

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Самарской области

**Кинельское управление Министерства образования и науки Самарской
области**

ГБОУ ООШ с. Парфеновка

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО

Зубкова Н.Н.
«24» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

**и.о. заместителя
руководителя по УВР**

Орехова Е.И.
«24» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

**Директор ГБОУ ООШ
с. Парфёновка**

Козлова В.В.
№ 65-од от «24» августа
2023 г.

**Адаптированная рабочая программа
по учебному предмету «Физическая культура» для слабослышащих и
позднооглохших обучающихся**

(Вариант 2.1)

1 - 4 класс

с. Парфёновка

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по адаптивной физической культуре для глухих, слабослышащих и позднооглохших обучающихся (далее – обучающиеся с нарушениями слуха) включает рабочую программу по адаптивной физической культуре для глухих, слабослышащих и позднооглохших обучающихся на уровне начального общего образования.

Программа разработана с учетом возрастных особенностей и особых образовательных потребностей обучающихся с нарушениями слуха.

Программа построена по модульному принципу. Содержание образования по предмету распределено по тематическим модулям, которые входят в раздел «Физическое совершенствование». Содержание Программы состоит из базовой части (инвариантные модули) и вариативного модуля. Инвариантные модули: гимнастика, лёгкая атлетика, зимние виды спорта (на примере лыжной подготовки), подвижные и спортивные игры, плавание (при наличии материально-технических возможностей для обучения плаванию). Данные модули в своём предметном содержании ориентируются на всестороннюю физическую подготовленность обучающихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта. Содержание вариативного модуля определяется образовательной организацией самостоятельно с учетом особых образовательных потребностей обучающихся, региональных климатических и этнокультурных особенностей, с учетом выбора видов спорта, обладающих наибольшим реабилитационным потенциалом для обучающихся с нарушениями слуха.

Содержание образования по предмету распределено по тематическим модулям. Программа носит компилятивный характер, виды деятельности и планируемые результаты определяются с учетом индивидуальных возможностей обучающихся, материально – технического обеспечения и др.

При разработке АООП для обучающихся, перенесших операцию кохлеарной имплантации, учитываются результаты первоначального (запускающего) этапа реабилитации (прежде всего, способность естественного развития коммуникации и речи), готовность ребенка к освоению того или иного варианта АООП. В дальнейшем, вариант АООП может изменяться с учетом достижений обучающегося.

В основу разработки Программы по адаптивной физической культуре для обучающихся с нарушениями слуха заложены дифференцированный и деятельностный подходы. Применение дифференцированного подхода к созданию образовательных программ обеспечивает разнообразие содержания, предоставляя обучающимся с нарушениями слуха возможность реализовать свой индивидуальный потенциал с учетом особых образовательных потребностей.

Предусмотрены различные виды деятельности для реализации особых образовательных потребностей обучающихся с нарушениями слуха. Специальные виды деятельности обеспечивают вариативность подходов к организации уроков.

Программа по АФК для обучающихся с нарушениями слуха имеют коррекционную направленность и должны разрабатываться с учетом особенностей их развития. Данная Программа содействуют всестороннему развитию личности обучающегося, формированию осознанного отношения к своему здоровью, развитию общих физических способностей, компенсации нарушенных функций организма.

1.2. Цель и задачи реализации примерных рабочих программ по адаптивной физической культуре

Цель реализации учебной дисциплины «Адаптивная физическая культура» заключается в обеспечении овладения обучающимися с нарушениями слуха необходимым (определяемым стандартом) уровнем

подготовки в области физической культуры в единстве с компенсацией нарушений физического развития, формированием устойчивой потребности в физическом совершенствовании, целостном развитии их физических способностей, психического и личностного развития для наиболее полноценной жизни в обществе. Программа направлена на формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Реализация цели Программа соотносится с решением следующих **основных задач**:

- укрепление здоровья, повышение функциональных и адаптивных возможностей основных жизнеобеспечивающих систем организма, развитие физических способностей;

- формирование правильной осанки и рационального дыхания, умений организовывать самостоятельные занятия физической культурой с оздоровительной направленностью;

- повышение культуры движений, обогащение двигательного опыта упражнениями базовых видов спорта (гимнастика, лёгкая атлетика, спортивные игры), а также формирование умений использовать их в условиях учебной деятельности, организации активного отдыха и досуга;

- содействие освоению комплекса знаний о физической культуре, её истории и формах организации, связи с культурой здоровья;

- воспитание волевых, нравственных и этических качеств личности.

Специфические задачи (коррекционные, компенсаторные, профилактические):

- коррекция нарушений двигательных функций и опорно-двигательного аппарата (сколиозы, плоскостопия, нарушение осанки);

- коррекция и компенсация нарушений психомоторики;

- коррекция и развитие способности к пространственной ориентации;

- коррекция и развитие общей и мелкой моторики;

- коррекция и развитие способности к дифференцированию временных, силовых, пространственных параметров движения;
- коррекция и развитие способности к быстрому реагированию;
- коррекция и развитие способности к усвоению ритма движений;
- коррекция нарушений скоростно-силовых и силовых способностей;
- расширение пассивного и активного словаря обучающихся с нарушениями слуха за счет освоения специальной терминологии физической культуры;
- развитие слухо-зрительного восприятия;
- формирование двигательных навыков под воздействием регулирующей функции речи;
- профилактика возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья.

Воспитательное значение примерных рабочих программ заключается в содействии активной социализации обучающихся на основе осмысления и понимания роли физической культуры и спорта в жизни человека, понимания значения мирового и отечественного олимпийского и сурдлимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию. Практическими результатами воспитания являются: формирование навыков взаимодействия со сверстниками и взрослыми, воспитание воли и способности к преодолению трудностей у обучающихся с нарушениями слуха.

Образовательно-коррекционный процесс на уроках АФК базируется на общедидактических и специальных принципах, обусловленных особенностями психофизического развития обучающихся с нарушениями слуха.

