; імітація годинника, сонечка, дерева під вітром (за допомогою чи за показом учителя); <i>вміє</i> імітувати особливості діяльності людини, наприклад, рухи рибалки, водолаза (за допомогою чи за показом учителя); <i>*сприймає</i> використане наочне приладдя (кіно -, відеозапис, фотографії, плакати, таблички тощо) (за допомогою вчителя); <i>*використовує</i> засвоєний словник в межах зрозумілого мовленнєвого матеріалу, застосовуючи доступну форму (усне, жестове) мовлення (за допомогою вчителя); <i>*ознайомлений</i> з тематичними піктограмами (за допомогою вчителя); <i>*розрізняє</i> основні частини тіла, задіяні при виконанні фізичної вправи (за допомогою вчителя); <i>*розрізняє</i> основні просторові характеристики переміщення (за допомогою вчителя); <i>*здійснює</i> імітацію рухів іграшок (ляльки, машинки тощо) (за допомогою учителя).</p>	
<p><u>Розвиток правильного локомоторного стереотипу та корекція основних видів локомоції дитини (ходьби, бігу)</u></p>			

<p>Стройові вправи Розрахунок і розподіл у строю. Рівняння в шерензі та колоні. Повороти на місці праворуч \ ліворуч (переходом). Перешиккування із колони по одному в коло, рухаючись за направляючим. Виконання команд: «Рівняйсь!», «Ширше крок!», «На перший – другий (третій) розрахуйсь!», «По порядку – розрахуйсь!», «Направляючий – на місці!» *Похідний крок. *Виконання команд: «Ставай!»</p>	<p><i>Розрізняє</i> задіяні при виконанні вправ основні частини тіла (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>називає</i> основні просторові ознаки окремої рухової дії (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>відповідає</i> на короткі запитання за темою заняття з ЛФК (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>знає</i> своє місце в строю (за вказівкою вчителя); <i>виконує</i> рівняння в шерензі та колоні (за допомогою чи за показом учителя); <i>виконує</i> команди вчителя: «Рівняйсь!», «Ширше крок!», «На перший – другий (третій) розрахуйсь!», «По порядку – розрахуйсь!», «Направляючий – на місці!» (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>здійснює</i> розрахунок і розподіл у строю; рівняння в шерензі та колоні; шиккування, перешиккування (наслідуючи чи за показом учителя); <i>виконує</i> повороти на місці праворуч \ ліворуч (переходом) (за допомогою чи за показом вчителя); <i>виконує</i> перешиккування із колони по одному в коло, рухаючись за направляючим (за допомогою чи за показом вчителя); <i>виконує</i> розрахунок по порядку на «перший-другий» (за допомогою чи за показом вчителя);</p>	<p>Розвиток цілеспрямованості рухів рук, здатності до взаємодії обома руками. Розвиток правильного локомоторного стереотипу та вдосконалення навички ходьби. Розвиток просторової уяви. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Розвиток кінетичних та кінестетичних відчуттів різної модальності та вміння їх диференціювати. Розвиток координації рухів. Розвиток узгодженості, чіткості виконання рухових дій. Формування узгодженості мікро- та макромоторики. Формування здатності зберігати рівновагу в статичних положеннях і в русі. Закріплення навички правильної постави. Розвиток адекватності зовнішнього прояву емоцій. Розвиток рухових якостей (спритності, витривалості). Збагачення активного та пасивного словникового запасу. Розвиток вербальних і невербальних засобів спілкування. Виховання колективізму, доброзичливості. Розвиток навички до співпраці в парі, в</p>
--	--	--

	<p>Ритмопластичні вправи Крок «зальотний», «коливання». Крок галопу (праворуч, ліворуч, вперед, назад). Подвійний ковзний крок. Нахили тулуба з рухом руками під музично-ритмічний супровід (з використанням п'єс з яскраво вираженим ритмічним малюнком і темпом). Ритм посилюється оплесками та (чи) притуптуванням. *Нахили тулуба (вперед, назад) з рухами руками – під музично-ритмічний супровід (з використанням п'єс з яскраво вираженим ритмічним малюнком і темпом).</p>	<p><i>вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправ (за допомогою чи наслідуючи вчителя); *<i>розрізняє</i> основні просторові характеристики виконаної рухової дії (за допомогою чи за підказкою вчителя); *<i>виконує</i> ходьбу похідним кроком, команду «<i>Ставай!</i>» (за допомогою чи разом з учителем); *<i>вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправи (за допомогою вчителя).</p> <p><i>Виконує</i> рекомендації та розпорядження вчителя (за вказівкою вчителя); <i>розрізняє</i> початок та кінець музичного твору (за вказівкою вчителя); <i>розрізняє</i> контрастні динамічні відтінки (швидко – повільно) (за підказкою вчителя); <i>виконує</i> крок «зальотний», «коливання»; крок галопу (праворуч, ліворуч, вперед, назад); подвійний ковзний крок (з використанням п'єс з яскраво вираженим ритмічним малюнком і темпом) (за показом чи наслідуючи вчителя); <i>вміє</i> узгоджувати дихання з фазами рухів (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>емоційно</i> реагує в процесі занять ритмопластичними вправами (під контролем учителя); <i>вміє</i> узгоджувати свої дії з діями інших</p>	<p>групі.</p> <p>Розвиток слухо-зорово-вібраційного сприймання. Розвиток пізнавальних інтересів. Розвиток елементарних уявлень про оточуюче середовище, власне тіло. Розвиток здатності до здійснення аналізу виконання своїх рухів і рухів інших учнів. Розвиток наочно-дійового та наочно-образного мислення. Розвиток просторового орієнтування. Розвиток відчуття ритму та темпу. Корекція психоемоційного стану. Корекція зовнішнього прояву емоцій. Розвиток координації рухів. Розвиток узгодженості рухових дій, здатності до одночасних рухів. Розвиток правильного локомоторного стереотипу та вдосконалення рухових навичок (ходьби, бігу, стрибків тощо). Розвиток рухових якостей (спритності, витривалості, спритності, сили, гнучкості). Естетичний розвиток. Розвиток емоційної сфери. Розвиток навички правильної постави. Розвиток навички узгодження фаз</p>
--	---	--	---

<p>Вправи з використанням гімнастичних предметів і приладів</p> <p>Симетричні та асиметричні махи руками (вперед, назад, праворуч, ліворуч) з предметами (різнокольоровими м'ячами, іграшками, гімнастичними стрічками тощо) в руках. Перекидання малого м'яча з однієї руки в іншу (слідкуючи за його рухом). Збирання дрібних предметів (гудзики тощо) пальцями ніг та їх підкидання чи перенесення (у в.п. сидячи). Котіння, передача та перекидання м'яча в парах. Підкидання вгору та ловіння малого м'яча обома руками. Стрибки навколо обруча.</p> <p>*Котіння обруча вперед і біг за ним.</p> <p>*Кидання великого м'яча по підлозі (стіні) та його ловіння двома руками.</p>	<p>учнів (за вказівкою чи під контролем учителя); <i>спілкується</i> (питає, просить тощо) з іншими учнями та вчителем в процесі виконання ритмопластичних вправ (за допомогою чи за підказкою вчителя); *розрізняє основні просторові характеристики виконаної рухової дії (за допомогою чи за підказкою вчителя); *ознайомлений з тематичними піктограмами (за допомогою вчителя); *розрізняє основні частини тіла, задіяні при виконанні фізичної вправи (за допомогою вчителя); *вміє узгоджувати свої дії з діями інших учнів (за допомогою вчителя); *розрізняє початок та кінець музичного твору (за допомогою вчителя); *виконує нахили тулуба з рухом руками (вперед, назад) (за допомогою чи за показом учителя).</p> <p><i>Застосовує</i> фіксує мовлення в процесі заняття з ЛФК (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>сприймає</i> таблички та піктограми (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>розрізняє</i> предмети, використані на уроці, за розміром, формою, кольором (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>називає</i> основні предмети, задіяні при виконанні вправи; основні просторові характеристики переміщення (за підказкою вчителя);</p>	<p>дихання з руховими актами. Розвиток комунікативних навичок. Виховання гуманності, поваги до інших дітей і дорослих.</p> <p>Розвиток пізнавальних інтересів. Естетичний розвиток. Розвиток цілеспрямованої уваги. Розвиток просторово-часових уявлень. Розвиток просторового орієнтування. Розвиток довільної пам'яті. Розвиток мисленневих операцій (аналіз, синтез, класифікація, порівняння тощо). Розвиток позитивного емоційного ставлення та мотивації до навчання. Розвиток цілеспрямованої рухової діяльності. Розвиток узгодженості рухових дій. Розвиток здатності до одночасних рухів. Розвиток координації рухів. Формування формул рухів. Розвиток правильного локомоторного стереотипу та вдосконалення рухових навичок (ходьби, бігу, стрибків тощо). Розвиток рухових якостей (спритності, витривалості, сили, гнучкості, швидкості). Формування фіксує мовлення. Виховання навичок спілкування та</p>
--	---	--

	<p><i>Імітаційні вправи</i> Імітація рухів ведмедя, чаплі, польоту птахів. Імітація рибалки, водолаза. Імітація годинника, сонечка, дерева під вітром. *Імітація рухів іграшок (ляльки, машинки тощо).</p>	<p><i>виконує</i> симетричні та асиметричні махи руками (вперед, назад, праворуч, ліворуч) з предметами в руках; збирання дрібних предметів (гудзики тощо) пальцями ніг та їх підкидання чи перенесення (у в.п. сидячи) (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>здійснює</i> підкидання малого м'яча вгору та ловіння його двома руками; перекидання малого м'яча з однієї руки в іншу (слідкуючи за його рухом) (наслідуючи чи за показом учителя); <i>виконує</i> котіння, передача та перекидання м'яча в парах; стрибки навколо обруча (наслідуючи чи за показом учителя); <i>вміє</i> узгоджувати свої дії з діями інших учнів в групі, в парі (за допомогою вчителя); *<i>сприймає</i> таблички та піктограми (за допомогою вчителя); *<i>розрізняє</i> використані предмети за розміром, кольором (за допомогою чи за підказкою вчителя); *<i>виконує</i> котіння обруча вперед і біг за ним; кидання великого м'яча по підлозі (стіні) та його ловіння двома руками (за допомогою чи за показом учителя);</p> <p><i>Сприймає</i> використане наочне приладдя (кіно -, відеозапис, фотографії, плакати, таблички, піктограми тощо) (за допомогою вчителя); <i>розпізнає</i> пози знайомих тварин (за</p>	<p>співпраці в колективі.</p> <p>Розвиток цілеспрямованої уваги. Розвиток елементарних уявлень про оточуюче середовище, власне тіло. Розвиток пізнавальних інтересів. Естетичний розвиток. Покращення довільної пам'яті. Розвиток операційно-організаційного компонента мислення. Корекція психоемоційного стану. Розвиток кінетичних і кінестетичних відчуттів різної модальності та вміння їх диференціювати. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Розвиток узгодженості рухових дій. Розвиток рухової пам'яті. Розвиток правильного локомоторного стереотипу та вдосконалення рухових навичок (ходьби, бігу, стрибків тощо). Розвиток навички правильної постави. Розвиток рухових якостей (швидкості, витривалості, гнучкості, спритності, сили). Розвиток вербальних і невербальних</p>
--	---	--	---

		<p>допомогою чи за підказкою вчителя); <i>розрізняє</i> основні просторові характеристики переміщення (за підказкою вчителя); <i>розрізняє</i> основні частини тіла, задіяні при виконанні вправи (за підказкою вчителя); <i>називає</i> окремих тварин, рослини, предмети (за підказкою вчителя); <i>використовує</i> здобуті рухові навички для заданої імітації (ходьбу, стрибки, повзання тощо); <i>виконує імітацію</i> рухів ведмедя, чаплі, польоту птахів; імітація годинника, сонечка, дерева під вітром (за допомогою чи за показом учителя); <i>вміє</i> імітувати особливості діяльності людини, наприклад, рухи рибалки, водолаза (за допомогою чи за показом учителя); <i>*сприймає</i> використане наочне приладдя (кіно -, відеозапис, фотографії, плакати, таблички тощо) (за допомогою вчителя); <i>*використовує</i> засвоєний словник в межах зрозумілого мовленнєвого матеріалу, застосовуючи доступну форму (усне, жестове) мовлення (за допомогою вчителя); <i>*ознайомлений</i> з тематичними піктограмами (за допомогою вчителя); <i>*розрізняє</i> основні частини тіла, задіяні при виконанні фізичної вправи; основні просторові характеристики</p>	<p>засобів спілкування. Розвиток навичок діалогічного мовлення. Виховання гуманності, доброзичливості.</p>
--	--	--	--

		переміщення (за допомогою вчителя); *здійснює імітацію рухів іграшок (ляльки, машинки тощо) (за допомогою вчителя).	
6	<p>ЛЕГКОАТЛЕТИЧНІ ВПРАВИ <i>Теоретичні відомості.</i> Старт і фініш. Основні легкоатлетичні терміни. Загальні відомості про окремі легкоатлетичні вправи, що використовуються на занятті з ЛФК. Самоконтроль за станом організму під час виконання фізичних вправ на занятті з ЛФК. Узгодження дихання з виконанням вправ. *Значення дихання для життя людини. *Правильне дихання та під час виконання легкоатлетичних вправ на занятті з ЛФК.</p> <p><i>Ходьба:</i> зі зміною площі опори, в напівприсіді, в присіді; по гімнастичній лаві приставним кроком;</p>	<p><i>Учень/учениця:</i> має уявлення про основні просторові та часові характеристики; про значення узгодження дихання з виконанням легкоатлетичних вправ; про окремі легкоатлетичні вправи, що використовуються на занятті з ЛФК; старт і фініш; самоконтроль за станом організму під час виконання фізичних вправ, що використовуються на занятті з ЛФК (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>виконує</i> правила безпеки, поведінки та гігієни при проведенні занять з ЛФК (за вказівкою вчителя); <i>розрізняє</i> основні просторово-часові характеристики рухових дій (за підказкою вчителя); <i>сприймає</i> звернене мовлення вчителя (за підказкою вчителя); <i>відповідає</i> на запитання в межах знайомого мовленнєвого матеріалу (за підказкою вчителя); <i>виконує</i> ходьбу: зі зміною площі опори, в напівприсіді, в присіді; з мішечком з піском (300 г) чи з іншим предметом на голові; по гімнастичній лаві з предметами в руках (іграшка, кеглі, надувний м'яч тощо); похилою площиною (з опорою) (за допомогою чи</p>	<p>Розвиток стійкості уваги. Формування цілеспрямованої уваги. Формування елементарних уявлень про навколишнє середовище та власне тіло. Формування мисленнєвих операцій (аналіз, синтез, класифікація, порівняння тощо). Розвиток здатності до оцінки та регуляції просторово-часових і динамічних рухових параметрів. Розвиток кінетичних і кінестетичних відчуттів. Розвиток просторової уяви. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Розвиток обсягу та точності оперативної та довготривалої пам'яті. Розвиток рухових якостей: витривалості, спритності, сили (хода); витривалості, гнучкості, спритності, сили, швидкості (біг); витривалості, спритності, швидкісно-силових (стрибки); витривалості, гнучкості, спритності, сили, швидкості (лазіння та повзання); швидкісно-силових (метання). Розвиток узгодженості рухових дій. Розвиток координації рухів.</p>

<p>похилою площиною (з опорою); один за одним між розставленими по одній лінії предметами, не чіпляючи їх.</p> <p><i>*Ходьба:</i> по предмету, з переступанням через предмет.</p> <p><i>Біг:</i> навшпиньки; зі зміною напрямку; обмеженою площиною; зі зміною темпу; з різних в.п.; парами.</p> <p><i>*Біг:</i> повільний, швидкий, зі зміною темпу, зі зміною напрямку.</p> <p><i>Стрибки:</i> на м'яку перешкоду (h=40 см); на одній нозі з переміщенням уперед, назад, праворуч, ліворуч; на одній та на двох ногах по міткам; в висоту з прямого розбігу з дістанням підвішених предметів; багатоскоки; навколо обруча.</p> <p><i>*Стрибки:</i> чергуючи з ходьбою; у висоту з місця до визначеного орієнтира (наприклад, з торканням підвішеної іграшки).</p> <p><i>Метання:</i> малого м'яча по підлозі (стіні) та його ловіння двома руками та однією рукою; підкидання та ловіння малого м'яча з однієї руки в іншу (слідкуючи за його рухом); кидання вгору та ловіння малого м'яча обома руками; метання малого м'яча однією рукою (чергуючи руки) вільним способом у горизонтальну ціль.</p> <p><i>*Метання:</i> кидання великого м'яча об землю та його ловіння (обома руками). <i>Лазіння:</i> по гімнастичній лаві (встановленій під кутом до 20°) в упорі</p>	<p>за показом учителя); <i>виконує</i> біг: навшпиньки; зі зміною напрямку; обмеженою площиною; зі зміною темпу; з різних в.п.; парами (наслідуючи чи за показом учителя); <i>виконує</i> стрибки: на м'яку перешкоду (h=40 см); на одній нозі з переміщенням вперед, назад, праворуч, ліворуч; на одній та на двох ногах по міткам; в висоту з прямого розбігу з дістанням підвішених предметів; багатоскоки; навколо обруча (за допомогою чи за показом учителя); <i>виконує</i> метання: малого м'яча по підлозі (стіні) та його ловіння двома руками та однією рукою; підкидання та ловіння малого м'яча з однієї руки в іншу (слідкуючи за його рухом); кидання вгору та ловіння малого м'яча двома руками; метання малого м'яча однією рукою (чергуючи руки) вільним способом у горизонтальну ціль (за допомогою чи за показом учителя); <i>здійснює</i> лазіння: по гімнастичній лаві (встановленій під кутом до 20°) в упорі на колінах і рачки, захоплюючи руками краї лави (вперед); влізання на гімнастичну стінку приставним кроком і злізання з неї; довільне лазіння на гімнастичній стінці праворуч \ ліворуч (ноги на 3-4-ій рейці); пролізання через гімнастичний обруч (обручі) (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>виконує</i> повзання по гімнастичному</p>	<p>Розвиток навички правильної постави. Формування формул рухів.</p> <p>Розвиток правильного локомоторного стереотипу та вдосконалення рухових навичок (ходьби, бігу, стрибків тощо). Розвиток тактильно-вібраційного, зорового та кінестетичного контролю власних дій.</p> <p>Корекція психоемоційного стану. Розвиток навички узгодження фаз дихання з руховими актами. Формування здатності до виконання вправ за інструкцією педагога. Збагачення та конкретизація активного та пасивного словника. Виховання комунікативних навичок, навичок адекватної поведінки, дисциплінованості, наполегливості. Виховання здатності до співпраці в колективі.</p>
---	--	--

<p>на колінах і рачки, захоплюючи руками краї лави (вперед); довільне лазіння на гімнастичній стінці праворуч \ ліворуч (ноги на 3-4-ій рейці).</p> <p><i>*Лазіння:</i> перелізання з опорою на груди; довільне влізання на гімнастичну стінку та злізання з неї (до визначеної висоти).</p> <p><i>Повзання:</i> по гімнастичному мату (омінаючи перешкоди); по гімнастичній лаві в упорі, стоячи на колінах і кистях; по гімнастичному мату різнойменним способом \ однойменним способом.</p> <p><i>*Повзання:</i> рачки з прогнутою спиною.</p>	<p>мату (омінаючи перешкоди); по гімнастичній лаві довільне; по гімнастичному мату різнойменним способом \ однойменним способом. (наслідуючи вчителя); <i>вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправ (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>вміє</i> узгоджувати свої дії з діями інших учнів (за допомогою чи під контролем учителя); <i>*орієнтується</i> в спортивному залі та на майданчику при проведенні, що використовуються заняття з ЛФК (за допомогою чи за вказівкою учителя); <i>*має</i> елементарне уявлення про значення дихання для життя людини; правильне дихання та під час виконання легкоатлетичних вправ на занятті з ЛФК (за допомогою вчителя); <i>*розрізняє</i> основні просторові характеристики виконаної рухової дії (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>*розрізняє</i> основні частини тіла, задіяні при виконанні фізичної вправи (за допомогою вчителя); <i>*виконує</i> ходьбу по предмету, з переступанням через предмет (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>*виконує</i> біг: повільний, швидкий, зі зміною темпу, зі зміною напрямку (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>*виконує</i> повзання: по гімнастичному мату; повзання, оминаючи перешкоди</p>	
---	---	--

		<p>(за допомогою вчителя); <i>*виконує</i> стрибки чергуючи з ходьбою; у висоту з місця до визначеного орієнтира (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>*виконує</i> лазіння: пролізання через гімнастичний обруч (за допомогою вчителя); <i>*вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням рухових дій (за допомогою вчителя); <i>*вміє</i> узгоджувати свої дії з діями інших учнів (за допомогою вчителя).</p>	
17	<p>ІГРИ Теоретичні відомості. Хід гри, її початок і закінчення. Вияв емоцій, почуттів. Взаємини школярів. Дружба та взаємодопомога. Правила та зміст розучених ігор, що використовуються на занятті з ЛФК. <i>*Хід гри, її початок і закінчення.</i> <i>*Зміст розучених ігор, що використовуються на занятті з ЛФК.</i></p> <p>Для розвитку координаційних здібностей: <i>«Рибалка», «Гопак», «Іграшковий магазин», «На болоті», «Кола», «Зав'яжи вузлики», «М'яч у стінку», «На той берег (1)», «Місток», «Естафета з обручем (1)», «Естафета з стрічками», «Естафета з стрибками» тощо.</i></p> <p>Для корекції психоемоційного стану</p>	<p><i>Учень/учениця:</i> <i>має уявлення</i> про хід гри, її початок і закінчення; правила та зміст розучених ігор, що використовуються на занятті з ЛФК (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>має уявлення</i> про вияв емоцій, почуттів; взаємини школярів; дружбу та взаємодопомогу (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>дотримується</i> правил поведінки, гігієни та безпеки при проведенні ігор на занятті з ЛФК (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>відповідає</i> на короткі запитання в межах знайомого мовленнєвого матеріалу (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>розрізняє</i> основні частини тіла, задіяні при проведенні рухливої гри (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>сприймає</i> та <i>виконує</i> команди, розпорядження вчителя (за допомогою</p>	<p>Розвиток слухо-зоро-вібраційного сприймання. Розвиток цілеспрямованості довільної уваги. Розвиток просторової уяви. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Розвиток елементарних уявлень про оточуюче середовище, власне тіло. Розвиток кінестетичних і кінетичних відчуттів. Розвиток тактильно-вібраційного, зорового та кінестетичного контролю виконання руху. Розвиток фантазії та здатності до самовираження. Естетичний розвиток. Розвиток рухових якостей (витривалості, гнучкості, спритності, сили, швидкості).</p>