Реализация программ по адаптивной физической культуре предполагает следующие **принципы и подходы**:

- программно-целевой подход, который предполагает единую систему планирования и своевременного внесения корректив в планы;

- необходимость использования специальных методов, приёмов и средств обучения;
- информационной компетентности участников образовательного процесса в образовательной организации;
- вариативности, которая предполагает осуществление различных вариантов действий по реализации поставленных задач;
- комплексный подход в реализации коррекционно-образовательного процесса;
- включение в решение задач Программа всех субъектов образовательного процесса.

1.3. Особые образовательные потребности обучающихся с нарушениями слуха

К особым образовательным потребностям, характерным для обучающихся с нарушениями слуха относятся:

- максимально раннее начало коррекционно-развивающей работы и комплексной абилитации/реабилитации, в том числе с использованием методов физической культуры и спорта;
- специальная работа по развитию координации движений, статического и динамического равновесия, пространственной ориентировки;
- более длительное по сравнению с нормой овладение двигательными навыками;
- специальная работа по коррекции отклонений в развитии моторной сферы: мелкой моторики кисти и пальцев рук, согласованности движений отдельных звеньев тела во времени и пространстве, переключаемости движений, дифференцировки и ритмичности движений, расслабления, совокупность которых характеризует нарушения координационных способностей;
- специальная работа по развитию общих физических способностей — скоростных, силовых, выносливости координационных, гибкости;

- щадящий, здоровьесберегающий режим обучения и физических нагрузок, предусматривающий строгую регламентацию деятельности в соответствии с медицинскими рекомендациями, индивидуализацию темпа обучения и продвижения в образовательном пространстве для разных категорий детей с нарушениями речи;
- специальная коррекционная работа по преодолению отклонений в психомоторной сфере;
- интеграция сенсорно-перцептивного и моторного развития детей;
- формирование и развитие умений регулировать свое психоэмоциональное состояние, развитие эмоционально-волевой сферы средствами физической культуры и спорта;
- специальная работа по развитию речи (понимания и говорения) и коммуникации в процессе занятий физической культурой и посредством движения;
- обеспечение возможности вербальной и невербальной коммуникации;
- использование специального оборудования, ассистивных устройств и технологий для коммуникации (при необходимости).

Ведущей линией коррекционно-развивающей направленности учебной дисциплины «Адаптивная физическая культура» в образовании обучающихся с нарушениями слуха выступает формирование и развитие координации движений, возможности удержания равновесия, коррекция нарушенной функции вестибулярного аппарата. Данная магистральная линия пронизывает все уровни и этапы получения общего образования глухими, слабослышащими, позднооглохшими обучающимися и требует учета при реализации Программы «Адаптивная физическая культура» в системе среднего профессионального образования и высшего образования.

Объективные трудности в удержании обучающимися с нарушениями слуха равновесия, понимания и сохранения положения своего тела в пространстве требуют особого внимания педагога как к созданию безопасной среды в спортивном зале, в иных помещениях и средах, где осуществляются

уроки и занятия по адаптивной физической культуре, так и при отборе коррекционно-развивающих упражнений соответствующей направленности.

Среди таких упражнений выделяют:

- упражнения с изменением площади опоры (ходьба с препятствиями, перешагиванием, ходьба на лыжах, ходьба на коньках, езда на велосипеде);
- статические и динамические упражнения на узкой площади опоры (ползание, ходьба, бег, прыжки по узкой, в том числе наклонной поверхности; балансировка на балансировочной доске, в том числе с бросанием, отбиванием, перебрасыванием мяча, бросанием предметов в цель, в мишень, отбиванием мяча при помощи ракетки);
- спортивные игры, требующие координации движений рук и тела (баскетбол, футбол, бадминтон, теннис);
- упражнения на вращения с постепенным увеличением амплитуды движения (наклоны и повороты головы, повороты головы при наклоненном туловище, повороты и развороты, в том числе в прыжке, кувырки вперед и назад, вращение вокруг опоры при удержании руками, кружение в парах, прыжки на батуте);
- упражнения на начало и конец прямолинейного движения (ходьба, бег, прыжки, в том числе прыжки со скакалкой, в разном темпе, с резкой остановкой, с остановкой и изменением направления движения).

Данные упражнения коррекционно-развивающей направленности предлагаются в процессе реализации Программа на разных уровнях общего образования. Педагог, следуя принципу, от простого к сложному, включает в содержание уроков сначала упражнения с поддержкой, затем выполняемые самостоятельно.

Важно обеспечить комфорт обучающихся при выполнении упражнений, исключить возникновение неприятных ощущений головокружения, укачивания. В связи с этим подбор объема и продолжительности упражнений коррекционно-развивающей направленности должен определяться в

сотрудничестве со специалистами службы медико-психолого-педагогического сопровождения обучающихся с нарушениями слуха.

Специальные условия проведения уроков адаптивной физической культуры:

- в силу ограничения возможностей полноценного восприятия детьми учебной информации предпочтение отдается тем методам, которые на базе использования сохранных анализаторов обеспечивают наиболее полную передачу, восприятие, воспроизведение и переработку учебной информации в доступном для них виде. В связи с этим из перцептивных методов чаще применяются наглядные и практические, которые содействуют овладению сенсорной основой представлений и понятий об изучаемых объектах и явлениях.
- доминирование наглядного мышления, трудности связанные с формированием словесно-логического мышления, ограничивают возможность применения логических и гностических методов, а потому на начальном этапе обучения предпочтение отдается индуктивному методу, а также объяснительно-иллюстративным, репродуктивным и частично-поисковым.
- при отборе и продумывании сочетания методов обучения учитываются как отдаленные коррекционно-образовательные задачи, так и те, которые могут возникнуть в конкретных учебных ситуациях.
- стимуляция речевой активности и коммуникации (словесные отчеты о выполненных действиях, формулирование вопросов, поддержание «рабочего» диалога, информирование о возникающих проблемах);
- адаптация содержания теоретического материала в текстовом/аудио/видео формате в соответствии с речевыми возможностями обучающихся, создание условий, облегчающих работу с данным теоретическим материалом (восприятие/воспроизведение);
- обеспечение понимания обращенной речи (четкое, внятное проговаривание инструкций, коротких и ясных по содержанию).

- нормативные речевые образцы (грамотная речь педагога);
- преимущественное использование методов и приемов демонстрации, показа действий, зрительного образца перед вербальными методами (первоначальный период обучения).

II. Примерная рабочая программа по адаптивной физической культуре для глухих, слабослышащих и позднооглохших обучающихся на уровне начального общего образования

Примерная рабочая программа по адаптивной физической культуре для глухих, слабослышащих и позднооглохших обучающихся на уровне начального общего образования (далее – Программа, Примерная рабочая программа) разработана для образовательных организаций, реализующих адаптированные основные образовательные Программа начального общего образования для глухих, слабослышащих и позднооглохших обучающихся.

Программа разработана в соответствии с:

Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1598);

Примерной адаптированной основной общеобразовательной программой начального общего образования глухих обучающихся, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15).

Примерной адаптированной основной общеобразовательной программой начального общего образования слабослышащих и позднооглохших обучающихся, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15).

2.1. Место учебного предмета в учебном плане

На уровне начального общего образования учебная дисциплина «Адаптивная физическая культура» относится к предметной области «Физическая культура».

Общее число часов, отведенных на изучение учебного предмета «Адаптивная физическая культура» на уровне начального общего образования, составляет 405 часов за четыре учебных года (вариант 1.1, 2.1), АООП НОО для глухих, слабослышащих и позднооглохших обучающихся, три часа в неделю в каждом классе: 1 класс - 99 часов, 2 класс - 102 часа, 3 класс - 102 часа, 4 класс - 102 часа); и 504 часа в случае пролонгации периода обучения в начальной школе на 1 год (вариант 1.2, 2.2 (с пролонгацией)) АООП НОО для глухих, слабослышащих и позднооглохших обучающихся, три часа в неделю в каждом классе: 1 класс - 99 часов, 1 дополнительный класс – 99 часов, 2 класс - 102 часа, 3 класс - 102 часа, 4 класс - 102 часа. Для варианта 1.2: 1 класс - 99 часов, 1 дополнительный класс – 99 часов, 2 класс - 102 часа, 3 класс - 102 часа, 4 класс - 102 часа, 5 класс – 102 часа (Всего 606 часов).

Варианты 1.3, 2.3 – 3 часа в неделю в каждом классе, общее число часов, отведенных на изучение учебного предмета «Адаптивная физическая культура» на уровне начального общего образования, составляет 609 часов: 1 класс - 99 часов, 2 класс – 102 часов, 3 класс - 102 часа, 4 класс - 102 часа, класс - 102 часа, 5 класс – 102, 6 класс – 102 часа. Вариант 1.4 – предусматривает 3 часа в неделю в каждом классе, общее количество часов – 609: 1 класс - 99 часов, 2 класс – 102 часов, 3 класс - 102 часа, 4 класс - 102 часа, класс - 102 часа, 5 класс – 102, 6 класс – 102 часа.

2.2. Характеристика двигательного развития обучающихся младшего школьного возраста с нарушениями слуха

Нарушения двигательной сферы у обучающихся с нарушениями слуха проявляются: 1) в снижении уровня развития общих физических способностей: отставание от нормы в показателях силы основных мышечных групп туловища и рук, скоростно-силовых качествах, скоростных качеств; 2) в трудности сохранения статического и динамического равновесия; 3) в

недостаточно точной координации и неуверенности движений, что особенно заметно при овладении навыком ходьбы; 4) в относительно низком уровне ориентировки в пространстве; 5) в замедленной скорости выполнения отдельных движений, темпа двигательной деятельности в целом (По Л.В. Шапковой).

2.3. Планируемые результаты освоения Програма

Планируемые результаты освоения Програма представлены на уровень образования. Распределение указанных результатов по годам обучения определяется Адаптированной основной общеобразовательной программой начального общего образования обучающихся с нарушениями слуха, разработанной образовательной организацией.

Личностные результаты

Варианты 1.1, 2.1, 1.2, 2.2

- воспитание чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- воспитание уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

Варианты 1.1, 2.1, 1.2, 2.2

- Владение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение пользоваться индивидуальными слуховыми аппаратами и/или имплантами и другими личными адаптивными средствами (радиосистемой, выносным микрофоном и т. п.) при занятиях физкультурой и спортом;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты

**Дифференциация требований к процессу и планируемым результатам
занятий с учетом психофизических возможностей глухого обучающегося
на уровне начального общего образования**

Модуль / тематический блок	Разделы	Дифференциация требований к процессу и планируемым результатам занятий к группам обучающихся в соответствии с ФГОС ОВЗ			
		Вариант 1.1	Вариант 1.2	Вариант 1.3	Вариант 1.4
		Предметные планируемые результаты			
Знания об адаптивной физической культуре		- Объясняет понятия «физическая культура», «режим дня»; - объясняет в простых формулировках назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков адаптивной физической культуры, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития общих физических способностей; - называет основные способы и особенности движений и передвижений человека;	С помощью направляющих вопросов, с использованием вспомогательног о материала (карточек, плана, и т.д.): - объясняет понятия «физическая культура», «режим дня»; - объясняет в простых формулировках назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития общих физических способностей;	С помощью направляющих вопросов, с использованием вспомогательног о материала (карточек, плана, с использованием элементов РЖЯ и т.д.) - объясняет понятия «физическая культура», «режим дня»; - знает индивидуальные основы личной гигиены; - знает правила техники безопасности на уроках адаптивной физкультуры.	- По возможности воспринимают минимум теоретического материала с использование м элементов РЖЯ; - работают с тактильными, визуальными дидактическим и пособиями; - отрабатывают теоретический материал в повседневной жизни, закрепляя их в ритуалах.