<p>та психофізичного напруження: «Зав'язи вузлики» тощо.</p> <p>Для розвитку правильного локомоторного стереотипу та корекції основних видів локомоції дитини (ходьби, бігу): «Естафета з стрічками», «На болоті», «На той берег (1)», «Естафета з обручем (1)» тощо.</p>	<p>чи при підказці вчителя); <i>виконує</i> ходьбу, біг, стрибки, лазіння та повзання в ігрових ситуаціях (за показом чи наслідуючи вчителя); <i>вміє узгоджувати</i> дихання з виконанням вправ (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>вміє грати</i> в 5-6 рухливих ігор (за допомогою чи за показом вчителя); <i>спілкується</i> (питає, відповідає тощо) з іншими учнями та вчителем в процесі проведення гри (за підказкою вчителя); <i>емоційно реагує</i> на ігрові ситуації (під контролем учителя); <i>здійснює</i> взаємодію з іншими дітьми під час проведення гри (за допомогою чи під контролем учителя); <i>*розрізняє</i> основні частини тіла, задіяні при проведенні гри на занятті з ЛФК (за допомогою вчителя); <i>*має</i> уявлення про хід гри, її початок і закінчення; правила та зміст розучених ігор (за допомогою вчителя); <i>*використовує</i> засвоєний словник в межах зрозумілого мовленнєвого матеріалу, застосовуючи доступну форму (усне, жестове) мовлення (за допомогою вчителя); <i>*намагається узгоджувати</i> свої дії з діями інших учнів (за допомогою вчителя); <i>*використовує</i> здобуті рухові навички (ходьбу, стрибки, повзання тощо) в рухливій грі (за допомогою учителя); <i>*вміє грати</i> в 3 рухливі гри (за допомогою чи за показом учителя).</p>	<p>Розвиток координації рухових дій. Формування узгодженості мікро- та макромоторики. Формування здатності зберігати рівновагу в статичних положеннях і в русі. Розвиток швидкості реакції. Розвиток узгодженості рухових дій. Формування формул рухів. Розвиток правильного локомоторного стереотипу та вдосконалення рухових навичок (ходьби, бігу, стрибків тощо). Розвиток емоційної сфери. Формування позитивної емоційної поведінки. Розвиток адекватності емоційних реакцій. Збагачення та конкретизація активного та пасивного словника. Виховання культури спілкування, колективізму, доброзичливості.</p>
---	---	---

ЛКУВАЛЬНА ФІЗКУЛЬТУРА

Третій клас

(35 год на рік; 1 год на тиждень)

Орієнт. розп. оділ г о д .	Зміст навчального матеріалу	Ймовірні очікувані результати і розвитку учнів	Спрямованість корекційно-розвивальної роботи
12	ГІМНАСТИЧНІ ВПРАВИ		
	<p><i>Теоретичні відомості.</i> Застосування засобів фізичного виховання (фізичних вправ, гігієнічних та природних чинників на занятті з ЛФК. *Значення фізичних вправ для здоров'я дитини. *Лікувальна фізкультура та її значення в житті дитини. *Попередження травматизму під час занять гімнастичними вправами на занятті з ЛФК.</p>	<p><i>Учень/учениця:</i> <i>дотримується</i> правил підготовки до занять, правил поведінки та гігієни на занятті з ЛФК (за вказівкою вчителя); <i>виявляє</i> інтерес та звичку до занять фізичною культурою (за вказівкою вчителя); <i>має</i> елементарне уявлення про застосування засобів фізичного виховання (фізичних вправ, гігієнічних та природних чинників) занятті з ЛФК (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>сприймає</i> звернене мовлення вчителя (при підказці вчителя); <i>*сприймає</i> звернене мовлення вчителя (за допомогою вчителя); <i>*здійснює</i> підготовку до заняття з ЛФК (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>*має</i> елементарне уявлення про значення фізичних вправ для здоров'я дитини; лікувальну фізкультуру та її значення в житті дитини; попередження травматизму під час занять гімнастичними вправами на занятті з ЛФК (за допомогою вчителя).</p>	<p>Розвиток пізнавальної активності. Розвиток слухо-зорово-вібраційного сприймання. Розвиток концентрації та стійкості уваги. Розвиток уявлень про оточуюче середовище, власне тіло. Розвиток репродуктивного та продуктивного мислення. Розвиток здатності до здійснення аналізу виконання своїх рухів і рухів інших учнів. Розвиток короткочасної та довготривалої пам'яті; збільшення обсягу оперативної пам'яті. Розвиток позитивної мотивації та звички до занять фізичними вправами.</p>
	Розвиток координаційних злібностей		
	Вправи для розвитку координаційних		

<p>здібностей Вис стоячи. Вис присівши. Переكات убік з упору присівши на колінах в групуванні та прогнувшись. Переكات назад з упору присівши. Переكات уперед з упору присівши. Рухи руками за великою амплітудою з предметами (гімнастичними булавами, прапорцями тощо) та без них. Максимальні нахили тулуба до правої та лівої стопи (з рухами рук у тому ж напрямку). Присідання та вставання з мішечком з піском (300 г) чи з іншим предметом на голові. *Упор стоячи на колінах. *Легкий струс однієї ноги при опорі на другу (почергово). *Ходьба обмеженою площиною (по «коридору» на підлозі). *Вправи для розвитку гнучкості (наприклад, «Лук», «Чоло-колiно»).</p> <p>Ритмопластичні вправи Приставний крок та крок галопу з різними положеннями рук. Перемінний крок.</p>	<p><i>Використовує</i> звернене мовлення (за допомогою чи за зразком учителя); <i>здійснює</i> вис стоячи, вис присівши; максимальні нахили тулуба до правої та лівої стопи (з рухами рук у тому ж напрямку) (за показом учителя); <i>виконує</i> переكات убік з упору присівши на колінах в групуванні та прогнувшись; переكات назад з упору присівши; переكات уперед з упору присівши (за допомогою чи наслідуючи учителя); <i>виконує</i> присідання та вставання з мішечком з піском (300 г) чи з іншим предметом на голові (наслідуючи чи за показом учителя); <i>вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправ (наслідуючи чи за показом учителя); *<i>виконує</i> упор стоячи на колінах; легкий струс однієї ноги при опорі на другу (почергово) (за допомогою чи наслідуючи вчителя); *<i>виконує</i> ходьбу обмеженою площиною (по «коридору» на підлозі); вправи для розвитку гнучкості (наприклад, «Лук», «Чоло-колiно») (за допомогою учителя).</p> <p><i>Сприймає</i> використане наочне приладдя (кіно -, відеозапис,</p>	<p>Розвиток слухо-зоро-вібраційного сприймання. Розвиток короточасної та довготривалої пам'яті; збільшення обсягу оперативної пам'яті. Корекція адекватності емоційних реакцій. Розвиток координації рухів. Формування узгодженості мікрота макромоторики. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Формування здатності зберігати рівновагу в статичних положеннях і в русі. Розвиток швидкості реакції. Розвиток узгодженості рухових дій. Розвиток зорового, кінестетичного та вібраційно-тактильного контролю виконання рухової дії. Закріплення навички правильної постави. Профілактика та корекція плоскостопості. Розвиток рухових якостей (спритності). Закріплення навички узгодження фаз дихання з руховими актами. Розвиток фіксуємого мовлення. Виховання організованості. Виховання наполегливості, здатності до вольового зусилля,</p>
--	---	---

		світлосигналізацію,	дисциплінованості. Розвиток довільного сприймання. Розвиток узагальненості уявлень. Розвиток координації рухів. Розвиток рухової пам'яті. Розвиток узгодженості та чіткості рухових
Танцювальний крок на кінчиках пальців. Рухи руками за великою амплітудою з предметами (різнокольоровими гімнастичними стрічками, гімнастичними булавами, прапорцями, м'ячами тощо) та без них під музично-ритмічний супровід (з використанням п'єс з яскраво вираженим ритмічним малюнком і темпом). *Махи руками з предметами (різнокольоровими іграшками, м'ячами, гімнастичними стрічками тощо) та без них під музично-ритмічний супровід з яскраво вираженим ритмічним малюнком.	фотографії, плакати, таблички, тощо) (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>розрізняє</i> основні динамічні та просторові ознаки рухових дій; основні якісні ознаки використаних на уроці предметів (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>називає</i> задіяні при виконанні вправ основні частини тіла та предмети (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>виконує</i> приставний крок та крок галопу з різними положеннями рук, перемінний крок, танцювальний крок на кінчиках пальців (за допомогою чи за показом учителя); <i>виконує</i> рухи руками за великою амплітудою з предметами (різнокольоровими гімнастичними стрічками, гімнастичними булавами, прапорцями, м'ячами тощо) та без них під музично-ритмічний супровід (з використанням п'єс з яскраво вираженим ритмічним малюнком і темпом) (наслідуючи чи за показом учителя); <i>співпрацює</i> в парі, в групі (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>емоційно</i> реагує	дій. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Розвиток здатності до одночасних рухів. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Формування здатності зберігати рівновагу в статичних положеннях і в русі. Розвиток швидкості реакції. Формування та розвиток формул рухів. Розвиток рухових якостей (витривалості, спритності, гнучкості, сили, швидкості). Корекція зовнішнього прояву емоцій. Закріплення навички узгодження фаз дихання з руховими актами. Розвиток регулюючої функції мовлення. Виховання дисциплінованості, організованості, вміння співпрацювати в колективі.	

		<p>на виконання ритмопластичних вправ; <i>вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправи (за допомогою чи при підказці вчителя). <i>*сприймає</i> використане наочне приладдя (кіно -, відеозапис, світлосигналізацію, фотографії, плакати, таблички тощо) (за допомогою вчителя);</p>	
	<p><i>Вправи з використанням гімнастичних предметів і приладів</i> Присідання та вставання з мішечком з піском (300 г) чи з іншим предметом на голові. Ходьба гімнастичною лавою з мішечком з піском (предметом) на голові. Зміна положення та виконання елементів гімнастичних та спортивно-прикладних вправ з предметами (різнокольоровими гімнастичними стрічками, іграшками, м'ячами тощо). Кидання вгору та ловіння малого м'яча однією рукою. Котіння та кидання м'яча між ногами (потягнувшись попередньо вгору). Ходьба гімнастичною лавою з предметом (предметами) в руках. <i>*Вставання в обруч на коліна, піднімання обруча вгору.</i> <i>*Котіння та кидання м'яча між ногами.</i></p>	<p><i>*розрізняє</i> основні динамічні та просторові ознаки рухових дій; основні якісні ознаки використаних на уроці предметів (за допомогою вчителя); <i>*виконує</i> ходьбу з зупинками в кінці музично-ритмічної фрази (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>*виконує</i> махи руками з предметами (різнокольоровими іграшками, м'ячами, гімнастичними стрічками тощо) та без них під музично-ритмічний супровід з яскраво вираженим ритмічним малюнком (за допомогою чи наслідуючи вчителя). <i>Сприймає</i> та повторює за вчителем слова- ознаки конкретного предмета чи дії (за вказівкою вчителя); <i>має</i> уявлення про тілобудову людини (при підказці вчителя); <i>вміє</i> проводити елементарний аналіз своїх дій та дій інших учнів (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>використовує</i> гімнастичну термінологію (за допомогою вчителя);</p>	<p>Розвиток пізнавальних інтересів. Розвиток уяви. Розвиток слухозоро-вібраційного сприймання. Розвиток уявлень про оточуюче середовище, власне тіло. Розвиток репродуктивного та продуктивного мислення. Розвиток здатності до здійснення аналізу виконання своїх рухів і рухів інших учнів. Розвиток просторового орієнтування. Розвиток відчуття темпу та ритму. Розвиток координації рухів. Розвиток узгодженості рухових дій та здатності до одночасних рухів. Формування узгодженості мікро- та макромоторики. Розвиток рухових якостей (витривалості, спритності, сили, гнучкості, швидкості). Розвиток правильного локомоторного стереотипу та</p>

		<p><i>виконує</i> присідання та вставання з мішечком з піском (300 г) чи з іншим предметом на голові (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>здійснює</i> зміну положення та виконання елементів гімнастичних та спортивно-прикладних вправ з предметами (різнокольоровими гімнастичними стрічками, іграшками, м'ячами тощо) (за допомогою чи за показом учителя);</p>	<p>вдосконалення рухових навичок (ходьби, бігу, стрибків тощо). Закріплення навички правильної постави. Естетичний розвиток. Корекція психофізичного напруження. Розвиток емоційної сфери. Корекція зовнішнього прояву емоцій. Закріплення навички узгодження фаз дихання з руховими актами. Збагачення активного та пасивного словникового запасу. Розвиток комунікативних навичок. Виховання гуманності, добро зичливості,</p>
--	--	--	---

	<p>Кистьова та пальчикова гімнастика Відведення та приведення пальців на двох руках одночасно (з зоровим контролем та без нього). Мудра «Зуб дракона» (див. дод. №4). *Відведення та приведення пальців однієї руки (правої / лівої).</p> <p>Імітаційні вправи Імітація рухів курки (курчати / півня), чаплі, лиса.</p>	<p><i>виконує</i> ходьбу гімнастичною лавою з мішечком з піском (предметом) на голові; кидання вгору та ловіння малого м'яча однією рукою; котіння та кидання м'яча між ногами (потягнувшись попередньо вгору); ходьбу гімнастичною лавою з предметом (предметами) в руках (за показом чи наслідуючи вчителя); *<i>вміє</i> узгоджувати свої дії з діями інших учнів (за допомогою вчителя). *<i>виконує</i> котіння та кидання м'яча між ногами; вставання в обруч на коліна, підняття обруча вгору (за допомогою чи наслідуючи вчителя).</p> <p><i>Сприймає</i> звернене мовлення вчителя (за вказівкою вчителя); <i>називає</i> пальці кисті (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>виконує</i> відведення та приведення пальців на двох руках одночасно (з зоровим контролем та без нього) (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>виконує</i> мудру «Зуб дракона» (за допомогою вчителя); <i>вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправи (за показом чи при підказці вчителя);</p>	<p>поваги до інших дітей.</p> <p>Розвиток операційно-організаційного компонента мислення. Розвиток цілеспрямованості та підвищеної стійкості уваги. Підвищення фізичної та розумової працездатності. Розвиток обсягу та точності довільної пам'яті. Розвиток просторово-часових уявлень. Розвиток координації рухів. Розвиток здатності до одночасних рухів і до взаємодії обома руками. Розвиток просторового орієнтування. Формування здатності зберігати рівновагу в статичних положеннях і в русі. Розвиток швидкості реакції. Розвиток рухових якостей (гнучкості, спритності, сили). Розвиток дрібної моторики рук. Розвиток навички узгодження фаз дихання з руховими актами. Корекція психоемоційного стану. Збагачення та конкретизація активного та пасивного словникового запасу. Розвиток навичок діалогічного мовлення. Виховання наполегливості, старанності, дисциплінованості.</p> <p>Розвиток слухо-зорово-вібраційного сприймання. Розвиток пізнавальних інтересів. Естетичний розвиток.</p>
--	---	---	--

	<p>Імітація рухів вітряка; гри на піаніно; повітряної кульки. *Імітація рухів пса.</p>	<p><i>*виконує</i> відведення та приведення пальців однієї руки (правої / лівої) (за допомогою чи наслідуючи учителя); <i>*вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням фізичної вправи (за допомогою вчителя).</p> <p><i>Розрізняє</i> пози тварин та зображення, продемонстровані за допомогою наочних посібників (кіно-, відеозапис, фотографії, плакати, таблички тощо) (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>має</i> уявлення про позитивні та негативні емоції (при підказці вчителя); <i>називає</i> зображення знайомих тварин і предметів, продемонстровані за допомогою наочних посібників; основні їх якісні характеристики; просторові характеристики переміщення (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>використовує</i> здобуті рухові навички (ходьба, стрибки, повзання тощо) для імітації окремих тварин, предметів, особливостей діяльності людини: імітацію рухів курки (курчати / півня), чаплі, лиса; рухів вітряка; гри на піаніно; повітряної</p>	<p>Розвиток цілеспрямованої уваги. Розвиток елементарних уявлень про оточуюче середовище, власне тіло. Розвиток мисленневих операцій (аналіз, синтез, класифікація, порівняння тощо). Розвиток узгодженості рухових дій. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Формування здатності зберігати рівновагу в статичних положеннях і в русі. Розвиток швидкості реакції. Розвиток кінетичної та кінестетичної пам'яті. Розвиток рухових якостей (витривалості, гнучкості, спритності, швидкості, сили). Розвиток зорового та кінестетичного контролю власних дій. Розвиток правильного локомоторного стереотипу та вдосконалення рухових навичок (ходьби, бігу, стрибків тощо). Закріплення навички правильної постави. Розвиток адекватності зовнішнього прояву емоцій. Корекція психофізичного напруження. Формування позитивного психоемоційного стану. Розвиток вербальних і невербальних засобів спілкування. Виховання колективізму, доброзичливості.</p>
--	--	--	---

		<p>кульки (за допомогою чи за показом учителя); <i>виявляє</i> адекватну емоційну реакцію при проведенні імітаційних вправ; <i>*сприймає</i> використане наочне приладдя (кіно-, відеозапис, світлосигналізацію, фотографії, плакати, таблички тощо) (за допомогою вчителя); <i>*має</i> елементарне уявлення про позитивні та негативні емоції; <i>*здійснює</i> імітацію рухів пса (за допомогою учителя).</p>	
Корекція психоемоційного стану та психофізичного напруження			
	<p>Дихальні вправи Діафрагмальне дихання у спокої (див. дод. №3). Динамічні дихальні вправи. <i>*Динамічні дихальні вправи.</i></p>	<p><i>Розрізняє</i> основні часові та просторові характеристики рухових дій (при підказці вчителя); <i>здійснює</i> діафрагмальне дихання у спокої (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>виконує</i> динамічні дихальні вправи (наслідуючи вчителя); <i>*розрізняє</i> основні часові та просторові характеристики рухових дій (за допомогою вчителя); <i>*виконує</i> динамічні дихальні вправи (за допомогою вчителя).</p>	<p>Розвиток слухо-зоровібраційного сприймання. Розвиток цілеспрямованості та підвищеної стійкості уваги. Розвиток організаційного компоненту мислення (усвідомлення завдання, організація виконання завдання тощо). Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Розвиток рухових якостей (спритності). Корекція психоемоційного та психофізичного напруження. Закріплення навички правильного дихання. Виховання наполегливості, здатності до вольового зусилля, дисциплінованості.</p>
	<p>Вправи розтягування Рухи руками за великою амплітудою з предметами (гімнастичними булавами, прапорцями тощо) та без них. Максимальні нахили тулуба до правої та</p>	<p><i>Називає</i> основні частини тіла, задіяні при виконанні фізичної вправи (за допомогою чи при підказці вчителя);</p>	<p>Розвиток цілеспрямованої уваги. Розвиток просторово-часових уявлень.</p>

	<p>лівої стопи (з рухами рук у тому ж напрямку). *Махи руками з предметами (різнокольоровими іграшками, м'ячами, гімнастичними стрічками тощо) та без них.</p> <p>Вправи на розслаблення Вібрації та струси руками, ногами у в.п. стоячи, сидячи та лежачи. Посилене стискання пальців рук (і ніг) з наступним їх розслабленням і струсами. *Легкий струс однієї ноги при опорі на другу (почергово).</p> <p>Ритмопластичні вправи Приставний крок та крок галопу з різними</p>	<p><i>називає</i> основні просторові характеристики рухової дії (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>виконує</i> максимальні нахили тулуба до правої та лівої стопи (з рухами рук у тому ж напрямку) (наслідуючи чи за показом учителя); <i>виконує</i> рухи руками за великою амплітудою з предметами (за показом чи наслідуючи вчителя); <i>вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправи (наслідуючи чи за показом учителя); *<i>використовує</i> засвоєний словник у межах зрозумілого мовленнєвого матеріалу, застосовуючи доступну форму (усне, жестове) мовлення (за допомогою вчителя); *<i>виконує</i> махи руками з предметами та без них (за допомогою чи наслідуючи учителя).</p> <p><i>Має</i> уявлення про окремі гімнастичні вправи (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>виконує</i> вібрації та струси руками, ногами у в.п. стоячи, сидячи та лежачи (за допомогою чи за показом вчителя); <i>виконує</i> посилене стискання пальців рук (і ніг) з наступним їх розслабленням і струсами (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>спілкується</i> (питає, відповідає тощо) та співпрацює (показує, підтримує тощо) в</p>	<p>Профілактика порушень та корекція функцій опорно-рухового апарату. Розвиток рухових якостей (гнучкості, спритності). Розвиток координації рухів. Формування та розвиток формул рухів. Послаблення негативних емоцій. Корекція психофізичного напруження. Закріплення навички узгодження фаз дихання з руховими актами. Збагачення та конкретизація словникового запасу. Виховання навичок адекватної поведінки, дисциплінованості.</p> <p>Розвиток цілеспрямованої уваги. Розвиток точності та збільшення обсягу кінетичної та кінестетичної пам'яті. Розвиток просторової уяви. Розвиток координації рухів. Розвиток узгодженості, чіткості виконання рухових дій. Розвиток рухових якостей (спритності). Корекція фізичного та психоемоційного стану. Розвиток емоційної сфери. Послаблення негативних емоцій. Корекція психофізичного напруження. Формування позитивного психоемоційного стану. Виховання старанності.</p>
--	---	--	--

<p>положеннями рук. Перемінний крок. Танцювальний крок на кінчиках пальців. Рухи руками за великою амплітудою з предметами (різнокольоровими гімнастичними стрічками, гімнастичними булавами, прапорцями, м'ячами тощо) та без них під музично-ритмічний супровід (з використанням п'єс з яскраво вираженим ритмічним малюнком і темпом). *Махи руками з предметами (різнокольоровими іграшками, м'ячами, гімнастичними стрічками тощо) та без них під музично-ритмічний супровід з яскраво вираженим ритмічним малюнком.</p>	<p>парі з іншим учнем (за допомогою вчителя); *виконує легкий струс однієї ноги при опорі на другу (почергово) (за допомогою вчителя).</p> <p><i>Сприймає</i> використане наочне приладдя (кіно -, відеозапис, світлосигналізацію, фотографії, плакати, таблички, тощо) (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>розрізняє</i> основні динамічні та просторові ознаки рухових дій; основні якісні ознаки використаних на уроці предметів (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>називає</i> задіяні при виконанні вправ основні частини тіла та предмети (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>виконує</i> приставний крок та крок галопа з різними положеннями рук, перемінний крок, танцювальний крок на кінчиках пальців (за допомогою чи за показом учителя); <i>виконує</i> рухи руками за великою амплітудою з предметами (різнокольоровими гімнастичними стрічками, гімнастичними булавами, прапорцями, м'ячами тощо) та без них під музично-ритмічний супровід (з використанням п'єс з яскраво вираженим ритмічним малюнком і темпом) (наслідуючи чи за показом учителя); <i>співпрацює</i> в парі, в групі (за допомогою чи при підказці вчителя);</p>	<p>Розвиток довільного сприймання. Розвиток узагальненості уявлень. Розвиток координації рухів. Формування узгодженості мікрота макромоторики. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Формування здатності зберігати рівновагу в статичних положеннях і в русі. Розвиток швидкості реакції. Розвиток рухової пам'яті. Розвиток узгодженості та чіткості рухових дій. Розвиток здатності до одночасних рухів. Розвиток правильного локомоторного стереотипу та вдосконалення рухових навичок (ходьби, бігу, стрибків тощо). Розвиток рухових якостей (витривалості, спритності, гнучкості, швидкості). Корекція зовнішнього прояву емоцій. Розвиток емоційної сфери. Послаблення негативних емоцій. Корекція психофізичного напруження. Формування позитивного психоемоційного стану.</p>
---	--	---