		<p>- называет и применяет простые термины из разучиваемых упражнений, объясняет их функциональный смысл и направленность воздействия на организм;</p> <p>- называет индивидуальные основы личной гигиены;</p> <p>- называет основные причины травматизма на занятиях физической культурой и правила их предупреждения.</p>	<p>- называет основные способы и особенности движений и передвижений человека;</p> <p>- называет и применяет простые термины из разучиваемых упражнений, объясняет их функциональный смысл и направленность воздействия на организм;</p> <p>- называет индивидуальные основы личной гигиены;</p> <p>- называет основные причины травматизма на занятиях физической культурой и правила их предупреждения.</p>		
<p>Способы физкультурной деятельности</p>	<p>Самостоятельные занятия.</p> <p>Самостоятельные игры и развлечения.</p>	<p>-Участвует в составлении режима дня;</p> <p>- выполняет простейшие закалывающие процедуры, комплексы упражнений для формирования правильной</p>	<p>С контролирующей, направляющей помощью (визуального плана, письменного плана);</p> <p>-участвует в составлении режима дня;</p>	<p>С контролирующей, направляющей помощью, с использованием элементов РЖЯ:</p> <p>- выполняет комплексы упражнений для формирования</p>	

		<p>осанки и развития мышц туловища, развития общих физических способностей;</p> <p>- проводит под контролем взрослых оздоровительные занятия в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки);</p> <p>- делает выводы о своем физическом развитии и физической подготовленности ю;</p> <p>- измеряет длину и массу тела, показатели осанки и физические способности;</p> <p>- умеет измерять частоту сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений;</p> <p>- может организовать и провести подвижную игру (на спортивных площадках и в спортивных залах).</p>	<p>- выполняет простейшие закалывающие процедуры, комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития общих физических способностей;</p> <p>- проводит под контролем взрослых оздоровительные занятия в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки);</p> <p>- делает выводы о своем физическом развитии и физической подготовленности ю - измеряет длину и массу тела, показатели осанки и физические способности;</p> <p>- умеет измерять частоту сердечных сокращений во время выполнения физических</p>	<p>правильной осанки и развития мышц туловища, развития общих физических способностей;</p> <p>- участвует в оздоровительных занятиях в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки);</p> <p>- может организовать и провести подвижную игру (на спортивных площадках и в спортивных залах);</p> <p>- соблюдает правила игры.</p>	
--	--	--	--	---	--

			упражнений; - может организовать и провести подвижную игру (на спортивных площадках и в спортивных залах).		
Гимнастика с элементами акробатики	Организуящие команды и приемы.	- Выполняет перестроения по команде; - выполняет упражнения по памяти; - выполняет серию действий; - запоминает 2-3 движения и воспроизводит их; - знает пространственные понятия «лево-право», «вперед-назад», «верх-низ»; - проговаривает порядок выполнения упражнения; - называет и применяет простые термины из разучиваемых упражнений, объясняет их функциональный смысл и направленность воздействия на организм; - наблюдает за	-Повторяет за педагогом упражнение; - выполняет перестроения по команде; - выполняет упражнение самостоятельно с опорой на визуальный или письменный план; - проговаривает по возможности порядок выполнения упражнения; - называет и применяет простые термины из разучиваемых упражнений, объясняет их функциональный смысл и направленность воздействия на организм; - наблюдает за своим состоянием, сообщает о	- Строится в шеренге, в колонне с направляющей помощью педагога с использованием элементов РЖЯ; - выполняет упражнения на восстановление дыхания; - выполняет упражнения по фрагментам, соединяя в целое; - выполняет действия по разработанным алгоритмам с совместным проговариванием; - наблюдает за своим состоянием, сообщает о дискомфорте и перегрузках.	- Фиксируют внимание и выполняют простые жестовые инструкции; - выполняют упражнения с направляющей помощью педагога с использованием элементов РЖЯ; - передвигаются в шеренге с направляющей помощью; - ходьба в колонне по одному, взявшись за руки.

		своим состоянием, сообщает о дискомфорте и перегрузках.	дискомфорте и перегрузках.		
	Акробатические упражнения. Акробатические комбинации.	<ul style="list-style-type: none"> - Выполняет упражнение целостно, по необходимости, по подражанию; - включает в работу нужные группы мышц (допустима помощь педагога в построении правильного положения тела при выполнении упражнения); - выполняет изученные серии упражнений по памяти; - проговаривает термины, действия и порядок выполнения упражнения; - удерживает позу при выполнении упражнений на развитие статической координации 10 секунд; - выполняет на память серию из 3-5 упражнений; - выполняет упражнение под 	<ul style="list-style-type: none"> - Выполняет упражнение фрагментарно с предварительным изучением каждого фрагмента по показу; - включает в работу нужные группы мышц (необходима помощь педагога в построении правильного положения тела при выполнении упражнения); - повторяет за педагогом термины, действия и порядок выполнения упражнения; - выполняет серии упражнений с визуальной поддержкой (письменный план, технологическая карта алгоритма); - удерживает статичную позу несколько 		

		самостоятельный счет с контролем педагога.	секунд; - участвует в организации рабочего места; - выполняет на память серию из 3-х упражнений; - выполняет упражнение под самостоятельный счет с контролем педагога.		
Упражнения на низкой гимнастической перекладине Гимнастическая комбинация. Гимнастические упражнения прикладного характера. Общеразвивающие упражнения	- Выполняет упражнение целостно, по необходимости, с визуальной опорой (карточки, схемы и т.д.); - выполняет серию упражнений после многократного повторения алгоритма; - включает в работу нужные группы мышц (обязательный контроль со стороны педагога в построении правильного положения тела при выполнении упражнения); - проговаривает термины, действия и порядок выполнения	- Выполняет упражнение целостно по подражанию; - выполняет серию упражнений после многократного повторения алгоритма с опорой на визуальный (письменный) план; - включает в работу нужные группы мышц (обязательный контроль со стороны педагога в построении правильного положения тела при выполнении упражнения); - проговаривает порядок выполнения	- Выполняет упражнение целостно по подражанию; - выполняет серию упражнений после многократного повторения алгоритма с опорой на визуальный (письменный) план; - включает в работу нужные группы мышц (обязательный контроль со стороны педагога в построении правильного положения тела при выполнении упражнения); - проговаривает порядок выполнения	- Начинает выполнение упражнения по звуковому (световому) сигналу - с предварительным повторением и направляющей помощью выполняет упражнение целостно; - выполняет серию упражнений с использованием визуальной поддержки (плана или образца действия, элементов РЖЯ); - включается в игровую деятельность; - работает с системой	- Фиксирует внимание и выполняют простые жестовые инструкции; - выполняет упражнения с направляющей помощью педагога (элементы РЖЯ); - передвигается в шеренге с сопровождающей помощью; - передвигается по залу под музыку; - выполняет упражнения на развитие динамической координации; - прохлопывает простой ритмический рисунок; выполнение