			Закріплення навички узгодження фаз дихання з руховими актами. Формування та розвиток формул рухів. Розвиток регулюючої функції мовлення. Виховання дисциплінованості, організованості, вміння співпрацювати в колективі.
<p>Кистьова та пальчикова гімнастика Відведення та приведення пальців на двох руках одночасно (з зоровим контролем та без нього). Мудра «Зуб дракона» (див. дод. №4). *Відведення та приведення пальців однієї руки (правої / лівої).</p> <p>Імітаційні вправи Імітація рухів курки (курчати / півня), чаплі, лиса. Імітація рухів вітряка; гри на піаніно; повітряної</p>	<p><i>емоційно</i> реагує на виконання ритмопластичних вправ; <i>вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправи (за допомогою чи при підказці вчителя). *<i>сприймає</i> використане наочне приладдя (кіно -, відеозапис, світлосигналізацію, фотографії, плакати, таблички тощо) (за допомогою вчителя); *<i>розрізняє</i> основні динамічні та просторові ознаки рухових дій; основні якісні ознаки використаних на уроці предметів (за допомогою вчителя); *<i>виконує</i> ходьбу з зупинками в кінці музично-ритмічної фрази (за допомогою чи наслідуючи вчителя); *<i>виконує</i> махи руками з предметами (різнокольоровими іграшками, м'ячами, гімнастичними стрічками тощо) та без них під музично-ритмічний супровід з яскраво вираженим ритмічним малюнком (за допомогою чи наслідуючи вчителя).</p> <p><i>Сприймає</i> звернене мовлення вчителя (за вказівкою вчителя); <i>називає</i> пальці кисті (за допомогою чи при підказці</p>	<p>Розвиток операційно-організаційного компонента мислення. Розвиток цілеспрямованості та підвищеної стійкості уваги. Підвищення фізичної та розумової працездатності. Розвиток обсягу та точності довільної пам'яті. Розвиток просторово-часових уявлень. Розвиток просторового орієнтування. Розвиток здатності до одночасних рухів і до взаємодії обома руками. Розвиток координації рухів. Розвиток рухових якостей (гнучкості, сили, спритності). Розвиток дрібної моторики рук. Розвиток навички узгодження фаз дихання з руховими актами. Корекція психоемоційного стану. Збагачення та</p>	

	<p>кульки. *Імітація рухів пса.</p>	<p>вчителя); <i>вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправи (за показом чи при підказці вчителя); <i>виконує</i> відведення та приведення пальців на двох руках одночасно (з зоровим контролем та без нього) (за допомогою чи наслідуючи вчителя);</p>	<p>конкретизація словникового запасу. Розвиток навичок діалогічного мовлення. Виховання наполегливості, старанності, дисциплінованості. Розвиток пізнавальних інтересів.</p>
		<p><i>виконує</i> мудру «Зуб дракона» (за допомогою вчителя); *<i>виконує</i> відведення та приведення пальців однієї руки (правої / лівої) (за допомогою чи наслідуючи учителя); *<i>вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправи (за допомогою вчителя).</p> <p><i>Розрізняє</i> пози тварин та зображення, продемонстровані за допомогою наочних посібників (кіно-, відеозапис, фотографії, плакати, таблички тощо) (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>має</i> уявлення про позитивні та негативні емоції (при підказці вчителя); <i>називає</i> зображення знайомих тварин і предметів, продемонстровані за допомогою наочних посібників; основні їх якісні характеристики; просторові характеристики переміщення (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>використовує</i> здобуті рухові навички (ходьба, стрибки, повзання тощо) для імітації окремих тварин,</p>	<p>Розвиток слухо-зоро-вібраційного сприймання. Розвиток цілеспрямованої уваги. Розвиток елементарних уявлень про оточуюче середовище, власне тіло. Розвиток мисленневих операцій (аналіз, синтез, класифікація, порівняння тощо). Естетичний розвиток. Розвиток узгодженості рухових дій. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Формування здатності зберігати рівновагу в статичних положеннях і в русі. Розвиток швидкості реакції. Розвиток кінетичної та кінестетичної пам'яті. Розвиток рухових якостей (витривалості, гнучкості, спритності, швидкості, сили). Розвиток зорового та кінестетичного контролю власних дій. Розвиток правильного локомоторного стереотипу та вдосконалення рухових навичок (ходьби, бігу, стрибків тощо). Закріплення навички правильної</p>

		предметів, особливостей діяльності людини: імітацію рухів курки (курчати / півня), чаплі, лиса; рухів вітряка; гри на піаніно; повітряної	постави. Розвиток адекватності зовнішнього прояву емоцій. Корекція психофізичного напруження. Формування позитивного психоемоційного стану. Розвиток вербальних і невербальних засобів спілкування. Виховання колективізму, доброзичливості.
		кульки (за допомогою чи за показом учителя); <i>виявляє</i> адекватну емоційну реакцію при проведенні імітаційних вправ; <i>*сприймає</i> використане наочне приладдя (кіно-, відеозапис, світлосигналізацію, фотографії, плакати, таблички тощо) (за допомогою вчителя); <i>*має</i> елементарне уявлення про позитивні та негативні емоції; <i>*здійснює</i> імітацію рухів пса (за допомогою учителя).	
Розвиток правильного локомоторного стереотипу та корекція основних видів локомоції дитини (ходьби, бігу)			

<p>Стройові вправи Ходьба по діагоналі, за орієнтирами, протиходом. Розмикання та змикання приставним кроком. Повороти на місці праворуч, ліворуч (стрибком та переходом). Повороти за орієнтирами. Повороти на місці кругом (переходом). Виконання команд: «На середину \ праворуч \ ліворуч – рівняйсь!», «Праворуч!», «Ліворуч!», «Кругом!», «Праве \ ліве плече вперед!» *Рівняння в шерензі та колоні. *Виконання команд: «Шикуйсь!», «Розійдись!»</p>	<p><i>Відповідає</i> на короткі запитання за темою заняття з ЛФК (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>знає</i> своє місце в строю (за вказівкою вчителя); <i>виконує</i> команди вчителя «На середину \ праворуч \ ліворуч – рівняйсь!», «Праворуч!», «Ліворуч!», «Кругом!», «Праве \ ліве плече вперед!» (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>використовує</i> спортивну термінологію (за допомогою вчителя); <i>виконує</i> ходьбу по діагоналі, за орієнтирами, протиходом, розмикання та змикання приставним кроком (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>виконує</i> повороти на місці праворуч, ліворуч (стрибком та переходом), повороти за орієнтирами (за допомогою</p>	<p>Розвиток аналітико-синтетичного типу сприймання. Розвиток практично-дієвого мислення. Розвиток волі. Розвиток здатності до цілеспрямованої діяльності. Розвиток кінетичних та кінестетичних відчуттів різної модальності та вміння їх диференціювати. Розвиток уяви. Корекція зовнішнього прояву емоцій. Розвиток координації рухів. Формування узгодженості мікро- та макромоторики. Розвиток узгодженості, чіткості виконання рухових дій. Розвиток зорового, кінестетичного та вібраційно-тактильного контролю виконання рухової дії.</p>
<p>Ритмопластичні вправи Приставний крок та крок галопу з різними положеннями рук. Перемінний крок. Танцювальний крок на кінчиках пальців. Рухи руками за великою</p>	<p>чи наслідуючи вчителя); <i>дотримується</i> послідовності виконання вправ (за допомогою чи за показом учителя). <i>вміє</i> узгоджувати дихання з фазами рухових дій (наслідуючи чи за показом учителя); *<i>здійснює</i> рівняння в шерензі та колоні (за допомогою вчителя); *<i>знає</i> своє місце в строю (за допомогою чи за вказівкою вчителя); *<i>вміє</i> узгоджувати дихання з фазами рухових дій (за допомогою вчителя);</p>	<p>Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Розвиток правильного локомоторного стереотипу та вдосконалення навички ходьби. Розвиток рухових якостей (спритності, витривалості). Розвиток дрібної моторики. Розвиток усвідомленого розуміння змісту зверненого мовлення.</p>

	<p>амплітудою з предметами (різнокольоровими гімнастичними стрічками, гімнастичними булавами, прапорцями, м'ячами тощо) та без них під музично-ритмічний супровід (з використанням п'єс з яскраво вираженим ритмічним малюнком і темпом).</p> <p>*Махи руками з предметами (різнокольоровими іграшками, м'ячами, гімнастичними стрічками тощо) та без них під музично-ритмічний супровід з яскраво вираженим ритмічним малюнком.</p>	<p><i>*виконує</i> команди вчителя «<i>Шикуйсь!</i>», «<i>Розійдись!</i>» (за допомогою чи наслідуючи вчителя).</p> <p><i>Сприймає</i> використане наочне приладдя (кіно -, відеозапис, світлосигналізацію, фотографії, плакати, таблички, тощо) (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>розрізняє</i> основні динамічні та просторові ознаки рухових дій; основні якісні ознаки використаних на уроці предметів (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>називає</i> задіяні при виконанні вправ основні частини тіла та предмети (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>виконує</i> приставний крок та крок галопу з різними положеннями рук, перемінний крок, танцювальний крок на кінчиках пальців (за допомогою чи за показом учителя); <i>виконує</i> рухи руками за великою</p>	<p>Виховання наполегливості, здатності до вольового зусилля, дисциплінованості.</p> <p>Розвиток довільного сприймання. Розвиток узагальненості уявлень. Розвиток координації рухів. Формування узгодженості мікро- та макромоторики. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Формування здатності зберігати рівновагу в статичних положеннях і в русі. Розвиток швидкості реакції. Розвиток рухової пам'яті. Розвиток узгодженості та чіткості рухових дій. Розвиток здатності до одночасних рухів. Розвиток правильного локомоторного стереотипу та вдосконалення рухових навичок (ходьби, бігу, стрибків тощо). Розвиток рухових якостей (витривалості, спритності, гнучкості, швидкості).</p>
--	--	---	--

	<p>Вправи з використанням гімнастичних предметів і приладів</p> <p>Присідання та вставання з мішечком з піском (300 г) чи з іншим предметом на голові. Ходьба гімнастичною лавою з мішечком з піском (предметом) на голові. Зміна положення та виконання елементів гімнастичних та спортивно-прикладних вправ з предметами (різнокольоровими гімнастичними стрічками, іграшками, м'ячами тощо). Кидання вгору та ловіння малого м'яча однією рукою. Котіння та кидання м'яча між ногами (потягнувшись попередньо вгору). Ходьба гімнастичною</p>	<p>амплітудою з предметами (різнокольоровими гімнастичними стрічками, гімнастичними булавами, прапорцями, м'ячами тощо) та без них під музично-ритмічний супровід (з використанням п'єс з яскраво вираженим ритмічним малюнком і темпом) (наслідуючи чи за показом учителя); <i>співпрацює</i> в парі, в групі (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>емоційно</i> реагує на виконання ритмопластичних вправ; <i>вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправи (за допомогою чи при підказці вчителя). <i>*сприймає</i> використане наочне приладдя (кіно -, відеозапис, світлосигналізацію, фотографії, плакати, таблички тощо) (за допомогою вчителя); <i>*розрізняє</i> основні динамічні та просторові ознаки рухових дій; основні якісні ознаки використаних на уроці предметів (за допомогою вчителя); <i>*вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправи (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>*виконує</i> ходьбу з зупинками в кінці музично-ритмічної фрази (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>*виконує</i> махи руками з предметами (різнокольоровими іграшками, м'ячами, гімнастичними стрічками</p>	<p>Корекція зовнішнього прояву емоцій. Розвиток емоційної сфери. Послаблення негативних емоцій. Корекція психофізичного напруження. Формування позитивного психоемоційного стану. Закріплення навички узгодження фаз дихання з руховими актами. Формування та розвиток формул рухів. Розвиток регулюючої функції мовлення. Виховання дисциплінованості, організованості, вміння співпрацювати в колективі.</p> <p>Розвиток пізнавальних інтересів. Розвиток уяви. Розвиток слухо-зорово-вібраційного сприймання. Розвиток уявлень про оточуюче середовище, власне тіло. Розвиток репродуктивного та продуктивного мислення. Розвиток здатності до здійснення аналізу виконання своїх рухів і рухів інших учнів. Естетичний розвиток.</p>
--	---	--	--

		тощо) та без них під музично-ритмічний супровід з яскраво вираженим ритмічним малюнком (за	
	<p>лавою з предметом (предметами) в руках. *Вставання в обруч на коліна, піднімання обруча вгору. *Котіння та кидання м'яча між ногами.</p> <p>Імітаційні вправи Імітація рухів курки (курчати / півня), чаплі, лиса. Імітація рухів вітряка; гри на піаніно; повітряної кульки. *Імітація рухів пса.</p>	<p>допомогою чи наслідуючи вчителя).</p> <p><i>Сприймає</i> та повторює за вчителем слова- ознаки конкретного предмета чи дії (за вказівкою вчителя); <i>має</i> уявлення про тілобудову людини (при підказці вчителя); <i>вміє</i> проводити елементарний аналіз своїх дій та дій інших учнів (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>використовує</i> спортивну термінологію (за допомогою вчителя); <i>виконує</i> присідання та вставання з мішечком з піском (300 г) чи з іншим предметом на голові (за допомогою чи наслідуючи вчителя); <i>здійснює</i> зміну положення та виконання елементів гімнастичних та спортивно-прикладних вправ з предметами (різнокольоровими гімнастичними стрічками, іграшками, м'ячами тощо) (за допомогою чи за показом учителя); <i>виконує</i> ходьбу гімнастичною лавою з мішечком з піском (предметом) на голові; кидання вгору та ловіння малого м'яча однією рукою; котіння та кидання м'яча між ногами (потягнувшись попередньо вгору); ходьбу гімнастичною лавою з предметом (предметами) в руках (за показом чи</p>	<p>Розвиток емоційної сфери. Корекція зовнішнього прояву емоцій. Розвиток відчуття темпу та ритму. Розвиток координації рухів. Формування узгодженості мікро- та макромоторики. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Розвиток узгодженості рухових дій та здатності до одночасних рухів. Розвиток рухових якостей (витривалості, спритності, гнучкості, швидкості, сили). Закріплення навички правильної постави. Розвиток правильного локомоторного стереотипу та вдосконалення рухових навичок (ходьби, бігу, стрибків тощо). Закріплення навички узгодження фаз дихання з руховими актами. Збагачення активного та пасивного словникового запасу. Розвиток комунікативних навичок. Виховання гуманності, добро зичливості, поваги до інших дітей.</p> <p>Розвиток слухо-зоро-вібраційного сприймання. Розвиток пізнавальних інтересів. Естетичний розвиток. Розвиток цілеспрямованої уваги. Розвиток</p>

		<p>наслідуючи вчителя); <i>*вміє</i> узгоджувати свої дії з діями інших учнів (за допомогою вчителя); <i>*вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправи (за допомогою чи наслідуючи</p>	<p>елементарних уявлень про оточуюче середовище, власне тіло. Розвиток мисленнєвих операцій (аналіз, синтез, класифікація, порівняння тощо).</p>
		<p>вчителя); <i>*виконує</i> котіння та кидання м'яча між ногами; вставання в обруч на коліна, підняття обруча вгору (за допомогою чи наслідуючи вчителя).</p> <p><i>Розрізняє</i> пози тварин та зображення, продемонстровані за допомогою наочних посібників (кіно-, відеозапис, фотографії, плакати, таблички тощо) (за допомогою чи за підказкою вчителя); <i>має</i> уявлення про позитивні та негативні емоції (при підказці вчителя); <i>називає</i> зображення знайомих тварин і предметів, продемонстровані за допомогою наочних посібників; основні їх якісні характеристики; просторові характеристики переміщення (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>використовує</i> здобуті рухові навички (ходьба, стрибки, повзання тощо) для імітації окремих тварин, предметів, особливостей діяльності людини: імітацію рухів</p>	<p>Розвиток узгодженості рухових дій. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Формування здатності зберігати рівновагу в статичних положеннях і в русі. Розвиток швидкості реакції. Розвиток кінетичної та кінестетичної пам'яті. Розвиток рухових якостей (витривалості, гнучкості, спритності, швидкості, сили). Розвиток зорового та кінестетичного контролю власних дій. Розвиток правильного локомоторного стереотипу та вдосконалення рухових навичок (ходьби, бігу, стрибків тощо). Закріплення навички правильної постави. Розвиток адекватності зовнішнього прояву емоцій. Корекція психофізичного напруження. Формування позитивного психоемоційного стану. Розвиток вербальних і невербальних засобів спілкування. Виховання колективізму, доброзичливості.</p>

		<p>курки (курчати / півня), чаплі, лиса; рухів вітряка; гри на піаніно; повітряної кульки (за допомогою чи за показом учителя); <i>виявляє</i> адекватну емоційну реакцію при проведенні імітаційних вправ; <i>*сприймає</i> використане наочне приладдя</p>	
		<p>(кіно-, відеозапис, світлосигналізацію, фотографії, плакати, таблички тощо) (за допомогою вчителя); <i>*має</i> елементарне уявлення про позитивні та негативні емоції; <i>*здійснює</i> імітацію рухів пса (за допомогою учителя); <i>*вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправи (за допомогою чи наслідуючи вчителя).</p>	

<p>6</p>	<p>ЛЕГКОАТЛЕТИЧНІ ВПРАВИ <i>Теоретичні відомості.</i> Значення легкоатлетичних вправ для здоров'я людини. Відновлення після виконання фізичних вправ на занятті з ЛФК. *Старт і фініш. *Правильні рухи під час ходьби та бігу на занятті з ЛФК.</p> <p><i>Ходьба:</i> по діагоналі, за орієнтирами, протиходом; приставним кроком (з різними положеннями рук), по гімнастичній лаві з предметом (предметами) в руках; по гімнастичній лаві з мішечком з піском (предметом) на голові; підлогою за мітками. *<i>Ходьба:</i> в напівприсіді; з високим підніманням стегна; обмеженою</p>	<p><i>Учень/учениця:</i> має уявлення про значення легкоатлетичних вправ для здоров'я людини; про відновлення після виконання легкоатлетичних вправ на занятті з ЛФК (за допомогою чи за підказкою учителя); <i>дотримується</i> правил поведінки, гігієни та техніки безпеки під час виконання легкоатлетичних вправ на занятті з ЛФК (за допомогою чи за підказкою учителя); <i>називає</i> основні просторові характеристики рухових дій та задіяні в них основні частини тіла (за допомогою чи за підказкою учителя); *<i>має елементарне уявлення</i> про старт і фініш; правильні рухи під час ходьби та бігу на занятті з ЛФК (за допомогою вчителя); <i>виконує</i> ходьбу: по діагоналі, за орієнтирами, протиходом; приставним кроком (з різними положеннями рук), по гімнастичній лаві з предметом (предметами) в руках; по гімнастичній лаві з мішечком з піском (предметом) на</p>	<p>Розвиток аналітико-синтетичного типу сприймання. Розвиток обсягу та точності оперативної та довготривалої пам'яті. Розвиток операційно-організаційного компонента мислення. Розвиток цілеспрямованості та підвищеної стійкості уваги. Розвиток просторової уяви. Розвиток волі. Розвиток здатності до оцінки та регуляції просторово-часових і динамічних рухових параметрів. Розвиток правильного локомоторного стереотипу та вдосконалення рухових навичок (ходьби, бігу, стрибків тощо). Розвиток рухових якостей: витривалості, спритності, сили (ходьба); витривалості, гнучкості, спритності, сили, швидкості (біг); витривалості, спритності, швидкісно-силових (стрибки); швидкісно-силових (метання); витривалості, гнучкості, спритності, сили, швидкості</p>
----------	--	---	--

<p>площиною.</p> <p><i>Біг:</i> на короткі дистанції з різних в.п.; на місці з високим підніманням стегна; широким кроком через покладені предмети; зі зміною напрямку за командою (сигналом) вчителя; в «коридорчику» (40-50 см).</p> <p><i>*Біг:</i> навздогін.</p> <p><i>Стрибки:</i> з навівприсіду; на двох ногах з поворотами праворуч \ ліворуч; у глибину (h=70 см) із м'яким приземленням.</p> <p><i>*Стрибки:</i> багатоскопи; у глибину (h=40 см) із м'яким приземленням.</p> <p><i>Метання:</i> м'яча через мотузку, підвішену на h=2-3 м; кидання та ловіння малого м'яча однією рукою; м'яча (d=15-20 см) однією рукою (чергуючи руки) на дальність; метання мішечків з піском (m=300 г) правою та лівою руками в горизонтальну ціль; метання малого м'яча в стінку (на дальність відскоку).</p> <p><i>*Метання:</i> підкидання та ловіння великого м'яча (обом руками).</p> <p><i>Лазіння:</i> по гімнастичній лаві з переходом на гімнастичну стінку; перелізання з опорою на груди через перешкоди (h до 80 см).</p> <p><i>*Лазіння:</i> перелізання через перешкоду з опорною ногою (наприклад, гімнастичну лаву); довільне лазіння на гімнастичній стінці праворуч \ ліворуч (ноги на 1-3-ій рейці).</p> <p><i>Повзання:</i> по гімнастичному мату (праворуч \ ліворуч); по гімнастичній лаві</p>	<p>голови; підлогою за мітками (наслідуючи чи за показом учителя);</p> <p><i>виконує біг:</i> на короткі дистанції з різних в.п.; на місці з високим підніманням стегна; широким кроком через покладені предмети; зі зміною напрямку за командою (сигналом) вчителя; в «коридорчику» (40- 50 см) (наслідуючи чи за показом учителя);</p> <p><i>здійснює стрибки:</i> з навівприсіду; на двох ногах з поворотами праворуч \ ліворуч; у глибину (h=70 см) із м'яким приземленням (за допомогою чи за показом учителя);</p> <p><i>виконує метання:</i> м'яча через мотузку, підвішену на h=2-3 м; кидання та ловіння малого м'яча однією рукою; м'яча (d=15- 20 см) однією рукою (чергуючи руки) на дальність; метання мішечків з піском (m=300 г) правою та лівою руками в горизонтальну ціль; метання малого м'яча в стінку (на дальність відскоку) (наслідуючи чи за показом учителя); <i>виконує лазіння:</i> перелізання через перешкоду з опорною ногою (наприклад, гімнастичну лаву); довільне лазіння на гімнастичній стінці праворуч \ ліворуч (ноги на 1-3-ій рейці);</p> <p><i>виконує повзання:</i> по гімнастичному мату (праворуч \ ліворуч); по гімнастичній лаві різнойменним способом \ однойменним способом; по гімнастичному мату з підповзанням під перешкодами (h=40 - 45 см.) (за допомогою чи наслідуючи</p>	<p>(лазіння та повзання).</p> <p>Розвиток координації рухів.</p> <p>Розвиток узгодженості та точності рухових дій.</p> <p>Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів.</p> <p>Закріплення навички правильної постави в спокої та при виконанні рухів.</p> <p>Профілактика порушень та корекція функцій опорно-рухового апарату. Формування та розвиток формул рухів.</p> <p>Розвиток зорового, кінестетичного та тактильно-вібраційного контролю виконання рухової дії.</p> <p>Корекція психоемоційного стану. Послаблення негативних емоцій.</p> <p>Закріплення навички узгодження фаз дихання з руховими актами.</p> <p>Збагачення та конкретизація запасу жестових знаків і піктограм.</p> <p>Розвиток навичок діалогічного мовлення.</p> <p>Виховання комунікативних навичок, культури поведінки, наполегливості.</p>
--	--	--

	<p>різнойменним способом \ однойменним способом; по гімнастичному мату з підповзанням під перешкодами (h=40 - 45 см.)</p> <p><i>*Повзання:</i> по гімнастичному мату, оминаючи перешкоди.</p>	<p>вчителя);</p> <p><i>вміє</i> узгоджувати свої дії з діями іншого учня, групи (за допомогою чи за підказкою вчителя);</p> <p><i>вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправ (наслідуючи чи за показом учителя);</p> <p><i>*виконує</i> ходьбу: в напівприсіді; з високим підніманням стегна; обмеженою площиною (за допомогою чи наслідуючи учителя);</p> <p><i>*виконує</i> біг: навздогін (за допомогою чи за показом учителя);</p> <p><i>*виконує</i> стрибки: багатоскоки; у глибину (h=40 см) із м'яким приземленням (за допомогою вчителя);</p> <p><i>*виконує</i> метання: підкидання та ловіння великого м'яча (обома руками) (за допомогою чи наслідуючи учителя);</p> <p><i>*виконує</i> лазіння: перелізання через перешкоду з опорною ногою (наприклад, гімнастичну лаву); довільне лазіння на гімнастичній стінці праворуч \ ліворуч (ноги на 1-3-ій рейці) (за допомогою чи наслідуючи вчителя);</p> <p><i>*здійснює</i> повзання: по гімнастичному мату, оминаючи перешкоди (за допомогою чи наслідуючи вчителя);</p> <p><i>*вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправи (за допомогою чи наслідуючи вчителя).</p>	
17	<p>ІГРИ</p> <p><i>Теоретичні відомості.</i></p> <p>Позитивні та негативні емоції. Правила та зміст розучених ігор, що використовуються на</p>	<p><i>Учень/учениця:</i></p> <p><i>має</i> уявлення про позитивні та негативні емоції; правила та зміст розучених ігор, що використовуються на занятті з ЛФК (за</p>	<p>Розвиток аналітико-синтетичного типу сприймання.</p> <p>Розвиток довільної уваги.</p>

	<p>занятті з ЛФК. *Правила та зміст розучених ігор, що використовуються на занятті з ЛФК.</p> <p>Для розвитку координаційних здібностей: «Красива ходьба», «Чаплі», «Чарівний свисток», «Рухома мішень», «Збери іграшки», «Передай почуття» тощо.</p> <p>Для корекції психоемоційного стану та психофізичного напруження: «Передай почуття», «Збери іграшки», «Естафета парами» тощо.</p> <p>Для розвитку правильного локомоторного стереотипу та корекції основних видів локомоції дитини (ходьби, бігу): «Чарівний свисток», «Ну, постривай!», «Естафета парами» тощо.</p>	<p>допомогою чи за вказівкою вчителя); <i>виконує</i> правила поведінки та безпеки при проведенні ігор на занятті з ЛФК (під контролем учителя); <i>називає</i> основні частини тіла та предмети, задіяні при проведенні гри (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>виконує</i> ходьбу, біг, стрибки, лазіння та повзання в ігрових ситуаціях (за показом учителя); <i>вміє</i> грати в 6-7 рухливі гри (за допомогою чи під контролем учителя); <i>дотримується</i> послідовності виконання рухових дій (за допомогою чи за показом учителя); <i>вміє</i> узгоджувати фази дихання з виконанням рухів (за показом чи за підказкою вчителя); <i>адекватно</i> емоційно реагує на ігрові ситуації; спілкується (просить тощо) з іншими дітьми під час проведення гри на занятті з ЛФК (за допомогою чи при підказці вчителя); <i>вміє</i> узгоджувати свої дії з діями інших учнів (за допомогою чи при підказці вчителя); *<i>має</i> елементарне уявлення про правила та зміст розучених ігор (за допомогою вчителя); *<i>використовує</i> засвоєний словник в межах зрозумілого мовленнєвого матеріалу, застосовуючи доступну форму (усне, жестове) мовлення (за допомогою вчителя);</p>	<p>Розвиток цілеспрямованості та підвищеної стійкості уваги. Формування елементарних уявлень про навколишнє середовище та власне тіло. Формування мисленнєвих операцій (аналіз, синтез, класифікація, порівняння тощо). Розвиток просторової уяви. Розвиток рухових якостей (витривалості, гнучкості, спритності, сили, швидкості). Розвиток правильного локомоторного стереотипу та вдосконалення рухових навичок (ходьби, бігу, стрибків тощо). Розвиток координації. Формування узгодженості мікро- та макромоторики. Формування здатності зберігати рівновагу в статичних положеннях і в русі. Розвиток швидкості реакції. Розвиток зорового, кінестетичного та тактильно-вібраційного контролю власних дій. Розвиток просторово-часової орієнтації, точності відтворення просторових, часових і силових параметрів рухів. Розвиток рухової пам'яті. Естетичний розвиток. Корекція психофізичного напруження. Корекція психоемоційного стану. Розвиток адекватності</p>
--	---	--	---

			емоційних реакцій. Закріплення навички узгоджувати фази дихання з виконанням рухів. Збагачення та конкретизація запасу жестових знаків і піктограм.
		<p>*<i>вміє</i> узгоджувати свої дії з діями інших учнів (за допомогою чи при підказці вчителя);</p> <p>*<i>вміє</i> узгоджувати дихання з виконанням вправи (за допомогою чи наслідуючи вчителя);</p> <p>*<i>вміє</i> грати в 3-4 рухливі гри (за допомогою вчителя).</p>	<p>Збагачення активного та пасивного словникового запасу.</p> <p>Розвиток навичок діалогічного мовлення.</p> <p>Виховання доброзичливості, колективізму та культури спілкування.</p>

ОРІЄНТОВНІ КОРЕКЦІЙНО-РОЗВИВАЛЬНІ ВПРАВИ ТА КОМПЛЕКСИ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ

Вправи для корекції початкових форм плоскостопості (за І. Ілієвим, С. Банковим) (вправи виконувати босоніж):

1. В.п. – сидячи. Розведення та згинання пальців стоп різко донизу.
2. В.п. – о.с., стопи паралельно (приблизно на 10 см одна від одної). Стійка на пальцях (зігнутих усередину); опускання на зовнішній край стопи; повернутись у в.п.
3. В.п. – сидячи. Захват невеликих предметів пальцями ніг з підлоги та піднімання їх до протилежної руки. Те ж повторити іншою ногою.
4. Ходьба босоніж по прямій лінії з упором на зовнішній край стопи.
5. В.п. – о.с., стопи паралельно. Стійка на пальцях (зігнутих усередину); спроба зовнішньої ротації колін. Не відриваючись від підлоги, повернутись у в.п.
6. В.п. – сидячи (на гімнастичному маті). Торкання стоп обома ногами.
7. В.п. – сидячи. Одночасне повільне згинання та розгинання всіх пальців стопи.
8. В.п. – сидячи, ноги зігнуті під прямим кутом в кульшових суглобах, ступні приведені. Відвести коліна та повернути стопи назовні. Повернутись у в.п.
9. В.п. – сидячи, ноги схресно. Описати коло стопою піднятої ноги. Те ж повторити іншою ногою.
10. В.п. – вузька стійка ноги нарізно, стопи паралельно. Стоячи обличчям до стіни, нахил вперед (наближаючись до стіни), не піднімаючи п'ят від підлоги та не згинаючи колін.

Вправи для профілактики та лікування початкових форм плоскостопості (за І. Д. Ловейко):

1. В.п. — сидячи на гімнастичному ослоні (стільці), праву ногу вперед. Поворот стопи всередину з відтягуванням носка (10 разів кожною ногою).
2. Те ж з в.п. – о.с.
3. В.п. — вузька стійка ноги нарізно, стопи паралельно. Стійка на зовнішньому склепінні стопи. Підняти навшпиньки. Повернутись у в.п. (6—8 разів).
4. В.п. — вузька стійка ноги нарізно, стопи паралельно. Стійка на зовнішньому склепінні стопи. Напівприсід (6—8 разів).
5. В.п. — вузька стійка ноги нарізно, стопи паралельно, руки на пояс. Ходьба на зовнішньому склепінні стопи (30—60 с).
6. В.п. — зімкнута стійка, руки на пояс. Підняти пальці ніг догори. Повернутись у в.п. (10 – 15 разів).
7. В.п. — стійка п'яти нарізно. Стати навшпиньки. Повернутись у в.п. (10 разів).
8. В.п. — стійка ноги нарізно, стопи паралельно, руки в сторони. Присід на всій ступні. Повернутись у в.п. (6— 8 разів).

9. В.п. — стійка права (ліва) нога перед носком лівої (правої) ноги (слід у слід). Підняти навшпиньки. Повернутись у в.п. (8—10 разів).

10. В.п. — вузька стійка ноги нарізно, стопи паралельно, руки на пояс. Погойдуватись в гомілковостопних суглобах, піднімаючись на носки й опускаючись на п'яти (8—10 разів).

11. В.п. — вузька стійка ноги нарізно, стопи паралельно. Стати навшпиньки. Повернути п'яти назовні. Повернутись у в.п. (8—10 разів).

Варіант: Те ж з в.п. – зімкнута стійка.

12. В.п. — вузька стійка ноги нарізно, стопи паралельно. Згинаючи пальці, піднімати внутрішній край стопи (8—10 разів).

13. В.п. — о. с. Стопи повернути всередину, підняти навшпиньки, повільно зігнути ноги в колінах, повільно випрямити ноги в колінах. Повернутись у в.п. (6—8 разів).

14. В.п. – присід. Пересування невеликими кроками вперед (34—40 с).

Варіант: Пересування стрибками («зайчиком»).

15. В.п. — стоячи на 1-й рейці гімнастичної стінки з захватом за рейку на висоті плечей. Захоплюючи рейку пальцями і повертаючи стопи досередини, лазіння нагору.

16. В.п. — напівприсід. Ходьба в напівприсиді (30—40 с).

17. В.п. — сидячи. Підняти ліву (праву) ногу — розгинання та згинання стопи (відтягнути носок вниз-на себе). Вправа виконується в швидкому темпі (10—12 разів кожною ногою).

Варіант: Те ж з в.п. – вузька стійка ноги нарізно, стопи паралельно.

18. В.п. — сидячи. Підняти ліву (праву) ногу. Поворот стопи назовні. Поворот стопи всередину (4—6 разів).

Варіант: Те ж з в.п. – вузька стійка ноги нарізно, стопи паралельно.

19. В.п. — сидячи. Кругові рухи стопами (почергово).

Варіант: Те ж з в.п. – вузька стійка ноги нарізно, стопи паралельно.

20. В.п. — сидячи (під кожною стопою тенісний м'яч). Котіння м'яча пальцями ніг до п'яти, не піднімаючи п'яти.

21. В.п. — сидячи. На підлогу покласти дві булави (голівки їх майже стикаються, а основи спрямовані назовні), захопити пальцями кожної стопи шийку булави і м'яко підняти її, не відриваючи основи від підлоги.

Варіант: Те ж з в.п. – вузька стійка ноги нарізно, стопи паралельно.

22. В.п. — стоячи впоперек рейки гімнастичної лави, руки в сторони (5 – 30 с). Збільшувати час поступово.

23. В.п. — напівприсід. Ходьба навшпиньки в напівприсиді, носки всередину.

24. Лазіння по гімнастичній стінці (спиратись на рейки серединою стопи).

25. Ходьба по медицинболам.

26. Ходьба «гусячим кроком».

27. Ходьба навшпиньки по похилій площині (зі страховкою) нагору маленькими кроками (гімнастична лавка встановлюється на гімнастичну стінку під кутом 10—15°).

28. Ходьба навшпиньки по похилій площині вниз (зі страховкою).

29. Ходьба (по гімнастичному мату) захопивши пальцями ніг олівець або паличку (20—40 с).

Вправи для формування м'язового корсету (за Г.А. Горяною):

Конячка

В.п. — о. с., руки на пояс. Крокувати на місці, високо піднімаючи коліна (30 с), спину і голову тримати прямо.

Пружинка

В.п. — вузька стійка ноги нарізно, стопи паралельно. 1. Присісти, спираючись долонями на коліна — видих. 2. Встати, розвести руки в сторони, звести лопатки — вдих. Темп середній. Повторити 8-10 разів. Виконуючи вправу, спину тримати рівно; рухи повинні бути пружними.

Варіант: В.п. — вузька стійка ноги нарізно, стопи паралельно. 1. Упор присівши – видих. 2. В.п., розвести руки в сторони, звести лопатки — вдих. Повторити 8 разів.

Лялька

В.п. — стійка ноги нарізно, стопи паралельно, руки розведені в сторони долонями вперед, пальці розведені. 1. Нахилитися вперед, зберігаючи пряме положення спини; не згинаючи колін, торкнутися пальцями підлоги – видих. 2. В.п. — вдих. Темп повільний. Повторити 8 разів.

Варіант: Те ж саме, але нахилитися вперед кілька разів, видихаючи повітря короткими поштовхами.

Насос

В.п. — стійка ноги нарізно. 1. Нахилитися ліворуч; лівою рукою ковзати по носі вниз, правою — вздовж тулубу нагору до пахви — видих. 2. В.п. — вдих. 3. Те ж в інший бік. Темп середній. Повторити по 4 рази в кожен бік. Голову відхиляти в той же бік, ноги не згинати.

Варіант: Виконати вправу з в.п. – зімкнута стійка.

Гвинтик

В.п. — стійка ноги нарізно, ступні паралельно, руки на пояс. 1. Повернутися праворуч (ступні ніг не повертати). 2. В.п. 3. Те ж ліворуч. Повторити по 4 рази в кожен бік.

Варіант: Повороти корпусу праворуч та ліворуч з закиданням рук і поворотом голови в бік повороту.

Ластівка

В.п. — лежачи на животі; підборіддя – на кистях рук, покладених одна на одну. 1. Зробити вдих і на напіввидиху підняти прямі ноги, голову і плечі. Руки розвести в сторони, лопатки звести. Втримувати позу ластівки, що летить (5-10 с), затримуючи дихання. 2. В.п. – відновити дихання. Повторити 4 – 6 разів.

Стрибаємо як м'ячки

В.п. — о. с. 1. Виконувати стрибки на одній і двох ногах з поворотами (10-20 с). 2. Поступовий перехід на ходьбу до заспокоєння дихання.

Дістань сонечко

В.п. — о. с. 1. Вдихнути, встати навшпиньки, руки підняти і дивитися вгору – «на сонечко». Продовжувати тягнутись, намагаючись «дістати сонечко». 2. Видихнути, руки розвести в сторони і «кинути» вниз, подивитися на підлогу, розслабитись. Повторити 6 разів.

Силачі (з 3-го класу)

В.п. — основна стійка; руки розташовані перед грудьми, долоні зімкнуті, плечі розгорнуті. 1. Зробити вдих і трошки видихнути, напружити м'язи спини та рук, тиснути долонею на долоню з усієї сили, рахуючи до трьох. 2. Зробити повний видих і на напіввдиху розвести руки в сторони, намагаючись звести лопатки. Повторити 6 разів.

Вправи для зміцнення м'язів шиї(за <http://www.biomeh.ru/>)

1. В.п. – о. с. Потилиця, лопатки, сідниці, ікри, п'яти торкаються стіни. Предмет (торбинка з піском тощо) на голові. Пройти кілька кроків (2 – 6) прямо. В.п. Темп повільний.

Варіант. В.п. – о. с. Прийняти положення правильної постави. Предмет на голові. Пройти кілька кроків (2 – 6) прямо. При ходьбі змінювати положення рук під кожний крок (в сторони, вгору, вперед, вниз). Темп повільний.

2. В.п. – о. с. (спиною до стіни). Предмет (яскрава торбинка з піском тощо) на голові. Руки в сторони. Присід (торкаючись спиною стінки), руки вгору. В.п. Рухатись, дотримуючись правильної постави. Темп повільний. Повторити 8-10 разів.

Варіанти. 1. В.п. – о. с. (спиною до стіни). Предмет на голові. Присід (торкаючись спиною стінки). В.п. Рухатись, дотримуючись правильної постави. Темп повільний. Повторити 8-10 разів.

2. В.п. – о. с. (спиною до стіни). Присід, руки в сторони, вгору. В.п. Рухатись, дотримуючись правильної постави. Темп повільний. Повторити 8-10 разів.

3. В.п. – о. с. Предмет (яскрава торбинка з піском тощо) на голові. Присід. Сісти на підлогу (мату). В.п. Рухатись, дотримуючись правильної постави. Темп повільний. Повторити 6-8 разів.

Варіант. В.п. – о. с. (спиною до стіни). Предмет на голові. Сісти на підлогу (мату). В.п. Рухатись, дотримуючись правильної постави. Темп повільний. Повторити 8-10 разів.

4. В.п. – стійка ноги нарізно, стопи паралельно (спиною до стіни). Предмет (торбинка з піском тощо) на голові. Рухи руками: в сторони, вгору, в сторони, вниз. Темп середній. Повторити 8-10 разів.

5. В.п. – о. с. Предмет (яскрава торбинка з піском, дерев'яний кубик тощо) на голові. Стійка на колінах. В.п. Рухатись, дотримуючись правильної постави. Темп повільний. Повторити 8-10 разів.

6. Ходьба по колу з предметом на голові. Рухатись, дотримуючись правильної постави. Темп середній.

7. В.п. – о. с. Предмет (торбинка з піском тощо) на голові. Залісти на стілець і зійти з нього з предметом на голові. В.п. Рухатись, дотримуючись правильної постави. Темп повільний. Повторити 8-10 разів.
8. В.п. – о. с. (спиною до стіни). Предмет (торбинка з піском тощо) на голові. Руки в сторони. Зігнути ногу, підтягти праве коліно до грудей. Опустити коліно й випрямити ногу. В.п. Те ж іншою ногою. В.п. Темп повільний. Повторити 6-10 разів.
9. В.п. – о. с. Предмет (торбинка з піском, дерев'яний кубик тощо) на голові. Руки в сторони, вгору, в сторони, вперед, вниз. В.п. Рухатись, дотримуючись правильної постави. Темп повільний. Повторити 6-10 разів.
10. В.п. – лежачи на маті. Прийняти позу основної стійки. Дивитися вперед (нагору, в стелю). Напружити м'язи спини, утримувати позу (пряме положення голови, плечей, таза) (5-6 с). В.п. Темп повільний.

Вправи для розвитку координаційних здібностей

1. В.п. – о.с. (двоє дітей стоять обличчям один до одного, тримаючись за руки, стопи партнерів торкаються носками). Повороти тулуба праворуч, ліворуч. Виконувати асиметричні вправи одночасно та тримаючись за руки.

Варіанти: 1. Нахили тулуба (вперед, назад, ліворуч, праворуч). Виконувати асиметричні вправи в парі, тримаючись за руки. 2. Присідати та вставати разом, тримаючись за руки. 3. Поєднання рухів з дихальними вправами: 1 – рухи вгору (в сторони, вгору-в сторони) – вдих; 2-3-4 – вниз – видих. Виконувати рухи разом, тримаючись за руки.

2. В.п. – лежачи на спині (5 – 6 дітей лежать стопами один до одного). Не відриваючи плечей від мата, з'єднати руки.

Варіанти: 1. Передавати іграшку (малий м'яч, прапорець тощо), не відриваючи плечей від мата. 2. Перекидати (перекочувати) великий надуваний м'яч (повітряну кульку), не відриваючи плечей від мата. 3. Підняти прямі ноги вгору, згинаючи їх в кульшових суглобах, – видих; повернутись у в.п. – вдих. Вправи виконувати всім дітям групи одночасно, не відриваючи плечей від мата.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, координації рухів, комунікаційних навичок; формування правильної постави та корекція порушень постави.

3. В.п. – лежачи на животі, руки перед груддю (3 – 6 дітей лежать на відстані 1,5 – 2,5 м, обличчям один до одного). Не змінюючи положення тіла, перекидувати м'яч один одному.

Варіанти: 1. Перекидати великий надуваний м'яч (повітряну кульку), не змінюючи положення тіла. Перекидувати набивний м'яч (1 кг), не змінюючи положення тіла (відстань між гравцями 1,0 – 1,5 м).

Комплекс «Подорож до мавп» (за Н.Г. Коноваловою, Н.В. Коваленко)

1. “Сьогодні ми підемо в гості до мавп. Мавпи схожі на дітей, але вони всі можуть робити не тільки руками, але й ногами” (демонстрація наочних посібників, інформація про мавп). Ходьба в обхід. Звичайна ходьба.

2. “Яка висока трава”. Пішли на носках, руки підняли вгору. (“Я не бачу вас, діти!” Ходьба на носках, руки вгору).
3. “От і пройшли цю ділянку”. Звичайна ходьба.
4. “Це болото, йти небезпечно” (демонстрація наочних посібників). “Я знаю дорогу. Ідемо одне за одним, слід у слід”. Ходьба по слідовій доріжці.
5. “Переходимо через струмок” (демонстрація наочних посібників). Ходьба приставним кроком по гімнастичному ціпку.
6. “Каченята гуляють біля струмка” (демонстрація наочних посібників). Ходьба на п’ятах, руки на плечових суглобах.
7. “Якийсь підозрілий шум у лісі. В лісі є хтось” (демонстрація наочних посібників). “Ідемо тихо”. Ходьба в напівприсіді; в напівприсіді на носках.
8. “Там ведмідь іде” (демонстрація наочних посібників). Ходьба на зовнішній стороні стопи, руки на поясі.
9. “От ми й підходимо. Уже видні будиночки мавп” (демонстрація наочних посібників). Звичайна ходьба, шикування коло обручів.
10. “Маленькі мавпочки теж хочуть нас побачити, піднімаються на носки, хочуть бути вищими”. Підйом на носки, руки вгору, вдих. В.п., видих.
11. “Маленькі мавпочки хочуть роздивитись усіх нас (гостей). Вони повертаються на місці праворуч-ліворуч”. В.п. – о. с. Повороти праворуч з відведенням правої руки праворуч – вдих. В.п., видих. Повороти ліворуч з відведенням лівої руки ліворуч – вдих. В.п., видих. Виконувати без відриву стоп від підлоги.
12. “Маленькі мавпочки хочуть сподобатись. Показують нам, які вони мають м’ячики”. В.п. – о. с. на обручі, в руках м’яч. Напівприсід, м’яч підняти вгору – вдих. В.п., видих. Виконувати без відриву стоп від підлоги.
13. “Маленьким мавпочкам подобається грати. Напевно, м’ячі в мавпочок - улюблені іграшки”. В.п. – о. с. на обручі, в руках м’яч. Підняти м’яч вгору, відставити праву ногу назад на носок – вдих. В.п., видих.
14. “Мавпочки вчать грати в футбол”. В.п. – сидячи. Котіння стопами м’яча у визначеному напрямку.
15. “Мавпочки вирішили показати нам всі свої іграшки: сіли перед своїми будиночками й ніжками дістають із будиночків дрібні іграшки. Користуються ніжками, бо їм так зручно, вони так звикли”. В.п. – сидячи на маті. Упор позаду. Ноги зігнути в колінних і кульшових суглобах. Захоплення стопами дрібних предметів (кольорові олівці, гудзики тощо) пальцями ніг та їх перенесення.
16. “Тепер мавпочки граються великими м’ячами”. В.п. – сидячи на маті. Захоплення стопами великого м’яча, випрямлення ніг у колінних суглобах – видих. В.п., вдих.
17. “Маленькі мавпочки дуже гнучкі”. В.п. – о. с. Нахил до прямих ніг, подовжений видих. Стопи в положенні тильного згинання. В.п., вдих.
19. “Мавпочки збирають свої іграшки в будиночок”. В.п. – сидячи на маті. Ноги зігнути в колінних і кульшових суглобах. Захоплення стопами дрібних предметів (кольорові олівці, гудзики тощо) пальцями ніг та їх перенесення в обруч.
20. “Мавпочки пішли на прогулянку. От вони йдуть по містку через річку” (демонстрація наочних посібників). Ходьба по гімнастичній лаві.
22. “Вони йдуть на берег річки. Там багато дрібних кам’янів”. Ходьба по дрібним камінцям.

Варіант. Масаж стоп на роликівих масажерах.

23. “Мавпочки йдуть по похилій колоді до високого дерева” (демонстрація наочних посібників). Ходьба похилою площиною (зі страховкою).
24. “Мавпочки граються на дереві. Вони забираються по гілках дерева вище й вище, а потім спускаються на землю” (демонстрація наочних посібників). Лазіння по шведській стінці за допомогою рухів однойменних кінцівок.
- Варіант.* Лазіння по шведській стінці за допомогою рухів різнойменних кінцівок.
25. “Мавпочки перебираються з одного дерева на інше”. Ходьба приставним кроком по шведській стінці.
26. “Мавпочки йдуть кам’янистою стежкою” Ходьба ребристою дошкою.
27. “Маленькі мавпочки повернулися додому, до своїх будиночків”. Звичайна ходьба, шикування коло обручів.
28. “Мавпочки лягли відпочивати”. В.п. лежачи на гімнастичному маті. Потягтись, розслабитись.