		<p>упражнения;;</p> <p>-показывает на схеме части тела в соответствии с упражнением и соотносит схему со своим телом;</p> <p>- знает назначение спортивного инвентаря;</p> <p>- умеет работать с тренажерами;</p> <p>- выполняет упражнения для развития мелкой моторики (динамическая и статическая организация двигательного акта), зрительно – моторной координации</p>	<p>упражнения и термины;</p> <p>-показывает на схеме части тела в соответствии с упражнением и соотносит схему со своим телом;</p> <p>- знает назначение спортивного инвентаря;</p> <p>- умеет работать с тренажерами;</p> <p>- проговаривает признаки инвентаря (круглый, мягкий, большой и т.д.);</p> <p>- выполняет упражнения для развития мелкой моторики (динамическая и статическая организация двигательного акта), зрительно – моторной координации.</p>	<p>поощрений;</p> <p>- подбирает одинаковый инвентарь или инвентарь, имеющий один общий признак, проговаривает признаки инвентаря; (Например, собрать только красные мячи, или только мягкие);</p> <p>- выполняет упражнения для развития мелкой моторики (динамическая и статическая организация двигательного акта).</p>	<p>упражнения в медленном темпе.</p>
<p>Легкая атлетика</p>	<p>Ходьба</p> <p>Беговые упражнения</p> <p>Прыжковые упражнения</p>	<p>- Анализирует состав упражнения при предъявлении, проговаривает последовательность действий;</p>	<p>– Выполняет упражнение по показу;</p> <p>- выполняет упражнение с опорой на визуальный или</p>	<p>- Выполняет упражнение с предварительным поэтапным изучением по показу педагога;</p> <p>- переключается</p>	

	Броски Метание Развитие скоростных способностей Развитие выносливости	- выполняет упражнение целостно; - выполняет упражнение в едином темпе; - удерживает правильную осанку при ходьбе и беге; - удерживает амплитуду движения при выполнении упражнений на развитие статической координации до 10 секунд; - проговаривает термины, действия и порядок выполнения упражнения; - по инструкции выполняет упражнение со сменой темпа выполнения; - ориентируются в пространстве зала во время выполнения упражнений; - выполняют упражнения для развития двигательной координации.	письменный план; - удерживает правильную осанку при ходьбе и беге с контролирующей помощью педагога; - удерживает амплитуду движения при выполнении упражнений на развитие статической координации несколько секунд; - проговаривает термины, действия и порядок выполнения упражнения; - по инструкции выполняет упражнение со сменой темпа выполнения; - ориентируются в пространстве зала во время выполнения упражнений; - выполняют упражнения для развития двигательной координации.	с одного действия на другое по звуковому (световому) сигналу с привлечением внимания; - удерживает правильную осанку при ходьбе и беге с контролирующей помощью педагога (с использованием РЖЯ); - удерживает амплитуду движений при выполнении упражнений на развитие статической координации несколько секунд; - по инструкции выполняет упражнение со сменой темпа выполнения.	
	Общеразвиваю	- Выполняет	- Выполняет	- Начинает	- Переносят

	<p>щие упражнения</p> <p>Развитие координации</p> <p>Развитие скоростных способностей</p> <p>Развитие выносливости</p> <p>Развитие силовых способностей</p>	<p>упражнение по подражанию, с визуальной опорой (карточки, схемы и т.д.);</p> <p>- включает в работу нужные группы мышц (обязательный контроль со стороны педагога в построении правильного положения тела при выполнении упражнения);</p> <p>- показывает на схеме части тела в соответствии с упражнением и соотносит схему со своим телом;</p> <p>- участвует в соревнованиях;</p> <p>- применяет самоконтроль при выполнении упражнений;</p> <p>- проговаривает термины, действия и порядок выполнения упражнения;</p> <p>- выполняет упражнение в едином темпе, ритме;</p> <p>- проговаривает назначение спортивного инвентаря;</p>	<p>знакомое упражнение целостно;;</p> <p>- выполняет серии упражнений по подражанию, с визуальной опорой (карточки, схемы и т.д.);</p> <p>- проговаривает термины, действия и порядок выполнения упражнения;</p> <p>- включает в работу нужные группы мышц (обязательный контроль со стороны педагога в построении правильного положения тела при выполнении упражнения);</p> <p>- проговаривает назначение спортивного инвентаря;</p> <p>- выполняет упражнения для развития мелкой моторики (динамическая и статическая организация двигательного акта).</p>	<p>выполнение упражнения по звуковому (световому) сигналу</p> <p>- с предварительным повторением выполняет упражнение целостно, необходим контроль выполнения упражнения с визуальной опорой (карточки, схемы, элементы РЖЯ и т.д.);</p> <p>- выполняет серию упражнений с использованием визуального плана;</p> <p>- включается в игровую деятельность;</p> <p>- работает с системой поощрений;</p> <p>- подбирает одинаковый инвентарь или инвентарь, имеющий один общий признак, (Например,, собрать только красные мячи, или только</p>	<p>гимнастическую скамейку и мат под руководством и с помощью учителя;</p> <p>- выполняют упражнение с помощью педагога от начала до конца;</p> <p>- находят место начала упражнения с направляющей помощью взрослого (элементы РЖЯ).</p>
--	---	---	--	---	---