Використовувати елементи даної сюжетно-рольової гри корекційної спрямованості диференційовано, залежно від вікових і психофізіологічних особливостей молодших школярів.

Вправи дихальної гімнастики

«Троянда та кульбаба»

В.п. – о.с. Глибокий вдих носом («нюхає троянду»), видих – ротом, максимально випускаючи повітря («дме на кульбабу»). Темп повільний. Повторити 4-8 разів.

«Пташка»

В.п. — стійка ноги нарізно, стопи паралельно. Вдих – руки широко розвести в сторони («крила»), видих – руки опустити вниз, вимовляючи: «Х-х-а-а». Темп повільний. Повторити 8-10 разів.

«Їжачок»

В.п. – о.с. Поворот голови праворуч – вдих носом, короткий, гучний (як їжачок) з напругою м'язів всієї носоглотки та шії. Повернутися у в.п. – видих м'який, довільний, через напіввідкриті губи. Теж саме – ліворуч. Темп повільний. Повторити 6-8 разів.

«Вушка»

В.п. – о.с. Нахил голови праворуч – вдих носом, в.п. – видих довільний, з напругою м'язів всієї носоглотки. Плечі залишаються нерухомими, при нахилі голови – вухо якомога ближче до плеча. Тулуб при нахилі голови не повертається. Теж саме – ліворуч. Темп середній. Повторити 6-8 разів.

«Хвиля»

В.п. – лежачи на спині, руки вздовж тіла, ноги разом. Вдих – руки підняти вгору і назад, торкнутись мата. Видих – руки повертаються в в.п., вимовляючи: «Уни-и-и-з». Темп повільний (середній). Повторити 8-10 разів.

«Годинник»

В.п. – ноги нарізно. Вдих – махи прямими руками вперед, видих – махи назад, вимовляючи: «Тік-так». Повторити 8-10 разів.

«Носоріг»

В.п. – о.с. Праву ніздрю закрити вказівним пальцем правої руки. Лівою ніздрею робити тихий тривалий вдих. Тільки-но вдих закінчений, відкрити праву ніздрю, а ліву закрити вказівним пальцем лівої руки – через праву ніздрю робити тихий тривалий видих із максимальним спорожненням легенів і підтягуванням

діафрагми максимально вгору, щоб у животі творилася ямка. Те саме іншою ніздрею. Темп середній (повільний). Повторити 3-6 разів.

«Водолаз»

В.п. – лежачи на животі, руки перед груддю. Глибокий вдих, затримати дихання на 5-10 с., руки витягнути вперед («водолаз пливе»). Видих – в.п. Темп повільний. Повторити 2-4 рази.

«Повітряна кулька»

В.п. – лежачи на спині, руки на животі. Уявити, що замість животика – повітряна кулька. Вдих – надути кульку (темп повільний). Видих – кульку здути. Темп повільний. Повторити 5 разів.

Варіант: Те ж саме, але видих за сигналом – легкий оплеск в долоні (або по животику) (через 5 секунд).

«Хом'ячок»

В.п. – о.с. Вдих, надути щічки («хом'ячок»), затримати дихання на 5-10 с. Видих – торкнутися щічки (ляснути себе по щічках), випустивши повітря. Темп середній. Повторити 4-10 разів.

Варіант: В.п. – о.с. Вдих, надути щічки («хом'ячок»), затримати дихання на 5-10 с, пройти кілька кроків. Видих – повернутися і ляснути себе по щічках, таки чином випустивши повітря; пройти ще кілька кроків, дихаючи носом, як би винюхуючи нову їжу для наповнення щічок. Темп середній. Повторити 4-10 разів.

«Виросту великим»

В.п. – ноги нарізно. Вдих – руки вгору через сторони, піднятися навшпиньки. Видих – в.п., вимовляючи: «У-х-х-х». Темп повільний. Повторити 8-10 разів.

«Курочка»

В.п. – сидючи на стільці, руки донизу. Вдих – підняти руки до пахв, долонями вгору (зображуючи крила курочки). Видих – руки вниз, повертаючи долоні вниз (крильця опускаємо). Темп повільний. Повторити 8-10 разів.

«Підніми камінець»

В.п. – о.с. 1. Вдих – крок праворуч, руки підняти угору, кисті стиснуті у кулак. 2. Видих – нахил тулуба вперед, кулаками торкнутися до підлоги. 3. Вдих – випрямитися, плавно піднімаючи руки вздовж тулуба вгору, зафіксувати їх над головою. 4. Видих – приставити праву ногу, опустити руки вниз уздовж тулуба, долоні вниз (в.п.). Темп повільний. Повторити 6-10 разів. Вправа зміцнює м'язи спини, тазостегнових суглобів та внутрішніх органів малого тазу, координує ритм дихання.

Вправи, що сприяють посиленню дихання (за Р.Д. Бабенковою):

1. В.п. – лежачи на спині, ноги зігнуті в колінних суглобах, стопи опираються на килимок. Згинати одночасно обидві ноги, підтягуючи їх руками до грудей – видих; при поверненні у в.п. – вдих. Повторити 3 – 4 рази, темп повільний.
2. В.п. – лежачи на спині, ноги зігнуті в колінних суглобах, стопи опираються на килимок. Підняти ногу (почергово), напружуючи м'язи черевного пресу – видих; опустити ногу – вдих. Повторити 3 – 4 рази, темп повільний.
3. В.п. – лежачи на спині, ноги зігнуті в колінних суглобах, стопи опираються на килимок. Витягнути руки вгору, ноги розігнути – вдих; опустити руки вздовж тулуба, ноги зігнути в колінах – видих. Повторити 3 – 4 рази, темп повільний.

4. В.п. – о.с., руки витягнуті вперед, голова опущена. 1 – підняти голову, руки вгору-в сторони – вдих. 2-3-4 – повернутись у в.п. – видих. Повторити 4 рази, темп повільний.

5. В.п. – стійка ноги нарізно, руки перед груддю. 1-2 – поворот тулуба праворуч (ліворуч) з відведенням руки – вдих. 3-4-5 – повернення в в.п. – видих. Повторити 4 – 6 разів, темп повільний.

Вправи для пальців (за І. Цуцумі):

Вправи загальстимулюючого впливу

1. Згинання пальців.

В.п. — руки з'єднати долонями і підняти на висоту очей, вдих через ніс. На рахунок 1 — видихаючи через рот, опустити праву руку так, щоб кінчики пальців цієї руки розміщувались біля середини долоні лівої руки. Обхопити кінчики пальців правої руки пальцями лівої руки; 2 — вдихаючи через ніс, розігнути пальці лівої руки, праву долоню підняти вище лівої й обхопити пальцями правої руки кінчики пальців лівої руки. Повторити плавно рухи 15 разів при трохи прискореному диханні.

2. Прогинання пальців.

В.п. – руки з'єднати долонями, спрямованими вгору; кисті рук – на рівні грудей. На рахунок 1 — залишаючи руки на тій же висоті, швидко і з зусиллям роз'єднати долоні, залишаючи їх з'єднаними лише у кінчиків пальців та розвести пальці, направляючи їх уперед, вдих; 2—в.п., видих (15 разів).

3. Згинання та розгинання пальців.

В.п. – сидячи, руки звернені долонями до обличчя з'єднати мізинцями, видих. На рахунок 1 – вдихаючи через ніс, згинати по черзі всі пальці один за іншим, починаючи від великого пальця правої руки; 2 – видихаючи через рот, розгинати пальці в зворотному порядку, починаючи від великого пальця лівої руки (10—15 разів).

4. Вправи з горіхами (гудзиками, камінцями тощо).

В.п. – сидячи, горіх між долонями. На рахунок 1 – кругові рухи долонями, притискаючи горіх із зусиллям; 2— такі ж рухи горіхом по тильній стороні руки; 3 — одночасні кругові рухи двома горіхами під кожною долонею по будь-якій твердій поверхні (правою долонею — по годинниковій стрілці, лівою – проти годинникової стрілки). Дихання довільне. Кожну вправу виконувати по 10—15 с.

Вправи для поліпшення пам'яті

1. З'єднати великий і вказівний пальці правої руки кінчиками і з зусиллям притиснути їх один до одного, згинаючи пальці назовні. Ту ж вправу проробити для великого і середнього, великого і безіменного, великого і мізинця правої руки. Те ж саме – для пальців лівої руки. Дихання довільне (20 разів).

2. Кінчиком великого пальця правої руки сильно надавити на основу всіх інших пальців, починаючи з мізинця. Те ж проробити лівою рукою (20 разів).

Вправа для підвищення рівня обсягу уваги

Випростану з напругою кисть правої руки підвести до основи мізинця лівої руки зі злегка стиснутими в кулак пальцями. Потім, миттєво, змінити положення: стиснути пальці правої руки, сильно випрямити кисть лівої руки та доторкнутись кінчиками пальців цієї руки до основи мізинця правої руки. Дихання не затримувати (10 разів).

Вправи для підвищення зосередженості, розвитку концентрації уваги

1. Натискувати на точку, розташовану в середині лівої долоні, великим пальцем правої руки. При натисканні — вдих, з ослабленням зусилля — видих. Вправу виконувати в повільному темпі по 5 разів для кожної руки.

2. Стискати пальці в кулак із загнутих усередину великим пальцем. Роблячи спокійний видих, стиснути з зусиллям кулак, роблячи тиск на точку, розташовану в середині долоні. Припиняючи тиск, зробити вдих. Вправу виконувати по 5 разів для кожної руки.

Вправи для зняття психоемоційного напруження

1. Кругові рухи горіхами (гудзиками тощо) в долонях.

Поклавши по два горіха в долоню, пальцями кожної руки пересувати горіхи по колу. Дихання не затримувати (5 разів).

2. Подразнення горіхом (гудзиком тощо) точки в основі долоні з боку мізинця.

Помістивши горіх на зазначену точку, долонею іншої руки протягом 3 хв натискати на горіх і робити ним кругові рухи. Дихання не затримувати.

3. Масаж кінчиків мізинців.

Протягом 1 хв ретельно розминати пальцями правої руки кінчик мізинця лівої руки. Потім те ж саме — лівою рукою. Дихання не затримувати.

Вправи на розслаблення, зняття психоемоційного напруження

I. В.п. — лежачи на спині, руки витягнуті над головою, очі заплющені. Максимально витягнути руки за голову, а ноги в протилежний бік, при цьому підшви стоп мають дивитися вперед, а пальці — вгору. Виконувати з напруженням (10 с). Пауза, розслабитись (30 с).

II. «Поза візника»: сісти на край так, щоб гомілки були перпендикулярні до підлоги, а стопи стояли на ширині плечей; при цьому руки, зціплені в замок, опустити між ногами; плечі та голова повинні звисати, очі заплющені. Дихання діафрагмальне, неглибоке.

III. В.п. — о. с. 1. Кистьове згинання та розгинання. Вібрації руками (8 – 10 разів кожною рукою). 2. Стиснути в кулак кисть правої руки. Легкий струс руки. Те ж лівою рукою (6 – 8 разів кожною рукою). 3. Почергове стискання пальців в кулак і їх розтискання (асиметричне – обома руками). Вібрації та струси руками. (6 – 8 разів).

Вправи для корекції зорового сприймання та профілактики послаблення зору

Вправи, які знімають втому очей (за Г.Г. Демірчогляном, В.І. Янкуліним)

1. В.п. – сидячи. Щільно закрити очі (на 3 – 5 с), а потім відкрити їх (на 3 – 5 с). Повторити 6 – 8 разів.

2. В.п. – сидячи. Швидко кліпати очима (1 – 2 хв).

3. В.п. – о.с. Дивитись прямо перед собою (2 – 3 с). Поставити палець руки на відстані 25 – 30 см від очей, перевести погляд на кінчик пальця та дивитись на нього протягом 3 – 5 с. Опустити руку. Повторити 10 – 12 разів.
4. В.п. – сидячи. Заплющити очі, ніжно погладжувати повіки круговими рухами пальця (1 хв).
5. В.п. – сидячи. Трьома пальцями кожної руки легко натиснути на верхні повіки (1 – 2 хв). Опустити руки. Повторити 3 – 4 рази.

ОРІЄНТОВНІ КОМПЛЕКСИ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ**ЕЛЕМЕНТИ ЙОГИ**

Гімнастикою з елементами Хатха-йоги можна займатись учням, за винятком дітей, які за станом здоров'я звільнені лікарем. Вправи йогів відзначаються своєрідністю методів і високою ефективністю їхнього впливу на організм дитини. Виконання вправ веде до функціонального навантаження життєво важливих внутрішніх органів і систем, їх зміцнення та вдосконалення.

Елементи йоги включають «асани» – фізичні вправи, в яких використовуються різні статичні положення, та «пранаяму» – спеціальні дихальні вправи в певній послідовності. В основі цієї практики лежить відмова дихати неритмічно і швидко. Ритмічне дихання забезпечується трьома компонентами: правильним вдихом, довгим видихом і затримкою повітря. Ці три частини як три рівних відрізка. Виконавець не тільки зникає до їх рівноділительності, але і здатний подовжувати їх. Дихати правильно - значить, ритмічно, спокійно, збільшуючи протяжність кожної з трьох частин. Система пранаями включає наступні дихальні вправи: підготовче дихання, повне дихання та його складові частини (черевне (діафрагмальне), реберне та ключичне), поперемінне (альтернативне) дихання, очисні вправи та вправи, які тренують діафрагму і м'язи живота. Оптимальне вихідне положення для оволодіння переліченими типами дихання – сидячи на стільці або лежачи на спині на твердій поверхні, голова, шия і спина знаходяться на одній лінії. Дихання виконується через ніс, кожну дихальну вправу починають з енергійного видиху.

При виконанні вправ необхідно дотримуватися таких вимог:

- ✓ не займатися в не провітреному, або сирому приміщенні;
- ✓ температура повітря повинна бути на рівні 18-20° С;
- ✓ одяг не повинен обмежувати рухів;
- ✓ не займатися відразу після прийому їжі;
- ✓ не займатися після фізичного навантаження;
- ✓ займатися вправами під лікарсько-педагогічним контролем.

У випадку гіпервентиляції легенів (у школяра збільшена частота дихання, задишка, блідість, запаморочення, занепокоєння) – припинити виконання вправи, скласти руки, як при вмиванні, занурити в них личко дитини, учень (учениця) робить глибокий вдих і видих; повторити 2-3 рази.

Підготовче дихання

В.п. – ноги нарізно.

Вдих – підняти руки через сторони вгору до горизонтального положення, поволі прогнутися назад. Зімкнути руки за потилицею, випнути груди, відхилити голову трохи назад. Цю позу набути без будь-якого напруження м'язів. Видих – енергійно, щоб якомога більше звільнити легені від повітря. Вдих – повільно, глибоко. Спочатку можна робити довільно, а потім по рахунку. Вдих виконується протягом 6-7 с (поступово, починаючи з 2 с), заповнюючи нижні, а потім і верхні відділи легень. Видих – у такій же послідовності, виконується протягом 6-7 с (поступово, починаючи з 2 с). Темп повільний (2-5 хв).

Ритмічне дихання

В.п. – сидячи.

Випростатись, розслабити м'язи. Енергійно видихнути. Вдих – глибокий, відраховуючи приблизно 6 пульсових одиниць (спочатку 2 с (рахунком), поступово збільшуючи час до 6-7 с; потім, відраховуючи пульсові одиниці). Видих – так само, відраховуючи приблизно 6 пульсових одиниць. Дихання стає пульсуюче, але безперервне, з невеликими хвилеподібними затиханнями між окремими ударами пульсу. Кожен вдих виконувати протягом стількох пульсових одиниць (ударів серця), як і видих. Будь-яке зменшення чи збільшення цих одиниць, як і затримку повітря, про яку йтиметься пізніше, здійснювати поступово і тільки після оволодіння підготовчим диханням. Ритмічне дихання засвоюють добре тоді, коли учень відчуває удари серця. З цією метою можна змінити в.п. – стоячи (або лежачи). Спочатку, щоб почути пульсацію, покласти руку на серце або палець правої руки на зап'ясток лівої, як при вимірюванні пульсу. Вправи з ритмічного дихання виконувати кілька тижнів, збільшуючи його тривалість до 14 пульсових одиниць, після чого можна приступати до виконання так званого повного дихання йогів.

Діафрагмальне дихання (нижнє дихання)

В.п. – напівлежачи (або лежачи, або стоячи).

Розслабитись. На 4 рахунки зробити видих (енергійний), на 4 – вдих. Дихати тільки животом, повільно, без найменшого напруження. Голосові щілини ледве стиснути, утворюючи рівний звук «х-х-х». Завдання — максимальне розслаблення.

Кількість діафрагмальних подихів у добу потрібно збільшувати дуже повільно, по 6-7 подихів у тиждень (при щоденних регулярних заняттях).

Терапевтичний ефект. Допомога роботі серця, забезпечуючи прилив венозної крові. Це сприяє зниженню високого артеріального тиску, стимулює травлення, регулює діяльність органів черевної порожнини.

Реберне дихання (середнє дихання)

В.п. – ноги нарізно (або лежачи чи сидячи).

Енергійний видих. Повільний вдих через ніс, розширюючи ребра в сторони (і трохи назад). Під час видиху ребра стискаються, повітря витісняється через ніс. При цьому живіт і ключиці залишаються майже нерухомими.

Терапевтичний ефект. Розвантаження серцево-судинної системи; покращення кровообігу печінки, жовчного міхура, селезінки, шлунку, нирок.

Ключичне дихання (верхнє дихання)

В.п. – ноги нарізно (або лежачи чи сидячи).

Енергійний видих. Вдих повільний, піднімаючи ключиці та плечі. Повітря проходить через ніс і наповнює тільки верхівки легенів. Під час видиху плечі поволі опускають і, таким чином, повітря витісняють з легенів через ніс. При цьому живіт і середня частина грудної клітки залишаються нерухомі.

Терапевтичний ефект. Поліпшення функції прикореневих лімфатичних вузлів у легенях. Покращення вентиляції верхівок легенів.

Повне дихання

В.п. – о. с. (або лежачи чи сидячи).

1. Розслабитись (якщо у в.п. сидячи – добре розправити грудну клітку, якщо – в.п. лежачи, лягти на тверду поверхню). Енергійний видих, втягуючи стінку черева всередину. Вдих – на 5 рахунків — втягуючи повітря через ніс, зробити повільний вдих: розширити нижню частину грудної клітки в сторони та вперед; розширити середню та верхню частини грудної клітки вперед – назад – в сторони; втягнути всередину нижню частину живота та підняти плечі, що сприяє наповненню повітрям самих верхніх частин легень. Вдих має відбуватись одним рухом, яким піднімається в наведеній послідовності всі частини грудей, від діафрагми, що опускається, до самих верхніх ребер і ключиць. Рух має бути плавним, тривалістю в 2 с.

2. Затримати дихання на 2-3 с.

3. Видих – на 5 рахунків, ритмічно, повільно, поступово – втягнути усередину живіт, стиснути нижні ребра, опустити плечі.

Перший день потрібно вправлятись у повному диханні протягом 1 хвилини, наступні п'ять днів – додавати по 1 хв кожного дня. Тільки після цього – приступити до вправ із затримкою дихання («Затримати дихання на 2-3 с»). Повне дихання може бути виконане в будь-якому статичному положенні та у русі. Щоб опанувати повне дихання правильно, потрібно виконувати його поступово, без перевантажень.

Терапевтичний ефект. Тренування серцево-судинної та дихальної систем. Дозволяє накопичити велику кількість енергії в організмі, збільшує корисний об'єм легенів. Поліпшення опірності організму. Позитивний вплив при підвищеному артеріальному тиску та серцевих захворюваннях. Заспокоює нервову систему та сприяє розвитку волі і рішучості. Стимуляція функції залоз внутрішньої секреції.

Ха-дихання стоячи

В.п. – стійка ноги нарізно, стопи паралельно.

1. Вдих, як при повному диханні, під час вдиху повільно підняти руки над головою.

2. Затримати дихання (2 – 10с).

3. Зненацька нахилившись вперед, кинути руки вниз і зробити різкий видих повітря, не голосом (видих через рот зі звуком «Ххаа»).

4. З повільним вдихом підняти руки над головою, випростатись.

5. З повільним видихом через ніс опустити руки вниз.

Повторити 4 рази.

Терапевтичний ефект. Поліпшення циркуляції крові. Поліпшення нервовопсихічного стану організму; сприяння зняттю стресу, корекція психоемоційного стану.

Ха-дихання лежачи

В.п. – лежачи, руки вздовж тулуба.

1. Зробити вдих, як при повному диханні, одночасно піднімаючи руки та опускаючи їх на підлогу за головою. Затримати дихання (2-3 с).

2. Швидко підняти ноги і, згинаючи їх в колінах, охопити руками, притискаючи стегна до живота. Одночасно зробити видих через рот зі звуком «Ххаа».

3. Повільний вдих, піднімаючи руки над головою. Одночасно випростати ноги і повільно опустити їх на підлогу.

4. Пауза кілька секунд (затримка дихання на 2-3 с).

5. Повільний видих через ніс, одночасно опускаючи руки з боків.

6. Розслаблення.

Повторити 4 рази.

Терапевтичний ефект. Поліпшення циркуляції крові. Поліпшення нервовопсихічного стану організму; сприяння зняттю стресу, корекція психоемоційного стану. Очищення шлунково-кишкового тракту. Зміцнення хребта. Зміцнення м'язів живота і спини.

ОРІЄНТОВНІ КОМПЛЕКСИ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ**МУДРИ**

«Мудрою» називається строго визначене каноном положення рук. Мудра – поза, що здійснює вплив на залози внутрішньої секреції. Давньоіндійські лікарі, застосовуючи ту чи іншу комбінацію пальців, замикали енергетичні канали рук, викликаючи цим необхідний лікувальний ефект.

Мудри можна виконувати в будь-якому положенні, обличчям на схід. Дихання повільне, вдих і видих – рівномірні, спокійні. Мудри виконуються обома руками спокійно, без перенапруження м'язів у 1 – 4 прийоми (для отримання бажаного ефекту – загальна тривалість 30 хв, починаючи з 10 хв). З великої кількості мудр нами підібрані ті, виконання яких не складне та забезпечує потрібний терапевтичний ефект.

Мудра «Знання»

Терапевтичний ефект: знімає емоційну напруженість, тривогу, занепокоєння, депресію; поліпшує мислення, активізує пам'ять; концентрує потенційні психічні можливості.

Методика виконання: вказівний палець легко з'єднати з подушечкою великого пальця. Три пальці, що залишилися – випрямити, не напружуючи (див. Рис. 1). Коли пальці спрямовані вгору, до неба, таке положення пальців називається мудра «Джняна» (жест споглядання). Якщо пальці спрямовані вниз до землі – мудра «Чин» (гармонії).

Мудра «Хакіні»

Терапевтичний ефект: поліпшує пам'ять, сприяє концентрації уваги.

Методика виконання: з'єднати кінчики пальців обох рук: великі та мізинці утворюють кільце, всі інші – «гребінець» (див. Рис. 2). Можна виконувати як завгодно довго.

Мудра «Життя»

Показання: стан швидкої стомлюваності, порушення зору (поліпшує гостроту зору, лікує деякі хвороби очей). Виконання цієї мудри вирівнює енергетичний потенціал всього організму, сприяє збільшенню його життєвих сил; підвищує працездатність, дає бадьорість і витривалість, поліпшує загальне самопочуття.

Методика виконання: подушечки безіменного, мізинця і великого пальців з'єднати разом, а решту – вільно випрямити (див. Рис. 3).

Мудра «Вікно мудрості»

Показання: порушення мозкового кровообігу, склероз судин головного мозку. Відкриває життєво важливі для життя центри, що сприяють розвитку мислення, активізації пізнавальної діяльності.