		- выполняет упражнения для развития мелкой моторики (динамическая и статическая организация двигательного акта).		мягкие), проговаривает свойства; - выполняет упражнения для развития мелкой моторики (динамическая и статическая организация двигательного акта).	
Подвижные и спортивные игры.	<p>На материале гимнастики с основами акробатики</p> <p>На материале легкой атлетики</p> <p>На материале лыжной подготовки</p> <p>На материале спортивных игр</p>	<p>- Выполняет упражнение целостно со словесным сопровождением педагога и одновременным выполнением по подражанию, с визуальной опорой (карточки, схемы и т.д.);</p> <p>- включает в работу нужные группы мышцы (обязательный контроль со стороны педагога в построении правильного положения тела при выполнении упражнения);</p> <p>- принимает правила подвижной игры, следует им проговаривает их;</p> <p>- использует имитационные и</p>	<p>- выполняет упражнение целостно со словесным (жестовым) сопровождением педагога и одновременным выполнением по подражанию, с визуальной опорой (карточки, схемы и т.д.);</p> <p>- принимает правила подвижной игры, следует им, по возможности проговаривает их;</p> <p>- выполняет изученное движение в сочетании с другими действиями (например, ведение мяча в движении с</p>	<p>- Начинает выполнение упражнения по звуковому (световому) сигналу;</p> <p>- с предварительным повторением выполняет упражнение целостно, необходимо словесное (жестовое) сопровождение педагогом упражнения и контроль, выполнение упражнения с визуальной опорой (карточки, схемы и т.д.);</p> <p>- выполняет серию упражнений с использованием визуального</p>	<p>- Участвует в играх на ориентировку в зале;</p> <p>- двигается в направлении звукового (светового) сигнала;</p> <p>- ходит по «коридору» между двумя скамейками или булавами.</p>

		<p>образно-игровые движения в подвижных играх;</p> <p>-выполняют упражнения по памяти со словесным пояснением учителя;</p> <p>- выполняет упражнения в режиме изменения характеристик (темп, ритм, скорость, ускорение, направление движения, амплитуда, траектория движения и т. д.);</p> <p>- понимает сложную двигательную инструкцию;- включается в игровую деятельность;</p> <p>- взаимодействует со сверстниками в игровой деятельности.</p>	<p>последующим броском в цель и др.);</p> <p>- включается в игровую деятельность;</p> <p>- взаимодействует со сверстниками в игровой деятельности.</p>	<p>плана;</p> <p>- включается в игровую деятельность;</p> <p>- работает с системой поощрений;</p> <p>- знает и называет назначение спортивного инвентаря;</p> <p>- ориентируется в пространстве спортивного зала;</p> <p>- включается в игровую деятельность;</p> <p>- вступает во взаимодействие со сверстниками в игровой деятельности.</p>	
Лыжная подготовка	<p>Обучение основным элементам лыжной подготовки</p>	<p>- Строится самостоятельно;</p> <p>- соблюдает технику безопасности, может рассказать правила ТБ;</p>	<p>- Строится с опорой на зрительные ориентиры;</p> <p>- соблюдает правила техники безопасности;</p>	<p>С направляющей помощью</p> <p>- выполняет упражнение совместно с педагогом с опорой на</p>	<p>- Выполняет инструкцию педагога с направляющей помощью (элементы РЖЯ);</p>

	<p>Общеразвивающие упражнения</p> <p>Развитие координации</p> <p>Развитие выносливости</p>	<p>- выполняет незнакомое упражнение по показу;</p> <p>- передвигается по учебной лыжне самостоятельно;</p> <p>- выполняет упражнения по памяти;</p> <p>- выполняет упражнения с изменением внешних условий: передвижение на лыжах по рыхлому снегу и по накатанной лыжне и т. д.;</p> <p>- проговаривает термины, действия и порядок выполнения упражнения;</p> <p>- знает пространственные термины;</p> <p>- восстанавливает запутанный алгоритм выполнения упражнения;</p> <p>- участвует в соревнованиях;</p> <p>- удерживает правильную осанку при ходьбе и беге на лыжах;</p> <p>- выполняет</p>	<p>- выполняют упражнения с направляющей помощью;</p> <p>- выполняет упражнение с опорой на визуальный план;</p> <p>- удерживают правильную осанку при ходьбе и беге на лыжах;</p> <p>- выполняют упражнения по чередованию работы рук и ног (Например, чередует хлопок с шагом);</p> <p>- участвует в соревнованиях;</p> <p>- включается в игровую деятельность;</p> <p>- взаимодействует в игре со сверстниками.</p>	<p>визуальный план и жестовую речь;</p> <p>- соблюдает правила техники безопасности;</p> <p>- переключается с одного действия на другое по звуковому (световому) сигналу с привлечением внимания;</p> <p>- удерживает правильную осанку при ходьбе и беге на лыжах;</p> <p>- выполняет упражнения по чередованию работы рук и ног (Например, чередует хлопок с шагом);</p> <p>- включается в игровую деятельность.</p> <p>- взаимодействует в игре со сверстниками.</p>	<p>- начинает движение по звуковому (зрительному) сигналу;</p> <p>- определяет способ преодоления препятствия при лазании и ползании;</p> <p>- двигается в одном направлении;</p> <p>- играет по правилам.</p>
--	--	--	--	---	--