Методика виконання: безіменний палець правої руки притиснути першою фалангою великого пальця цієї ж руки. Аналогічно скласти пальці лівої руки. Пальці, що залишилися, вільно розставити (див. Рис. 4).

Мудра «Зуб Дракона»

Показання: при сплутаній свідомості, порушенні координації рухів, при стресах і емоційній нестійкості. Виконуючи мудру «Зуб Дракона», людина підвищує рівень своєї духовності та свідомості.

Методика виконання: великі пальці обох рук притиснути до внутрішньої поверхні долоні. Третій, четвертий і п'ятий пальці зігнути та притиснути до долоні. Вказівні пальці обох рук випрямити та спрямувати вгору (див. Рис. 5).

Мудра «Шапка Шак'я-Муні»

Показання: депресія, судинна патологія головного мозку.

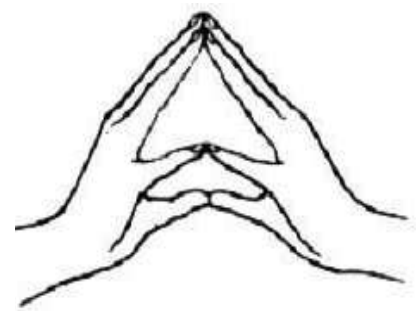
Методика виконання: мізинець, серцевий і вказівний пальці правої руки в зігнутому положенні з'єднати з аналогічними пальцями лівої руки. Середні пальці обох рук з'єднати та випрямити. Великі пальці зімкнути разом бічними поверхнями (див. Рис. 6).



ис. 1. Мудра «Знання»
(«Джняна»)



ис. 1. Мудра «Знання»
(«Чин»)



ис. 2. Мудра «Хакіні»



ис. 3. Мудра «Життя»



ис. 4. Мудра «Вікно
мудрості»



ис. 5. Мудра «Зуб Дракона»



ис. 6. Мудра «Шапка Шак'я-Муни»

ОРІЄНТОВНІ ТРЕНУВАЛЬНІ ПРИСТРОЇ**Хитально-обертальний пристрій** [Bishow R., 1980]

Пристрій (Рис. 1) має округлої форми плиту **1** та основу **2**, зроблені з пластика, діаметром відповідно 600 та 400 мм. До верхньої поверхні плити **1** прикріплена пара ручок **3**, а до центру нижньої поверхні – вісь **4** та ексцентрично розташовані на відстані один від одного ролики **5**. Кожен ролик знаходиться в контакті з гладкою поверхнею основи **2**. В нижній частині основи **2** закріплена ступиця **6**, в яку входить вісь **4**.

Учень (учениця) сідає на верхній поверхні плити **1** та тримається за ручки **3**. Потім він починає розхитуватись, обертаючи плиту **1** по відношенню до основи **2**. Поєднання хитальних та обертальних рухів створює передумови для великої швидкості колового руху. При цьому перевертання неможливе, тому що ступиця **6** і основа **2** кінцями весь час знаходяться в контакті з опорною поверхнею. Пристрій застосовується для розвитку координаційних здібностей.

Доріжка для тренування гомілковостопного суглобу та розвитку координаційних здібностей [Н.А. Романюк, В.Л. Марищук, 1977]

Пристрій складається з набору послідовно встановлених брусків **1**, кожен з яких (Рис. 2, а) має похилі робочі грані **2**, шарнірно-з'єднані при вершині **3**. На торцях грані закріплені фіксуючі штирі **4**, вставлені кінцями в отвори опор **5**. Поверхні грані має бути вкрита матеріалом з великим коефіцієнтом тертя.

Учень (учениця) стає обома ногами на грані **6** та **7** першого бруска (Рис. 2, б) та повільно пересувається ними до краю бруска, не наступаючи на його ребро. Потім школяр стрибком (тільки після формування навички, до того – з допомогою переступає) на грані **8** та **9** паралельних брусків, нахилені в протилежний від грані попереднього бруска бік, що сприяє зміні напряму бокових навантажень на м'язи кожного гомілковостопного суглобу. Об'єм навантаження регулюють зміною положення грані відносно одна одної. Бажано, щоб кут між гранями першого бруска був в межах 80 – 120°, а кут між гранями наступних брусків, що мають одну робочу грань (**8** чи **9**), був 40 – 60°.

За допомогою даного тренувального пристрою можна розвинути та зміцнити специфічні м'язи гомілковостопних суглобів, сприяти розвитку координаційних здібностей учня.

Пристрій для тренування склепіння стопи [Martinez R., 1984]

Пристрій (Рис. 3) складається з корпусу **1**, повзунка **2**, направляючого штока **3** та пружини **4**. Корпус **1** підтримує п'яту, а повзунок **2** – пальці. Повзунок має поперечне ребро **5** заокругленої форми. Направляючий шток **3** одним кінцем кріпиться в отвір **6** корпусу **1**, а іншим через виріз повзунка **2** з'єднується з фланцем **7**.

При згинанні стопи повзунок прямолінійно пересувається по вирізу корпусу **1**, направляючий шток **3** стискає пружини **4**, що створює опір згинанню стопи, сприяючи розвитку її гнучкості та сили. Повзунок повертається в в.п. завдяки пружині **4** при ослабленні м'язових зусиль.

Пристрій призначений для профілактики та корекції початкових форм плоскостопості.

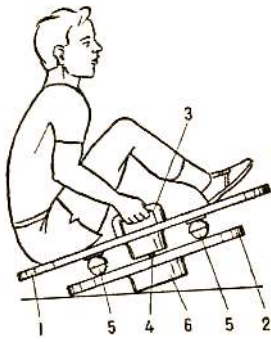


Рис. 1. Хитально-обертальний пристрій

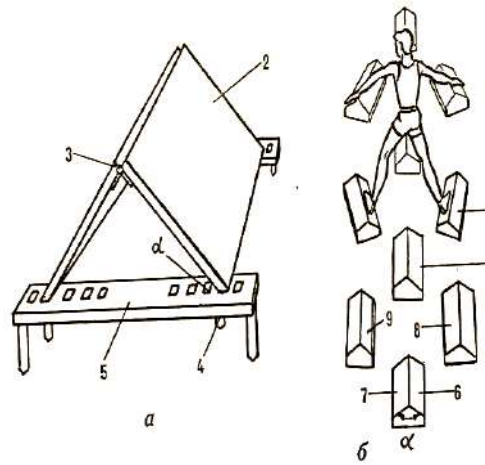


Рис. 2. Доріжка для тренування гомілковостопного суглобу та розвитку координаційних здібностей

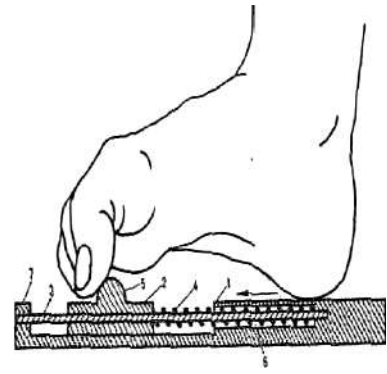


Рис. 3. Пристрій для тренування склепіння стопи

ОРІЄНТОВНІ РУХЛИВІ ІГРИ**Волейбол із повітряними кульками**

Інтенсивність: висока.

Корекційна спрямованість: розвиток спритності, швидкості, уваги, вдосконалення навичок стрибків і бігу, виховання комунікаційних навичок.

Зміст. На середині майданчика потрібно натягнути мотузку.

Використовують дві повітряні кульки. У кожному з них наливають по кілька крапель води (це робить їх дещо важчими і завдяки цьому їх політ стає більш потішним). По обидва боки від мотузки розташовуються команди (по 3 – 5 учнів). За сигналом учителя (свисток) гравці відбивають кульку як у волейболі, намагаючись перегнати її на бік суперника, не даючи впасти на підлогу. Перемагає команда, яка отримала меншу кількість штрафних балів.

Правила: 1. Розпочинати й завершувати гру за сигналом учителя. 2. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Варіант гри: Всі учні групуються в одну команду. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі, а окремо відзначається один (кілька) учнів, які найкраще виконували завдання.

Гопак

Інтенсивність: низька.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, спритності, сили; здатності до аналізу своїх дій і дій інших учнів, узгодження своїх дій з партнером; мовленнєвий розвиток (вдосконалення навички рахунку вголос); виховання комунікаційних навичок.

Зміст. Учні розподіляють на дві команди. Кожна команда утворює коло, гравці кладуть руки на плечі товаришів по команді. За сигналом учителя команди присідають і голосно рахують до десяти. Команда, яка швидше присяде 10 разів, стає переможцем гри.

Правила. 1. В одну команду відбирають учнів з подібними психофізичними можливостями. 2. Під час присідань не можна розривати руки. Якщо розрив трапився, команда починає присідати спочатку. 3. Вчитель допомагає рахувати. 4. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Варіанти гри: 1. Всі учні групуються в одну команду. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі, а окремо відзначається один чи кілька учнів, які найкраще виконували рухи. 2. Кількість присідань може бути зменшена до п'яти (якщо діти погано засвоїли рахунок до 10). 3. Ігровим завданням може бути не присідання, а інша справа, виконана дітьми синхронно (похитування в сторони, рухи руками тощо).

Естафета з обручем (1)

Інтенсивність: середня, висока.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, спритності, швидкості; вдосконалення навички бігу; виховання комунікаційних навичок.

Зміст. Гравці розподіляються на дві команди: шикуються в дві колони по одному. Перші гравці стоять на лінії старту. За сигналом учителя перші гравці надягають на себе обручі, біжать до точки повороту та назад. Перемагає команда, гравці якої першими досягли лінії фінішу.

Правила: 1. Розпочинати гру за сигналом учителя (світловим чи звуковим). 2. Світлосигналізація знаходиться в центрі залу. 3. Гравці, що втратили обруч, штрафуються але продовжують грати. 4. Заохочуються всі учні, які взяли участь у грі.

Варіанти гри. 1. Всі учні групуються в одну команду. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі, а окремо відзначається один чи кілька учнів, які найкраще виконували рухи.

Естафета зі стрибками

Інтенсивність: середня.

Корекційна спрямованість: розвиток спритності, швидкості, сили; вдосконалення навички стрибків; виховання комунікаційних навичок.

Зміст. Гравці розділяються на дві команди (по 2 – 4 учня), які шикуються в дві колони. На рівній відстані від обох команд кладеться два предмети (м'ячі тощо). Перший гравець кожної команди повинен дострибати на одній нозі до предмета, взяти його, повернутись назад (стрибаючи на другій нозі), та передати предмет наступному гравцю. Перемагає команда, гравці якої першими виконали завдання.

Правила: 1. Розпочинати й завершувати естафету за сигналом учителя (світловим чи звуковим). 2. Світлосигналізація має знаходитись в центрі залу. 3. При кількості гравців більше 8, краще збільшити кількість команд. 4. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Варіанти гри: Можна змінити спосіб пересування: до предмета стрибати, назад – бігти (стрибати на двох ногах в обох напрямках тощо).

Естафета зі стрічками

Інтенсивність: висока.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, спритності, швидкості; вдосконалення навички бігу; виховання комунікаційних навичок.

Зміст. Гравці розділяються на команди (до 5 дітей в кожній). Команди шикуються в колони по одному або в шеренги. На протилежному боці залу (майданчика) на шнурі, натягнутому впоперек, зафіксовані стрічки (невеликі іграшки) в кількості, що дорівнює кількості гравців. За сигналом учителя гравець (як і перший гравець іншої команди) біжить до шнура, зриває одну стрічку (знімає одну іграшку) та бігом повертається назад, передає естафету наступному гравцю. Естафету завершують, коли останній учень стане у стрій. Перемагає команда, гравці якої першими зняли всі стрічки.

Правила. 1. Розпочинати й завершувати естафету за сигналом учителя (світловим чи звуковим). 2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі залу. 3. Не заступати стартову лінію. 4. Передача естафети – дотик до наступного гравця. 5. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Варіанти гри: 1. При невеликій кількості дітей (менше 4-х) всі учні групуються в одну команду. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі, а окремо відзначається один чи кілька учнів, які найліпше виконали рухи. 2. Можна використати кольорову світлосигналізацію – «дозволяючий» рух світловий сигнал – зелений, «забороняючий» – червоний.

Естафета на гімнастичній лаві

Інтенсивність: середня.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, спритності; виховання впевненості в собі, комунікаційних навичок.

Зміст. Учні шикуються в дві колони по одному з однаковою кількістю гравців. Попереду кожної колони ставиться гімнастична лавка, краєм притиснута до стіни. За сигналом учителя гравці йдуть по лаві, доходять до стіни і, доторкнувшись до неї рукою, повертаються назад. Перемагає команда, всі гравці якої першими виконали завдання.

Правила: 1. Розпочинати й завершувати естафету за сигналом учителя (світловим чи звуковим). 2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі залу. 3. Передача естафети – дотик до наступного гравця. Другий гравець починає рух вперед тільки тоді, коли попередній доторкнувся до нього рукою. 4. Той, хто виконав завдання, стає в кінець колони. 5. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Варіанти гри: 1. Біля кінців гімнастичних лав можуть знаходитись ємності з однаковими за розміром і вагою предметами (м'ячами, кеглями, іграшками тощо), один з яких має дістати та пронести гравець. 2. На стіні, біля кінців гімнастичних лав – прикріплені ватмани та воскові олівці (маркери). Гравець має пройти по лаві до стіни та намалювати щось просте, наприклад, сонечко (коло, написати задану літеру тощо).

Естафета парами

Інтенсивність: середня.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, спритності, швидкості; виховання комунікаційних навичок; вдосконалення навички бігу парами.

Зміст. Гравці розподіляються на дві команди з парною кількістю гравців і шикуються в дві колони. Перед колонами ставлять у ряд 6 – 8 кеглів на відстані 1 – 1,5 м. За сигналом учителя пари, які стоять першими, тримаючись за руки, біжать між кеглями (не збиваючи їх) і повертаються. Відтак біжить наступна пара. Перемагає та команда, гравці якої швидше виконали завдання.

Правила: 1. Розпочинати та завершувати естафету за сигналом учителя (світловим чи звуковим). 2. Світлосигналізація має знаходитись в центрі залу. 3. Під час бігу гравці у парі повинні триматися за руки. 4. Гравець, який збив кеглю, повинен сам її поставити, і тільки тоді пара продовжує бігти. 5. Наступна пара починає вибігати лише після передачі естафети (дотиком руки) попередньою парою. 6. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Варіанти гри: 1. Всі учні групуються в одну команду. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі, а окремо відзначається один чи кілька учнів, які

найліпше виконали завдання. 2. Кеглі (інші предмети чи прилади) можуть бути виставлені по прямій, зигзагом, з різними поворотами.

Заборонений рух

Інтенсивність: низька.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, кмітливості, швидкості реакції, спритності.

Зміст. Учні стають півколом (або в шеренгу), на відстані витягнутої руки один від одного. Ведучий показує, який рух вважається забороненим. Гравці повинні повторювати за ведучим всі рухи, крім забороненого. Перемагають найбільш уважні учні.

Правила: 1. Учні повинні послідовно виконувати всі задані вчителем рухи, крім забороненого. 2. Учні, які помилилися – штрафуються, але продовжують грати. 3. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Зав'язи вузлики

Інтенсивність: низька.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, спритності, дрібної моторики рук, рефлексії емоційних станів.

Зміст. На перекладину розвішують групи мотузків (за кількістю гравців): по п'ять коротких мотузків (стрічок, хустинок тощо). Кожен гравець повинен якнайшвидше зав'язати вузли на всіх мотузках. Перемагає найспритніший.

Правила. 1. Гра починається за сигналом учителя (світловим чи звуковим). 2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі залу. 3. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Варіанти гри. 1. Якщо в грі приймає участь більше п'яти учнів, бажано розподілити їх на три команди. 2. Перший гравець має зав'язати вузлики на всіх мотузках, наступний – їх розв'язати.

Заповзяті цапки

Інтенсивність: середня.

Корекційна спрямованість: розвиток рівноваги, витривалості; виховання комунікаційних навичок.

Зміст. Окреслюють ігрове поле. Гравці стають навпочіпки, випростовують руки та намагаються, тиснучи долонями на долоні іншого гравця, порушити його рівновагу та вивести за межі поля. Перемагає гравець, що залишився без штрафних очок.

Правила: 1. Розпочинати та завершувати гру за сигналом учителя (світловим чи звуковим). 2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі залу. 3. Гра проводиться на матах. 4. Учні, що впали або вийшли за межі гімнастичного мата, штрафуються але продовжують грати. 5. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

За сигналом

Інтенсивність: низька.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, спритності; виховання спостережливості; вдосконалення навички ходьби; виховання комунікаційних навичок.

Зміст. Ведучий (учитель) показує, який сигнал буде використано та пояснює, якою має бути реакція на нього. Учні йдуть в обхід зали (майданчика) в колоні по одному. Темп повільний. За сигналом учителя діти завмирають, а при відсутності сигналу – продовжують рух.

Правила.

1. Гра починається за сигналом учителя (світловим чи звуковим). 2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі залу. 3. Учні повинні точно реагувати на сигнал учителя. 4. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Варіант гри. Використання двох світлових сигналів: «дозволяючого» рух – зеленого та «забороняючого» рух – червоного. Можна використовувати картки (плакати тощо) відповідного кольору.

Захист фортеці

Інтенсивність: середня.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, спритності; вдосконалення навички метання; виховання комунікаційних навичок.

Зміст. Учні стають у коло. В центрі кола – «фортеця» (предмет або прилад, наприклад, козел). Біля «фортеці» знаходиться «захисник». Гравці намагаються влучити, а «захисник» – відбити м'ячі від «фортеці». Той, що зміг влучити в «фортецю» стає її «захисником».

Правила. 1. Гра починається за сигналом учителя (світловим чи звуковим). 2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі залу. 3. У грі задіяний один м'яч. 4. Підходити до «фортеці» можна не ближче, ніж на 2 м. 5. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Збери іграшки

Інтенсивність: низька.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, гнучкості, дрібної моторики; вдосконалення навички бігу; виховання наполегливості.

Зміст. Ведучий (учитель) розкладає на килимку (гімнастичному маті) невеликі іграшки. Гравці роззуваються. За сигналом (свисток) вони пальцями ніг підбирають іграшку, передають її у свою руку і переносять (бігом) її на задалегідь визначене місце за краєм гімнастичного мата. Переможцем стає той, хто виніс найбільше іграшок.

Правила. 1. Гра починається за сигналом учителя (світловим чи звуковим). 2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі залу. 3. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Варіант гри. Після передачі предмету, підбраного пальцями ніг і переданого в свою руку, гравець має перенести його за межі гімнастичного мата стрибками (стрибками на одній нозі тощо).

Злови комара

Інтенсивність: середня.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, кмітливості, спритності; вдосконалення навички стрибків.

Зміст. Гравці стоять у колі обличчям до центру. У центрі кола – ведучий, у нього на вудочці прив'язаний малий м'ячик – “комар”. Учні повинні зловити “комара”, що висить вище від їх голів. Переможе той гравець, який доторкнеться до “комара”. Гру продовжують допоки “комара” не “зловлять” кілька гравців.

Правила. 1. Гра починається за сигналом учителя (світловим чи звуковим). 2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі залу. 3. Ловити “комара” тільки обома руками, підстрибуючи на обох ногах на місці. 4. Коло повинне бути рівним і не звужуватися. 5. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Змійка (живий ланцюг)

Інтенсивність: середня.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, спритності, гнучкості, сили; вдосконалення навички ходьби, бігу тощо; виховання комунікаційних навичок.

Зміст: Гравці стають у колону, поклавши руки на плечі учня, який стоїть попереду. Ведучий починає бігати, крутитись, стрибати в різні боки, намагаючись всіх заплутати та розірвати ланцюг. Якщо це вдається, ведучим стає гравець, від якого відірвався «хвіст».

Правила: 1. Гра починається за сигналом учителя (світловим чи звуковим). 2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі залу. 3. Під час гри не можна знімати рук з плечей (за домовленістю – з талії) гравця, який стоїть попереду. 4. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Іграшковий магазин

Інтенсивність: низька.

Корекційна спрямованість: розвиток спритності, гнучкості, уваги, фантазії, здатності до самовираження, рефлексії емоційних станів; виховання комунікаційних навичок.

Зміст. Ведучий «перетворює» дітей в різні іграшки: ляльку, ведмедика, машинку, м'ячик тощо (з використанням мультимедійних засобів). Гравці імітують зображені іграшки, а потім відгадують, яку іграшку зобразила кожна дитина.

Правила. 1. Гра починається за сигналом учителя (світловим чи звуковим). 2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі залу. 3. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Варіант гри. Коли діти вже знайомі з грою – одного гравця «перетворити» є (сама) іграшку та грається нею (грається з учнем, який імітує цю іграшку), потім іншою (наприклад, заплітає ляльку, котить м'яч, гладить ведмедика тощо).

Кола

Інтенсивність: низька.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, спритності; вдосконалення навички метання.

Зміст. На майданчику малюються три кола на відстані 0,5 м одне від одного. Гравці по чергово кидають по три камінці (монети тощо), намагаючись вцілити в окреслені кола. Перемагає найбільш влучний.

Правила. 1. Гра починається за сигналом учителя (світловим чи звуковим). 2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі майданчика. 3. Не заступати за лінію. 4. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Котики

Інтенсивність: середня.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, гнучкості, спритності; корекції психоемоційного стану та психофізичного напруження; виховання комунікаційних навичок.

Зміст. Ведучий (учитель) розкладає на обручі на килимках (гімнастичних матах). Гравці-котики присідають кожен у своєму будиночку (обручі). За сигналом вони потягуються, гріються в теплі свого будиночка, граються, гризуть моркву тощо. За сигналом вони засинають. За сигналом – просинаються.

Правила. 1. Гра починається за сигналом учителя (світловим чи звуковим). 2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі залу. 3. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Варіант гри. Після сну котики можуть піти на прогулянку, а потім повернутись додому. Краще проводити гру з використанням мультимедійних засобів.

Красива ходьба

Інтенсивність: низька.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, спритності, сили; формування м'язового корсету та корекція постави.

Зміст. Гравці шикуються в шеренгу на лінії старту. Кожен з учнів має пройти з мішечком з піском (іншим предметом) на голові, не притримуючи його руками, до лінії фінішу. Перемагає найбільш спритний.

Правила. 1. Гра починається за сигналом учителя (світловим чи звуковим). 2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі залу. 3. Не можна притримувати предмет руками. 4. Ті гравці, що не втримали предмет на голові, штрафуються та продовжують грати. 5. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Варіанти гри. 1. Гравець повинен дійти до фінішу та повернутись назад з предметом на голові. 2. На фініші гравець повинен присісти з предметом на голові, встати, а потім повернутись назад. 3. Гравці шикуються в коло. Кожен учень отримує мішечок з піском (інший предмет). Потрібно присісти п'ять (десять) разів з предметом на голові.

Кулька

Інтенсивність: середня.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, спритності, гнучкості; вдосконалення навички кидання; виховання комунікаційних навичок.

Зміст. Гравці рівномірно розташовуються на майданчику. Використовують одну повітряну кульку. Вони перекидають кульку один одному, не рухаючись з місця. Перемагають три гравці, які не були оштрафовані.

Правила. 1. Гра починається за сигналом учителя (світловим чи звуковим). 2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі майданчика. 3. Ті гравці, хто зрушив з місця, відірвав ступні від підлоги, промахнувся (кулька впала на підлогу): штрафуються, але продовжують грати. 4. Заохочуються всі учні, котрі взяли участь у грі.

Кущик плаче

Інтенсивність: низька.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, гнучкості, спритності; здатності до самовираження, рефлексії емоційних станів, здатності любити оточуючих; виховання комунікаційних навичок.

Зміст. Гравці стають у коло. Один із гравців у центрі кола зображає кущик, якому боляче (у нього зламано кілька гілочок). Діти по черзі жаліють, втішають його. «Кущик» відчуває тепло, увагу, любов дітей і показує це.

Правила. 1. Гра починається за сигналом учителя (світловим чи звуковим). 2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі залу. 3. Проводити гру на матах (килимках). 4. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Лист на долоні

Інтенсивність: низька.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, спритності, дрібної моторики; виховання комунікаційних навичок.

Зміст. Учні шикуються в колону по одному, кожен заводить за спину долоню правої руки. Останній гравець отримує картку з зображенням простої геометричної фігури (трикутника, кола тощо) та креслить фігуру пальцем на долоні передостаннього гравця, той у свою чергу – на долоні попереднього. Так триває доти, поки знак, який малюють, не дійде до першого гравця. Перший малює фігуру (крейдою на підлозі чи олівцем на папері – за вказівкою вчителя). Оцінюється правильність намальованої фігури.

Правила. 1. З кожною грою фігури змінюються. 2. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Варіант гри. Можна поділити гравців на кілька колон.

Мавпи

Інтенсивність: середня.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, спритності, гнучкості; здатності до довільного контролю за власними діями; вдосконалення навички ходьби, бігу, стрибків; виховання комунікаційних навичок.

Зміст. Учні шикуються в колону. Направляючий (учитель) під час руху змінює напрямок й одночасно виконує вправи, зокрема ті, що імітують рухи тварин та птахів. Гравці повинні точно повторювати всі його дії (подолання перешкод, стрибки, ходьба різними способами, виконання рухів руками тощо).

Правила. 1. Учні повинні послідовно виконувати всі показані ведучим рухи. 2. Учні, які помилилися, штрафуються, але продовжують грати. 3. Заохочуються всі учні, котрі взяли участь у грі.

Мисливці та лисиці

Інтенсивність: висока.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, спритності, витривалості; вдосконалення навичок бігу, метання на дальність і в ціль; виховання комунікаційних навичок.

Зміст. Гра проводиться на майданчику. Один із гравців – “мисливець”, усі інші гравці – “лисиці”. “Мисливець” стає на середину майданчика і тричі підкидає м’яч угору. В цей час “лисиці” розбігаються якнайдалі від “мисливця”, але не перебігають кордонів майданчика. Спіймавши м’яч втретє, “мисливець”, не рухаючись з місця, намагається влучити м’ячем в одну з “лисиць”. Якщо він промахнувся, то піднімає м’яч і знову кидає його у “лисиць”. Гравець, в якого влучив “мисливець”, стає його помічником. “Лисиці” мають право самі ловити м’яч, піднімати його з підлоги та перекидати так, щоби м’яч не потрапив у руки “мисливця” чи його помічників. Ті, у свою чергу, намагаються перехопити м’яч і влучити ним у “лисиць”. Гра закінчується тоді, коли залишається одна “лисиця”. Це – переможець.

Правила. 1. «Мисливець» та його помічники кидають м’яч у “лисицю” не сходячи з місця. 2. Гравці повинні цілити тільки в тулуб, руки чи ноги. 2. «Лисиця», у яку влучив м’яч, може відразу ж відігратися, якщо встигне влучити м’ячем у “мисливця” або в його помічників. 3. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Місток

Інтенсивність: низька.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, координаційних навичок, гнучкості; узгодженості та чіткості виконання рухових дій, здатності до оцінки просторових і динамічних рухових параметрів; рефлексії емоційних станів; виховання комунікаційних навичок.

Зміст. Гравці розподіляються на дві команди (2 – 10 дітей). “Місток” – обмежена смуга шириною 0,5 м та довжиною 3 – 5 м. Команди стають по обидва боки “містка”. Завдання в тому, щоби команди перейшли по “містку” на протилежний бік, рухаючись одна назустріч одній по різним сторонам “містка”. Яка команда перейде швидше?

Правила. 1. Гра починається за сигналом учителя (світловим чи звуковим). 2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі залу. 3. Гра проводиться на матах. 4. Під час гри не треба заважати іншим (наприклад, штовхатись). 5. Учні, які не втримались на “містку” – штрафуються, але продовжують грати. 6. Гравці однієї

команди підтримують, допомагають один одному. 7. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Варіант гри. «Містком» може бути гімнастична лава.

М'яч котиться

Інтенсивність: висока.

Корекційна спрямованість: розвиток спритності, швидкості; вдосконалення навичок бігу, метання тощо; виховання комунікаційних навичок.

Зміст. Вибирають двох ведучих. Гравці стають у коло та опускаються на одне коліно. У них один волейбольний м'яч. Двоє гравців (ведучі) стають у центр кола та повертаються обличчям до м'яча. За сигналом учителя гравці починають перекичувати м'яч по підлозі, намагаючись зачепити ним ноги ведучих. Ведучі бігають, підстрибують у колі, рятуючись від м'яча. Якщо хтось з гравців влучить в ноги ведучих м'ячем, він стає на його місце, а колишній ведучий стає в коло. Виграє той, хто жодного разу не був ведучим.

Правила: 1. Гра починається за сигналом учителя (світловим чи звуковим). 2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі залу (майданчика). 3. Влучати м'ячем можна не вище від колін. 3. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

На болоті

Інтенсивність: середня.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, спритності, швидкості реакції, витривалості; вдосконалення навички ходьби тощо; виховання спостережливості.

Зміст. Ведучий (учитель) показує, який сигнал буде використано та пояснює, якою має бути реакція на нього. Учні йдуть в обхід зали в колоні по одному (або вільно рухаються по колу). За першим сигналом – світло – діти приймають позу «жабки» (присісти, п'яти разом, коліна у сторони, руки на підлозі поміж ногами); за другим сигналом – приривчасте світло – позу «лелеки» (дитина стоїть на одній нозі, зігнувши і піднявши іншу); при відсутності сигналів – продовжують рух по колу.

Правила. 1. Учні повинні точно реагувати на сигнали. 2. Світлосигналізація знаходиться в центрі залу. 3. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Варіанти гри. 1. Перший сигнал – довгий свисток; другий сигнал – два довгі свистки. 2. Можна використати кольорову світлосигналізацію, наприклад: перший сигнал – синє світло; другий сигнал – жовте світло.

На той берег (1)

Інтенсивність: середня.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, спритності; вдосконалення навички ходьби по гімнастичній лаві; виховання комунікаційних навичок.

Зміст. Гравці шикуються в дві колони на лінії старту. Між лінією старту та лінією фінішу стоять дві гімнастичні лави – «містки». За сигналом учителя, гравці, які стоять першими в колоні, переходять по гімнастичній лаві «на той берег ріки». Виграє та команда, яка перейде швидше.

Правила. 1. Гра починається за сигналом учителя (світловим чи звуковим). 2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі залу. 3. Між гімнастичними лавами покладені гімнастичні мати. 4. Гравці переходять «місток» по черзі. 5. Учні, які не втримались на «містку» штрафуються, але продовжують грати. 6. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Варіанти гри. 1. «Містком» може бути вузький килимок. Завдання перебігти «на той берег ріки», не зійшовши з килимка. 2. «Місток» може бути доріжка, обмежена гімнастичними палицями (25 см). Завдання перебігти «на той берег ріки», не зачепивши покладені палиці.

Накрути мотузок

Інтенсивність: низька.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, спритності, дрібної моторики, швидкості, сили м'язів ніг і тулуба; виховання комунікаційних навичок.

Зміст. Гравців розподіляють на пари. Потрібно кілька (за кількістю пар) однакових шматків мотузки (10 – 15 м). Кожен з гравців один раз оперізується кінцем мотузки. За сигналом учителя вони починають швидко обертатись навколо себе на одному місці, намотуючи на себе мотузок. Перемагають діти, котрі найшвидше намотали весь мотузок на себе.

Правила: 1. Гра починається за сигналом учителя (світловим чи звуковим). 2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі залу. 3. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Намалюй сонечко

Інтенсивність: середня.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, спритності, швидкості; активізація мислення; естетичний та мовленнєвий розвиток; вдосконалення навички бігу; виховання комунікаційних навичок.

Зміст. Учні шикуються в дві колони по одному на лінії старту. Біля стартової лінії, поряд із колонами гравців, покладені різнокольорові гімнастичні палиці (за кількістю гравців). На відстані 8 – 10 м, перед кожною колоною, кладуть обруч. Завдання гравців команд – почергово, за сигналом учителя, вибігаючи з гімнастичними палицями в руках, добігти до обруча та покласти їх «променями» навколо свого обруча («намалювати сонечко»). Перемагає команда, яка швидше впорається з завданням.

Правила. 1. Гра починається за сигналом учителя (світловим чи звуковим). 2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі залу. 3. Передавати естафету, торкаючись руки наступного гравця. 4. Навколо обруча класти гімнастичні палиці («промені») через рівні проміжки, не кидати їх. 5. Заохочуються всі учні, котрі взяли участь у грі.

Варіанти гри. 1. Всі учні групуються в одну команду. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі, а окремо відзначається один чи кілька учнів, які найліпше виконували завдання. 2. «Променями» «сонечка» можуть служити різнокольорові стрічки. 3. Крім основного, завданням гравців є назва використаних кольорів.

Паперові перегони

Інтенсивність: середня.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, спритності, гнучкості, швидкості; здатності до узгодження рухових дій.

Зміст. Вчитель показує гравцям лінії старту та фінішу. Кожному гравцю дають два аркуші цупкого паперу розміром з газету. Учні шикуються в шеренгу на стартовій лінії. За сигналом учителя гравці починають рух до фінішу та назад, пересуваючись, виключно, по паперу. Спочатку гравець стає обома ногами на перший аркуш паперу, а другий кладе перед собою. Потім переходить (або обережно перестрибує) на другий аркуш, а перший піднімає та кладе перед собою в заданому напрямі. Перемагає учень, який першим пройшов дистанцію.

Правила. 1. Гра починається за сигналом учителя (світловим чи звуковим). 2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі залу. 3. Учні, що зійшли з свого аркушу, штрафуються але продовжують грати. 4. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Варіант гри: Учитель на початку гри визначає один спосіб пересування для гравців (наприклад, стрибки на двох ногах – як «зайчики»).

Передай почуття

Інтенсивність: низька.

Корекційна спрямованість: розвиток спритності, уваги, здатності до самовираження, рефлексії емоційних станів; мовленнєвий розвиток; виховання комунікаційних навичок.

Зміст. Ведучий (учитель) показує, що його руки стали «живими» та можуть боятись, гніватись, радіти тощо. Він виражає рухами рук основні емоції (відомі дітям), а діти повторюють за їх ним (радість – руки «стрибають», злість – штовхають, щипають одна одну, страх – тремтять, любов – ніжно гладять одна одну тощо). Потім гра ускладнюється: ведучий показує мімікою емоційний стан (показує, що сміється, плаче, сердиться тощо), а діти називають його; ведучий називає – діти імітують мімічно, а потім показують рухами рук.

Правила. 1. Розпочинати та завершувати гру за сигналом учителя (світловим чи звуковим). 2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі залу. 3. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Варіант гри: Етапи гри можна застосовувати, як окремі рухливі ігри.

Подоляночка

Інтенсивність: середня.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, мислення; спритності, гнучкості, навички стрибків; рефлексії емоційних станів; мовленнєвий розвиток; виховання комунікаційних навичок.

Зміст. Гравці шикуються в коло, беруться за руки. Гравець, вибраний лічилкою, стає «Подоляночкою». Гравці починають співати та ходити по колу, а Подоляночка робить те, про що вони співають:

Десь тут була подоляночка,
Десь тут була молодесенька,
Тут вона впала, до землі припала,
Личка не вмивала, бо води не мала.
Ой встань, встань, подоляночко,

Обмий личко, якошкляночко,
Возьмися за боки, поскачи три кроки
В горохлянім вінку, бери собі дівку,
Плини по Дунаю, бери дівку скраю (*Українська народна пісня*).

Правила. 1. Гра починається за сигналом учителя (світловим чи звуковим).
2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі залу. 3. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

По стежці

Інтенсивність: середня.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, спритності; вдосконалення навички ходьби по обмеженій площині; виховання комунікаційних навичок.

Зміст. Гравці шикуються в дві колони на лінії старту. Між лінією старту та лінією фінішу – дві звивисті доріжки, обмежені канатом. «Стежка» – звивиста доріжка, обмежена канатом (25 см). За сигналом учителя, гравці проходять по «стежці», не зачепивши покладеного канату. Виграє та команда, яка перейде швидше.

Правила. 1. Гра починається за сигналом учителя (світловим чи звуковим).
2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі залу. 3. Гравці переходять по «стежці» по черзі. 4. Учні, які не втримались на «стежці», зачепили покладений канат, штрафуються, але продовжують грати. 5. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Потяг

Інтенсивність: висока.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, швидкості, спритності; здатності до узгодження своїх дій в парі та в групі; вдосконалення навички бігу; виховання комунікаційних навичок.

Зміст. Гравці розподіляються на дві команди: шикуються в дві колони по одному на лінії старту. На однаковій відстані від лінії старту (5 – 6 м) поставлені стійки (інші прилади). За сигналом учителя гравець, який стоїть першим в колоні, біжить вперед, оббігає стійку та повертається до своєї команди. Другий гравець кладе руки на пояс першого та разом з ним виконує те саме завдання. І гравці продовжують бігати ланцюжком, поки гравець, який стоїть останнім у колоні, не пробіжить дистанцію. Перемагає команда, гравці якої першими виконали завдання.

Правила: 1. Розпочинати гру за сигналом учителя (світловим чи звуковим).
2. Світлосигналізація знаходиться в центрі залу. 3. Гравці, що розірвали руки чи втратили рівновагу, штрафуються але продовжують грати. 4. Заохочуються всі учні, які взяли участь у грі.

Варіанти гри. 1. Всі учні групуються в одну команду. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі, а окремо відзначається один або кілька учнів, які найкраще виконували завдання.

Рибалка

Інтенсивність: середня.

Корекційна спрямованість: розвиток спритності, гнучкості, уваги, кмітливості; вдосконалення навички стрибків.

Зміст. Гравці утворюють коло. Відстань між ними 1-2 кроки. Ведучий стоїть у центрі, крутячи «вудочку» (мотузку з мішечком на кінці) так, щоб вона, ковзаючи по колу, пролітала під ногами гравців. Діти стрибають через «вудочку», намагаючись не зачепити її. Якщо ж «вудочка» зачепить когось із гравців, то цей учасник вибуває з гри. Перемагають ті учні, кого «вудочка» не зачепила.

Правила. 1. Гравці не повинні сходити з місця. Хто порушить це правило, вважається спійманим. 2. Після кожних 10-15 кіл, зроблених «вудочкою», необхідно давати дітям відпочинок 30 – 60 с. 3. Заохочуються всі учні, котрі взяли участь у грі.

Розбуди котика

Інтенсивність: низька.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, здатності до самовираження, рефлексії емоційних станів, здатності любити оточуючих; виховання комунікаційних навичок.

Зміст. Гравці стають у коло. Гравець в центрі кола зображає котика, який заснув. Інші гравці обережно “будять” його (щоб не злякати) – гладять, ніжно торкаються. Перемагають ті гравці, які найбільш ласкаво будили “котика”.

Правила. 1. Розпочинати та завершувати гру за сигналом учителя (свисток або якийсь варіант світлосигналізації). 2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі залу. 3. Проводити гру на матах (килимках). 4. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Рухома мішень

Інтенсивність: середня.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, спритності, швидкості, швидкості реакції; вдосконалення навички кидання, метання в ціль.

Зміст. Гравці стають у коло на відстані витягнутих рук. Обирають одного чи двох ведучих, які знаходяться в центрі кола. Гравці починають перекидати волейбольний м’яч крізь коло, намагаючись влучити ним у ведучого. Ведучий ухиляється від м’яча, не виходячи з кола. Гравець, якому вдалося влучити в ведучого, міняється з ним місцями.

Правила. 1. Розпочинати та завершувати гру за сигналом учителя (свисток або якийсь варіант світлосигналізації). 2. Гравці повинні цілити тільки в тулуб, руки чи ноги. 3. Під час кидання м’яча не можна виходити з кола. 4. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Хвостик кішечки

Інтенсивність: середня.

Корекційна спрямованість: розвиток гнучкості, спритності, швидкості реакції, уваги.

Зміст: На пояс ведучого («кішки») прив’язують довгий мотузок («хвіст»). Гравці стоять півколом. «Кішка» розмахує «хвостом» перед ногами гравців, які повинні наступити на «хвіст» однією ногою.

Правила: 1. Гра починається за сигналом учителя (світловим чи звуковим). 2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі залу. 3. На кінчик мотузка можна прив'язати гудзик (тощо). 4. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Варіанти гри: 1. Всім гравцям на очі одягають пов'язки. «Кішка» швидко торкається «хвостом» до рук, ніг, тулуба гравців, які повинні спіймати «хвіст». 2. Гравців розподіляють на дві команди – «кішки» та «ловці».

Чаплі

Інтенсивність: низька.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, рівноваги, спритності, витривалості.

Зміст. Учні шикуються на відстані витягнутої руки один від одного (в.п. – зімкнута стійка, руки в сторони). За командою вчителя – стійка на лівій. Вчитель (ведучий) командує та показує рухи правою ногою (вперед, вбік, назад). Учень, який втримався на одній нозі довше за інших, стає переможцем. Після паузи – те ж саме в в.п. – стійка на правій.

Правила. 1. Гра починається за сигналом учителя (світловим або звуковим). 2. Світлосигналізація має знаходитись у центрі залу. 3. Учні повинні послідовно виконувати всі задані вчителем рухи. 4. Під час гри не треба заважати іншим. 4. Учні, що не втримався на одній нозі штрафуються, але продовжують грати. 5. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі.

Швидше передай

Інтенсивність: низька.

Корекційна спрямованість: розвиток уваги, спритності, здатності до узгодження своїх дій в парі та групі; виховання комунікаційних навичок.

Зміст. Гравці розподіляються на дві команди та шикуються в дві колони по одному (між учасниками 0,5 м). За сигналом учителя кожен з гравців, які стоять першими в колоні, передає м'яч над головою наступному. Гравець, який стоїть останнім, отримує м'яч і біжить уперед колони. Перемагає команда, гравці якої першими закінчили передачу м'яча.

Правила: 1. Розпочинати гру за сигналом (світловим чи звуковим) учителя. 2. Світлосигналізація знаходиться в центрі залу. 3. Зберігати інтервал між гравцями (0,5 м). 4. Гравець, що впустив м'яч, штрафується та продовжує грати. 5. Заохочуються всі учні, які взяли участь у грі.

Варіанти гри. 1. Всі учні групуються в одну команду. Заохочуються всі учні, що взяли участь у грі, а окремо відзначається один чи кілька учнів, які найкраще виконували рухи.

Штовхни набивний м'яч

Інтенсивність: середня.

Корекційна спрямованість: розвиток сили, витривалості; вдосконалення навички штовхання набивного м'яча (1 кг) з місця; виховання комунікаційних навичок.

«Соціально-побутове орієнтування»

Метою предмету «Соціально-побутове орієнтування» є підготовка осіб з особливими освітніми потребами до самостійного життя (вирішення життєво необхідних побутових завдань, виконання норм і правил культурної поведінки в суспільстві, родині, формування спроможності матеріально забезпечити себе і свою сім'ю) шляхом надання їм відповідних знань, вироблення практичних умінь та навичок життєвої і соціальної компетентності.

При проведенні кожного заняття реалізуються три основні групи **взаємопов'язаних завдань**:

- Освітні завдання, для реалізації яких необхідно здійснювати керівництво пізнавальною діяльністю; стимулювати навчально - пізнавальну діяльність здобувачів освіти по оволодінню знаннями й уміннями.

- Корекційно - розвиваючі завдання припускають цілеспрямований розвиток мислення осіб з особливими освітніми потребами (пам'яті, уваги, емоційно-вольових якостей, працездатності).

- Виховні завдання - цілеспрямоване формування позитивних якостей особистості, світогляду, моральних переконань та естетичної культури.

1 клас
70 годин (2 години на тиждень)

№ п/п	Зміст навчального матеріалу	Навчальні досягнення учнів	Спрямованість корекційно-розвивальної роботи та очікувані результати
1.	<p>Вступне заняття Що вивчає предмет «Соціально-побутове орієнтування» Дотримання правил безпеки і санітарно-гігієнічних вимог у кабінеті соціально-побутового орієнтування (розширення та поглиблення знань)</p>	<p>Учень: дотримується правилповедінки на уроках і на перерві; безпеки у шкільних коридорах, на сходах, у дверях;</p>	<p>Формування уявлення про навчальні кабінети та правила безпечного поводження в них.</p>
2.	<p>Помешкання, школа, домівка Орієнтування в школі: їдальня, спортивний зал, спальні кімнати, роздягальня, туалетні кімнати та ін.). Меблі (стіл, стул, шафа, ліжка, парта та ін.). Їх призначення. Основні правила організації робочого місця школяра. Складання портфеля. Основи догляду за власним житлом (прибирання у класі, застилання ліжка, правила дотримання порядку у власних речах).</p>	<p>уміє вільно орієнтуватися у приміщенні школи; знає назви меблів та їх призначення; уміє складати портфель відповідно розкладу, підтримувати порядок на робочому місці; володіє елементарними навичками прибирання</p> <p>*орієнтується у класі та у приміщенні школи; може розрізняти та називати назви меблів;</p>	<p>Формування просторового орієнтування шляхом розвитку навичок орієнтування у школі. Збагачення активного мовлення словами-назвами меблів.</p>
3.	<p>Основи загальної гігієни</p>	<p>під керівництвом притримується</p>	<p>Уточнення та розширення уявлень</p>

4.	<p>Розпорядок дня. Гігієна тіла. Засоби особистої гігієни (зубна щітка, мило, шампунь, гребінець, полотенець, туалетний папір). Регулярне виконання ранкового та вечірнього туалету. Основи догляду за ротовою порожниною та зубами. Основи догляду за шкірою та волоссям. Основи догляду за шкірою рук, ніг та нігтями.</p> <p>Одяг та взуття Види одягу (білизна, верхній одяг, колготи, носки, гольфи, тощо). Послідовність одягання та роздягання. Лицьова та виворотна сторона одягу. Сезонний одяг. Підбір одягу відповідно до сезону. Повсякденний догляд за одягом та взуттям (чистий, брудний). Види застібок одягу та взуття (розширення знань та вдосконалення практичних навичок).</p>	<p>розпорядку дня; називає предмети загальної та особистої гігієни; називає ситуації, в яких потрібно додатково мити руки; за допомогою вчителя (вихователя) орієнтується у виконанні основних правил догляду за шкірою та волоссям, шкірою рук, ніг та нігтями;</p> <p>*за допомогою вчителя (вихователя) може назвати кілька засобів особистої гігієни; під керівництвом виконує елементарні гігієнічні процедури по догляду за власним тілом розрізняє види одягу за сезонами та призначенням; знає ознаки лицьової та виворотної сторін одягу; послідовність одягання. вміє самостійно одягатися та роздягатися відповідно до сезону (за допомогою); може самостійно доглядати за власним одягом (складати у шафу, сортувати брудний-чистий); володіє умінням застібувати різні види застібок, зав'язування</p>	<p>про збереження та зміцнення здоров'я шляхом засвоєння правил особистої гігієни.</p> <p>Формування наочно-дійового мислення шляхом встановлення послідовності дій при виконанні ранкового та вечірнього туалету. Збагачення словникового запасу назвами засобів особистої гігієни.</p> <p>Збагачення уявлення про види одягу за сезонами та призначенням. Розвиток мілкої моторики, координації та точності рухів засобами загально розвивальних вправ в процесі виконання практичних вправ: одягання-роздягання, складання одягу, застібання застібок, зав'язування шнурків. Формування організаційних</p>
----	---	---	---

5		<p>шнурків;</p> <p>* знає назви одягу; за допомогою вчителя (вихователя) може послідовно одягатися; частково орієнтується у сезонному одязі; за допомогою володієумінням застібувати різні види застібок;</p>	<p>умінь навчально-практичної діяльності.</p> <p>Розвиток операцій мислення на основі класифікації різноманітних предметів одягу за їх призначенням та розвитку вміння самостійного догляду за ним.</p>
6	<p>Гігієна харчування Здорове харчування. Корисні та шкідливі продукти. Правила харчування. Перші та другі страви. Правила поведінки за столом. Користування столовими приборами.</p> <p>Соціальна орієнтація Етикет взаємовідносин (правила спілкування з дорослими та однолітками). Культура спілкування з однолітками та колективом школи.</p>	<p>знає правила здорового харчування; називає корисні та шкідливі продукти; розрізняє перші та другі страви; дотримується правил поведінки за столом; впевнено користується столовими приборами; вміє прибирати за собою брудний посуд;</p> <p>*за допомогою вчителя (вихователя) називає корисні та шкідливі продукти; під контролем дотримується правил поведінки за столом; може користуватися столовими приборами називає правила спілкування з дорослими та однолітками; знає, як потрібно</p>	<p>Збагачення словникового запасу новими термінами.</p> <p>Розвиток процесів мислення шляхом порівняння різних видів продуктів.</p> <p>Розвиток сприймання та мислення на основі формування вміння класифікувати та розрізняти корисні та шкідливі продукти.</p> <p>Формування навичок охайності та старанності.</p> <p>Розвиток емоційно-вольової сфери шляхом формування поведінкових аспектів.</p> <p>Формування соціально-моральної активності шляхом розвитку різних форм поведінки та діяльності, засвоєнням</p>

		<p>звертатися до вчителів та працівників школи; вміє спілкуватися з однолітками та товаришувати;</p> <p>*може спілкуватися із однолітками; іде на контакт із вчителями;</p>	<p>моральних норм прийнятих у соціумі.</p> <p>Формування соціально-адаптаційних навичок перебування у колективі.</p> <p>Формування комунікативних умінь на основі використання вербальних та невербальних засобів спілкування.</p> <p>Розвиток емоційної сфери на основі формування початкових уявлень про позитивні якості особистості.</p>
--	--	---	--

Орієнтовні навчальні досягнення учнів на кінець року:

- має уявлення про навчальні кабінет соціально-побутового орієнтування та правила безпечного поведіння в ньому;
- знає назви та призначення основних шкільних приміщень;
- уміє скласти портфель відповідно розкладу, підтримувати порядок на робочому місці;
- притримується розпорядку дня;
- постійно підтримує навички виконання ранкового та вечірнього туалету;
- користується засобами особистої гігієни, знає їх призначення;
- знає правила здорового харчування;
- вміє самостійно одягатися та роздягатися відповідно до сезону;
- знає правила спілкування з дорослими та однолітками

Орієнтовні показники сформованості життєвих компетенцій учнів на кінець року:

- сформовані навички фізичної активності догляду за власним тілом (гігієнічні навички);
- сформовано позитивне ставлення до однокласників;
- сформована емоційно-ціннісна активність, пов'язана із потребою у їжі, спілкуванні з однолітками;
- сформовано елементарну соціально-моральну активність, пов'язану із входженням дитини у соціум, зокрема, частковим оволодінням соціально

прийнятними і схвалюваними формами поведінки та діяльності, засвоєнням моральних норм.