		<p>упражнения по чередованию работы рук и ног (Например, чередует хлопок с шагом);</p> <ul style="list-style-type: none"> - включается в игровую деятельность; - взаимодействует в игре со сверстниками. 			
Плавание	<p>Обучение основным элементам плавания</p> <p>Общеразвивающие упражнения</p> <p>Развитие выносливости</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Знает правила поведения на воде и следует им; - свободно держится на воде и погружается в воду; - проплывает 10-15 метров свободным стилем; - знает основные правила соревнований; - соблюдает правила дисциплины, - выполняет упражнения по памяти со словесным пояснением учителя с самостоятельным проговариванием; - выдерживает темп и ритм выполнения. 	<ul style="list-style-type: none"> - Соблюдает правила техники безопасности в бассейне; - выполняет упражнения по инструкции педагога; - выполняет инструкции; - удерживает правильную осанку; - выполняет упражнения по чередованию работы рук и ног (Например, чередует хлопок с шагом) - проговаривает термины; - удерживает правильную осанку. 	<ul style="list-style-type: none"> - Под контролем педагога соблюдает технику безопасности; - выполняет упражнение совместно с педагогом с опорой на визуальный план и жестовую речь; - переключается с одного действия на другое по звуковому сигналу с привлечением внимания; - удерживает правильную осанку; - выполняет упражнения по чередованию работы рук и ног (Например, 	<ul style="list-style-type: none"> - Безбоязненно заходит в бассейн; - держится на воде при помощи надувных игрушек; - реагирует на поощрения за выполнение упражнений.

		<ul style="list-style-type: none"> - выполняет упражнение с опорой на визуальный план; - проговаривает термины, действия и порядок выполнения упражнения; - удерживает правильную осанку. 		<ul style="list-style-type: none"> чередует хлопок с шагом) 	
--	--	--	--	--	--

Дифференциация требований к процессу и предметным примерным планируемым результатам занятий с учетом психофизических возможностей слабослышащего или позднооглохшего обучающегося на уровне начального общего образования

Модуль / тематический блок	Разделы	Дифференциация требований к процессу и предметным примерным планируемым результатам занятий к группам обучающихся в соответствии с ФГОС ОВЗ		
		Вариант 2.1	Вариант 2.2	Вариант 2.3
Знания об адаптивной физической культуре		<ul style="list-style-type: none"> С незначительной помощью педагога (Например, вариативные вопросы с визуальной поддержкой) - объясняет понятия «физическая культура», «режим дня»; - объясняет в простых формулировках назначение утренней зарядки, физкультминуток и 	<ul style="list-style-type: none"> С помощью направляющих вопросов, с использованием вспомогательного материала (карточек, плана и т.д.): - объясняет понятия «физическая культура», «режим дня»; - объясняет в простых формулировках 	<ul style="list-style-type: none"> С помощью направляющих вопросов, с использованием вспомогательного материала (карточек, плана, жестов и т.д.) - объясняет понятия «физическая культура», «режим дня»;

		<p>физкультпауз, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития общих физических способностей;</p> <p>- называет основные способы и особенности движений и передвижений человека;</p> <p>- называет и применяет простые термины из разучиваемых упражнений, объясняет их функциональный смысл и направленность воздействия на организм;</p> <p>- называет индивидуальные основы личной гигиены;</p> <p>- называет основные причины травматизма на занятиях физической культурой и правила их предупреждения.</p>	<p>назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития общих физических способностей;</p> <p>- называет основные способы и особенности движений и передвижений человека;</p> <p>- называет и применяет простые термины из разучиваемых упражнений, объясняет их функциональный смысл и направленность воздействия на организм;</p> <p>- называет основы индивидуальной личной гигиены;</p> <p>- называет основные причины травматизма на занятиях физической культурой и правила их предупреждения.</p>	<p>- знает основы индивидуальной личной гигиены</p> <p>- знает правила техники безопасности на уроках адаптивной физкультуры.</p>
<p>Способы физкультурной деятельности</p>	<p>Самостоятельные занятия</p> <p>Самостоятельные игры и развлечения</p>	<p>-Участвует в оставлении режима дня;</p> <p>- выполняет простейшие закаливающие процедуры, комплексы упражнений для</p>	<p>- Выполняет комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц</p>	<p>С контролирующей, направляющей помощью:</p> <p>- выполняет комплексы</p>

		<p>формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития общих физических способностей;</p> <p>- проводит под контролем взрослых оздоровительные занятия в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки);</p> <p>- делает выводы о своем физическом развитии и физической подготовленности - измеряет длину и массу тела, показатели осанки и физические способности;</p> <p>- умеет измерять частоту сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений;</p> <p>- может организовать и провести подвижную игру (на спортивных площадках и в спортивных залах).</p>	<p>туловища, развития общих физических способностей;</p> <p>- участвует в оздоровительных занятиях в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки);</p> <p>- может организовать и провести подвижную игру (на спортивных площадках и в спортивных залах);</p> <p>- соблюдает правила игры.</p>	<p>упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития общих физических способностей;</p> <p>- участвует в оздоровительных занятиях в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки);</p> <p>- может организовать и провести подвижную игру (на спортивных площадках и в спортивных залах)</p> <p>- соблюдает правила игры.</p>
<p>Гимнастика с элементами акробатики</p>	<p>Организующие команды и приемы.</p>	<p>- Выполняет упражнения с опорой на словесную инструкцию;</p> <p>- выполняет построение в шеренгу и колонну, задания в шеренге;</p> <p>- выполняет упражнения по памяти со словесным пояснением учителя;</p> <p>- выполняет серию действий;</p> <p>- знает пространственные понятия «лево-право»,</p>	<p>- Выполняет упражнение с опорой на визуальный план и с использованием зрительных пространственных ориентиров для обозначения пространственных терминов;</p> <p>- выполняет простые перестроения в шеренге;</p>	<p>- Выполняет упражнение совместно с педагогом;</p> <p>- переключается с одного действия на другое по звуковому (световому) сигналу с привлечением внимания;</p> <p>- наблюдает за</p>