Очікувані результати:

- З увагою сприймають усні репліки вчителя й однокласників (вітання, знайомство, запитання, прохання) й доречно реагують на усну інформацію в діалозі.
- Слухають музичні твори про школу, дітей/ дитинство, висловлюють свої враження, вподобання.
- Співають люблені дитячі пісні. Створюють супровід (оплесками, шумовими музичними інструментами) до пісні, що виконується.
- Ставлять запитання до усного повідомлення й відповідають на запитання.
- Діляться своїми почуттями та емоціями від прослуханого й побаченого.
- Пояснюють важливість навчання у школі.
- Беруть участь у сюжетно- рольовій грі.
- Висловлюють власну думку, відповідаючи на запитання «Чого можна навчитися в школі?»
- Встановлюють відносно розміщення об'єктів на площині та в просторі (лівіше, правіше, вище, нижче тощо), використовуючи математичну мову.
- Створюють малюнок «Школа моєї мрії», зокрема на подвір'ї школи. Залишають автограф під малюнком.
- Малюють графічними матеріалами. Відтворюють графічні знаки за зразком.
- Відгадують і загадують загадки. Складають власні загадки.

2 клас
(70 годин, 2 години на тиждень)

№ п/п	Зміст навчального матеріалу	Навчальні досягнення учнів	Спрямованість корекційно-розвивальної роботи та очікувані результати
--------------	------------------------------------	-----------------------------------	---

<p>1.</p> <p>2.</p> <p>3.</p> <p>4.</p> <p>5.</p>	<p>Вступне заняття Дотримання правил безпеки і санітарно-гігієнічних вимог у кабінеті соціально-побутового орієнтування (повторення та поглиблення знань).</p> <p>Помешкання, школа, домівка Види житлових будинків і господарських будівель у місті (багатоповерховий, часний будинок, під'їзд, ліфт, сходові клітки та ін.) та селі (житловий будинок, сарай, веранда та ін.), їх призначення.</p> <p>Правила безпечної поведінки в приміщенні школи та надворі. Безпека школяра.</p> <p>Правила поведінки під час масових шкільних заходів.</p> <p>Основи загальної гігієни Правила особистої гігієни. Значення їх дотримання для збереження і зміцнення здоров'я. Предмети особистої гігієни.</p> <p>Послідовність ранкового та вечірнього туалету. Одяг та взуття Види одягу та взуття (за сезонами).</p>	<p>Учень/учениця має уявлення про обладнання приміщення для уроків соціально-побутового орієнтування, зміст навчання та правила безпеки</p> <p>знає назви житлових будинків та господарських будівель, їх призначення; правила поведінки на сходових клітках, під'їздах, ліфті; правила безпечної поведінки у школі та надворі; має уявлення про правила поведінки під час масових шкільних заходів;</p> <p>*може назвати вид власного житлового будинку; під контролем вчителя (вихователя) дотримується безпечної поведінки в приміщенні школи та надворі; вміє користуватися предметами особистої гігієни; знає їх призначення та способи користування ними; самостійно і послідовно виконує ранковий та вечірній туалет;</p> <p>розповідає про види одягу та взуття за сезонами; розрізняє одяг за</p>	<p>Розширення уявлення про навчальні кабінети та правила безпечного поводження в них</p> <p>Формування в учнів зовнішньої організованості в навчальній діяльності, точного виконання завдань вчителя; Розвиток процесів пізнавальної діяльності – уваги, пам'яті шляхом формування у школярів нових знань про види житлових будинків. Збагачення словникового запасу новими словами-назвами.</p> <p>Збагачення словникового запасу назвами засобів особистої гігієни; Розвиток спостережливості, аналізу, порівняння, узагальнення, пізнавальної активності шляхом опанування навичками самостійно і послідовно виконувати</p>
---	--	---	--

<p>б.</p>	<p>Призначення одягу та взуття (повсякденний, святковий, спортивний). Відповідність одягу погодним умовам. Підтримування чистоти натільної білизни, одягу, взуття.</p> <p>Гігієна харчування Правила споживання їжі та режим харчування. Різноманітність продуктів, їх значення в житті людини. Повноцінне харчування.</p> <p>Соціальна орієнтація Правила етикету під час зустрічі й прощання з однолітками. Форми звертання з проханням до однолітків та дорослих. Знайомство з людьми. Побудова дружніх стосунків.</p> <p>Правила поведження на</p>	<p>призначенням; вміє підбирати одяг та взуття у відповідності з погодними умовами; намагається підтримувати власний одяг в чистоті; має охайний вигляд; *за допомогою вчителя (вихователя) підбирає одяг та взуття у відповідності з погодними умовами; розрізняє одяг за сезонами; знає вплив режиму харчування на здоров'я; називає назви продуктів та їх призначення; вміє визначати ті продукти, які є корисними для здоров'я, і ті продукти, вживання яких варто обмежити; *за запитаннями вчителя та допомогою доступних комунікативних засобів пояснює значення їжі для людини; може назвати улюблені страви; знає різні форми вітання і прощання; вміє правильно вітатися і спілкуватися із своїми однолітками та працівниками школи; знає, як звернутися по допомогу, якщо заблукав чи загубився; уміє підтримувати доброзичливі стосунки з однокласниками; * вміє спілкуватися з однокласниками;</p>	<p>ранковий та вечірній туалет.</p> <p>Виховання охайності та дисциплінованості, організованості. Формування навичок охайності та старанності. Розвиток операцій мислення на основі класифікації різноманітних предметів одягу за його призначенням та розвитку вміння самостійного догляду за ним.</p> <p>Збагачення уявлення про повноцінне харчування. Розвиток мислення на основі формування навичок розрізняти продукти «корисні»- «некорисні» продукти. Виховання охайності під час виконання правил споживання їжі.</p> <p>Формування культури спілкування з однолітками та працівниками школи.</p>
-----------	---	--	--

	канікулах та в довільний час (Інструктаж).		Виховання позитивного ставлення до оточуючих людей. Формування соціально-адаптаційних навичок перебування у колективі.
--	---	--	--

Орієнтовні навчальні досягнення учнів на кінець року:

- усвідомлено користується засобами особистої гігієни;
- має уявлення про безпечну та небезпечну поведінку у побуті;
- знає важливість дотримання режиму харчування на здоров'я;
- сприймає та розуміє пояснення, інструкції вчителя щодо виконання практичних завдань;
- підтримує дружні стосунки з однокласниками.

Орієнтовні показники сформованості життєвих компетенцій учнів на кінець року:

- сформовані навички фізичної активності догляду за власним тілом (гігієнічні навички);
- сформовано позитивне ставлення до оточуючих;
- сформована емоційно-ціннісна активність-прагне до спілкування, має товаришів;
- частково сформовано соціально-моральну активність, пов'язану із входженням дитини у соціум, зокрема, частковим оволодінням соціально прийнятними і схвалюваними формами поведінки та діяльності, засвоєнням моральних норм (притримується правил поведінки у школі).

**3 клас
(70 годин, 2 години на тиждень)**

№ п/п	Зміст навчального матеріалу	Навчальні досягнення учнів	Спрямованість корекційно-розвивальної роботи та очікувані результати
1.	Вступне заняття Дотримання правил безпеки і санітарно-гігієнічних вимог у кабінеті соціально-побутового орієнтування	<i>Учень/учениця</i> має уявлення про обладнання приміщення для уроків соціально-побутового орієнтування, зміст	Розширення уявлення про навчальні кабінети та правила безпечного поводження в них

<p>2</p>	<p>(повторення та поглиблення знань).</p> <p>Помешкання, школа, домівка Безпека в школі та дома. Правила користування джерелами водопостачання та електроенергії. Екстрені служби. Пожежна безпека. Гігієна оселі. Повітря, його значення для здоров'я. Клімат приміщення.</p>	<p>навчання та правила безпеки;</p> <p>знає правила безпечного поведіння в школі та дома; під контролем вчителя (вихователя) ознайомлений з правилами користування джерелами водопостачання та електроенергії; знає телефони екстрених служб допомоги; знає правила і послідовність проведення сухого й вологого прибирання, провітрювання;</p> <p>* ознайомлений з правилами безпечного поведіння в школі та дома; за допомогою вчителя (вихователя) називає призначення екстрених служб;</p>	<p>Розширення уявлень про правила безпечної поведінки в школі (на уроках, у спортивному залі, на перервах, у позашкільний час). Розвиток пам'яті на основі запам'ятовування правил користування джерелами водопостачання та електроенергії. Формування початкового уявлення про можливі надзвичайні ситуації у школі, правила поведінки у разі їх виникнення.</p>
<p>3.</p>	<p>Основи загальної гігієни Охайність та особиста гігієна. Частина тіла: голова, обличчя, щоки, очі, вуха, рот, ніс. Корисні та шкідливі звички. Профілактика вживання тютюну і алкоголю.</p>	<p>пояснює важливість дотримання особистої гігієни; називає частини тіла та правила догляду за ними; уміє складати розпорядок дня, дотримується його протягом дня; знає про шкоду вживання тютюну і алкоголю; *ознайомлений із інформацією про шкоду</p>	<p>Розвиток мислення на основі формування вміння класифікувати та розрізняти корисні та шкідливі звички. Збагачення словникового запасу словами-назвами частин тіла. Формування вміння класифікувати та розрізняти корисні та шкідливі звички.</p>

		<p>вживання тютюну і алкоголю; називає частини тіла та правила догляду за ними;</p>	
4.	<p>Одяг та взуття Повсякденний догляд за одягом (попередження забруднення, чищення). Сушіння мокрого одягу та взуття. Прання білизни. Засоби для прання.</p>	<p>знає правила повсякденного догляду за одягом; уміє доглядати за одягом, оцінювати його загальний вигляд, визначати ступінь забруднення і ушкодженості; може самостійно вичистити незначні забруднення одягу чи взуття; знає правила сушіння мокрого одягу та взуття; знає засоби для прання, може випрати мілки речі;</p> <p>*може самостійно визначити забруднення одягу; за допомогою вчителя (вихователя) може вичистити незначні забруднення одягу чи взуття;</p>	<p>Розвиток координації рухів рук та дрібної моторики. Формування навичок самообслуговування: одягання взуття, зав'язування шнурків, застібання блискавок. Формування навичок охайності, старанності. Розвиток мовлення на основі збагачення словникового запасу словами-назвами одягу.</p>
5.	<p>Гігієна харчування Збалансоване харчування. Овочі, фрукти, молочні продукти, їх значення для росту й розвитку організму. Вітаміни, їх значення для здоров'я.</p>	<p>знає значення збалансованого харчування; називає корисні продукти, розуміє їх значення для росту й розвитку організму; називає групи харчових продуктів; має уявлення</p>	<p>Формування мотивації щодо дбайливого ставлення до власного здоров'я шляхом усвідомлення значення «збалансоване</p>

		<p>про вміст вітамінів у продуктах харчування; пояснює необхідність вживання різноманітної корисної їжі;</p> <p>пояснює значення вітамінів у житті людини;</p> <p>* називає корисні продукти харчування; частково розкриває значення вітамінів;</p>	<p>харчування». Збагачення словникового запасу назвами корисних продуктів.</p>
6.	<p>Соціальна орієнтація Родинні стосунки. Члени родини. Що таке толерантність. Толерантне ставлення до людей, які мають проблеми зі здоров'ям.</p>	<p>знає всіх членів своєї родини;</p> <p>називає імена своїх рідних;</p> <p>висловлює власне ставлення до членів власної сім'ї;</p> <p>пояснює значення поняття «толерантність»;</p> <p>має уявлення про необхідність толерантного ставлення до людей, які мають проблеми зі здоров'ям;</p> <p>*знає імена членів своєї родини;</p> <p>називає найближчих родичів;</p>	<p>Формування елементів самостійності в діяльності під час практичного засвоєння матеріалу. Розвиток пам'яті на основі пригадування продуктів, які містять вітаміни.</p>

Орієнтовні навчальні досягнення учнів на кінець року:

- знає правила безпечного поведження в школі та дома;
- уміє складати розпорядок дня, дотримується його протягом дня;
- знає про шкodu вживання тютюну і алкоголю;
- уміє доглядати за одягом, оцінювати його загальний вигляд, визначати ступінь забруднення і ушкодження;
- знає значення збалансованого харчування.

Орієнтовні показники сформованості життєвих компетенцій учнів на кінець року:

- сформовані навички фізичної активності догляду за власним тілом (гігієнічні навички);
- сформовано позитивне ставлення до оточуючих;

- сформована емоційно-ціннісна активність-прагне до спілкування, має товаришів;
- частково сформовано соціально-моральну активність, пов'язану із входженням дитини у соціум, зокрема, частковим оволодінням соціально прийнятними і схвалюваними формами поведінки та діяльності, засвоєнням моральних норм (притримується правил поведінки у школі).

IV. Форми організації освітнього процесу

Основними формами організації освітнього процесу є різні типи уроку, екскурсії, віртуальні подорожі, які надавач освіти організовує у межах уроку або в позаурочний час.

Очікувані результати навчання, буде досягнуто, використовуючи надавачами освіти інтерактивні форми і методи навчання – дослідницькі, інформаційні, мистецькі проекти, сюжетно-рольові ігри, інсценізації, моделювання, ситуаційні вправи, екскурсії, дитяче волонтерство тощо.

Опис та інструменти системи внутрішнього забезпечення якості освіти. Система внутрішнього забезпечення якості складається з наступних компонентів:

- кадрове забезпечення освітньої діяльності;
- навчально-методичне забезпечення освітньої діяльності;
- матеріально-технічне забезпечення освітньої діяльності;
- якість проведення навчальних занять;
- моніторинг досягнення здобувачами освіти результатів навчання (компетентностей).

Завдання системи внутрішнього забезпечення якості освіти:

- оновлення методичної бази освітньої діяльності;
- контроль за виконанням навчальних планів та освітньої програми, якістю знань, умінь і навичок здобувачів освіти, розробка рекомендацій щодо їх покращення;
- моніторинг та оптимізація соціально-психологічного середовища закладу освіти;
- створення необхідних умов для підвищення фахового кваліфікаційного рівня педагогічних працівників.

Відповідно до статті 15 (розділ XII) Закону України «Про освіту» структура навчального року, тривалість навчального тижня, інші форми організації освітнього процесу встановлюються загальноосвітнім навчальним закладом середньої освіти у межах часу передбаченого програмою.

2020/2021 навчальний рік у Буднянській школі-інтернаті розпочинається 1 вересня 2020 року.

Орієнтовна структура навчального року:

I семестр - з 01.09.2020 по 25.12.2020;

II семестр - з 11.01.2021 по 28.05.2021.

Впродовж навчального року проводяться канікули:

осінні канікули - з 26.10.2020 по 01.11.2020;

зимові канікули - з 26.12.2020 по 10.01.2021;

весняні канікули - з 22.03.2021 по 28.03.2021.

Рішення про доцільність проведення навчальної практики та навчальних екскурсій приймає педагогічна рада школи.

Школа працює в режимі п'ятиденки з двома вихідними – субота, неділя. Навчальні заняття в 4 класі проводяться в одну зміну з 8³⁰ до 14³⁰ і регламентуються розкладом уроків, затвердженим директором школи. Упродовж навчального дня проводяться дві великі перерви: з 11¹⁵ до 10⁴⁰; з 12²⁵ до 12⁴⁵.

На основі освітньої програми, складено навчальні плани.

Освітню програму оприлюднено на сайті Буднянської школи-інтернату:
bydne-inter.e-schools.info

ОБГОВОРЕНО ТА СХВАЛЕНО
 на засіданні педагогічної ради
 Буднянської спеціальної
 загальноосвітньої школи-інтернату
 Шаргородського району
 Вінницької обласної Ради
 28.08.2020 рік
 Протокол № 4

ЗАТВЕРДЖУЮ
 Директор Буднянської
 спеціальної загальноосвітньої
 школи-інтернату
 Шаргородського району
 Вінницької обласної Ради
 Л.В. Осадчук
 від 28.08.2020р.

Навчальний план
Буднянської спеціальної загальноосвітньої школи-інтернату
Шаргородського району Вінницької обласної Ради
з навчанням українською мовою для дітей з інтелектуальними
порушеннями
на 2020 – 2021 навчальний рік
(1 клас)

Освітні галузі	Предмети	Кількість годин на тиждень у класі
		1
Мовно-літературна	Українська мова	4
	Літературне читання	3
Математична	Математика	4
Природнича	Я досліджую світ	3
Соціальна і здоров'язбережувальна		
Громадянська та історична		
Технологічна		
Інформатична	Трудове навчання	2
Мистецька	Образотворче мистецтво	1
	Музичне мистецтво	1
Фізкультурна	Фізична культура	3
Усього:		21
Корекційно-розвиткова робота	Розвиток мовлення	4
	Лікувальна фізкультура	1
	Ритміка	1
	Соціально-побутове орієнтування	2
Додатковий час на навчальні предмети	Я досліджую світ	2
Гранично допустиме навчальне навантаження		20

Наказ Міністерства освіти і науки України від 26.07.2018 року № 816.

Заступник директора з НВР



С. Волкова

ОБГОВОРЕНО ТА СХВАЛЕНО
 на засіданні педагогічної ради
 Буднянської спеціальної
 загальноосвітньої школи-інтернату
 Шаргородського району
 Вінницької обласної Ради
 28.08.2020 рік
 Протокол № 4

ЗАТВЕРДЖУЮ
 Директор Буднянської
 спеціальної загальноосвітньої
 школи-інтернату
 Шаргородського району
 Вінницької обласної Ради
 Л.В. Осадчук
 від 28.08.2020р.

Навчальний план
Буднянської спеціальної загальноосвітньої школи-інтернату
Шаргородського району Вінницької обласної Ради
з навчанням українською мовою для дітей з інтелектуальними
порушеннями
на 2020 – 2021 навчальний рік
(2 клас)

Освітні галузі	Предмети	Кількість годин на тиждень у класах
		2
Мовно-літературна	Українська мова	4
	Літературне читання	3
Математична	Математика	4
Природнича	Я досліджую світ	4
Соціальна і здоров'язбережувальна		
Громадянська та історична		
Технологічна	Трудове навчання	2
Інформатична		
Мистецька	Образотворче мистецтво	1
	Музичне мистецтво	1
Фізкультурна	Фізична культура	3
Усього:		22
Корекційно-розвиткова робота	Розвиток мовлення	4
	Лікувальна фізкультура	1
	Ритміка	1
	Соціально-побутове орієнтування	2
Додатковий час на навчальні предмети	Я досліджую світ	1
Гранично допустиме навчальне навантаження		21

Наказ Міністерства освіти і науки України від 02.07.2019 року № 917.

Заступник директора з НВР



С. Волкова

ОБГОВОРЕНО ТА СХВАЛЕНО
 на засіданні педагогічної ради
 Буднянської спеціальної
 загальноосвітньої школи-інтернату
 Шаргородського району
 Вінницької обласної Ради
 28.08.2020 рік
 Протокол № 4

ЗАТВЕРДЖУЮ
 Директор Буднянської
 спеціальної загальноосвітньої
 школи-інтернату
 Шаргородського району
 Вінницької обласної Ради
 Л.В. Осадчук
 від 28.08.2020р.

Навчальний план
Буднянської спеціальної загальноосвітньої школи-інтернату
Шаргородського району Вінницької обласної Ради
з навчанням українською мовою для дітей з інтелектуальними
порушеннями
на 2020 – 2021 навчальний рік
(3 клас)

Освітні галузі	Предмети	Кількість годин на тиждень у класах
		3
Мовно-літературна	Українська мова	4
	Літературне читання	3
Математична	Математика	4
Природнича	Я досліджую світ	4
Соціальна і здоров'язбережувальна		
Громадянська та історична		
Технологічна	Трудове навчання	2
Інформатична		
Мистецька	Образотворче мистецтво	1
	Музичне мистецтво	1
Фізкультурна	Фізична культура	3
Усього:		22
Корекційно-розвиткова робота	Розвиток мовлення	4
	Лікувальна фізкультура	1
	Ритміка	1
	Соціально-побутове орієнтування	2
Додатковий час на навчальні предмети	Я досліджую світ	1
Гранично допустиме навчальне навантаження		22

Наказ Міністерства освіти і науки України від 01.04.2020 року № 467.

Заступник директора з НВР



С. Волкова