		<p>«вперед-назад», «верх-низ»;</p> <p>- выполняет усложняющие задания педагога в процессе ходьбы и бега;</p> <p>- выполняет дыхательные упражнения разными способами: грудное и диафрагмальное дыхание, медленное и быстрое, поверхностное и глубокое.</p>	<p>- переключается с одного действия на другое по звуковому сигналу с привлечением внимания;</p> <p>- двигается под музыку, старается соблюдать ритмический рисунок;</p> <p>- выполняет серию действий с визуальными, словесными подсказками;</p> <p>- удерживает статическую позу в течение 10 секунд;</p> <p>- знает простые пространственные термины;</p> <p>- выполняет дыхательные упражнения разными способами: грудное и диафрагмальное дыхание, медленное и быстрое, поверхностное и глубокое.</p>	<p>своим состоянием, сообщает о дискомфорте и перегрузках.</p>
	<p>Акробатические упражнения.</p> <p>Акробатические комбинации.</p>	<p>- Выполняет упражнение целостно со словесным сопровождением и одновременным выполнением упражнений, по необходимости, по подражанию;</p> <p>- включает в работу нужные группы мышц (допустима помощь</p>	<p>-Начинает выполнение упражнения по звуковому сигналу;</p> <p>- выполняет упражнение поэтапно со словесным сопровождением педагога (опора на артикуляцию педагога)</p>	

		<p>педагога в построении правильного положения тела при выполнении упражнения);</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществляет самоконтроль при выполнении упражнений; - проговаривает порядок выполнения и термины самостоятельно; - взаимодействует со сверстниками в игровой деятельности; - удерживает позу при выполнении упражнений на развитие статической координации 10 секунд; - выполняет на память серию из 5-х упражнений. 	<p>и одновременным выполнением упражнений, по необходимости, по подражанию с визуальной опорой;</p> <ul style="list-style-type: none"> - включает в работу нужные мышцы групп (допустима помощь педагога в построении правильного положения тела при выполнении упражнения); - взаимодействует со сверстниками в игровой деятельности; - проговаривает действия и термины; - удерживает позу при выполнении упражнений на развитие статической координации несколько секунд; - выполняет на память серию из 3-х упражнений; - выполняет упражнение под самостоятельный счет с контролем педагога. 	
--	--	---	---	--

	<p>Упражнения на низкой гимнастической перекладине</p> <p>Гимнастическая комбинация.</p> <p>Гимнастические упражнения прикладного характера.</p> <p>Общеразвивающие упражнения</p>	<p>- Выполняет упражнение целостно со словесным сопровождением педагога и, по необходимости, одновременным выполнением упражнений по подражанию;</p> <p>- включает в работу нужные группы мышц (допустима помощь педагога в построении правильного положения тела при выполнении упражнения);</p> <p>- знает и называет назначение спортивного инвентаря;</p> <p>- включается в игровую деятельность при выполнении упражнений, проговаривает правила игры;</p> <p>- взаимодействует со сверстниками в игровой, соревновательной деятельности;</p> <p>- выполняет упражнения для развития мелкой моторики (динамическая и статическая организация двигательного акта);</p> <p>- выполняет на память серию из 3-5 упражнений;- выполняет манипуляции с предметами (перекладывание, подбрасывание, ловля,</p>	<p>- Выполняет упражнение целостно со словесным сопровождением педагога и одновременным выполнением по подражанию, с визуальной опорой (карточки, схемы и т.д.);</p> <p>- включает в работу нужные группы мышц (обязательный контроль со стороны педагога в построении правильного положения тела при выполнении упражнения);</p> <p>-показывает на схеме части тела в соответствии с упражнением и соотносит схему со своим телом;</p> <p>- знает назначение спортивного инвентаря, проговаривает;</p> <p>- умеет работать с тренажерами;</p> <p>- проговаривает признаки инвентаря (круглый, мягкий, большой и т.д.);</p> <p>- выполняет упражнения для развития мелкой моторики (динамическая и</p>	<p>- Начинает выполнение упражнения по звуковому (световому) сигналу;</p> <p>- с предварительным повторением и направляющей помощью выполняет упражнение целостно;</p> <p>- выполняет серию упражнений с использованием визуальной поддержки (плана или образца действия, по- необходимости, жестов);</p> <p>- включается в игровую деятельность;</p> <p>- работает с системой поощрений;</p> <p>- подбирает одинаковый инвентарь или инвентарь, имеющий один общий признак (Н-р, собрать только красные мячи, или только мягкие);</p> <p>- выполняет упражнения для развития мелкой</p>
--	--	---	--	--

		жонглирование и т.д.).	статическая организация двигательного акта); - выполняет манипуляции с предметами (перекладывание, подбрасывание, ловля, жонглирование и т.д.).	моторики (динамическая и статическая организация двигательного акта).
Легкая атлетика	Ходьба Беговые упражнения Прыжковые упражнения Броски Метание Развитие скоростных способностей Развитие выносливости	- Четко выполняет упражнения с опорой на словесную инструкцию; - проговаривает порядок выполнения действия и в соответствии с этим выполняет действие; - проговаривает термины; - удерживает правильную осанку при ходьбе и беге; - выполняет упражнения по чередованию работы рук и ног (Например, чередует хлопок с шагом); - удерживает статическую позу с полной амплитудой при выполнении упражнений на развитие статической координации 10 секунд; - по инструкции	- Выполняет упражнение с опорой на визуальный план; - удерживает правильную осанку при ходьбе и беге; - проговаривает термины; - удерживает статическую позу с полной амплитудой при выполнении упражнений на развитие статической координации до 10 секунд; - по инструкции выполняет упражнение со сменой темпа выполнения; - выполняет манипуляции с предметами	- Выполняет упражнение совместно с педагогом; - переключается с одного действия на другое по звуковому (световому) сигналу с привлечением внимания; - удерживает правильную осанку при ходьбе и беге; - удерживает амплитуду движений при выполнении упражнений на развитие статической координации

		<p>выполняет упражнение со сменой темпа выполнения;</p> <p>- выполняет манипуляции с предметами (перекладывание, подбрасывание, ловля, жонглирование и т.д.);</p> <p>- выполняет упражнения на выработку сильной воздушной струи.</p>	<p>(перекладывание, подбрасывание, ловля, жонглирование и т.д.);</p> <p>- выполняет упражнения на выработку сильной воздушной струи.</p>	<p>несколько секунд;</p> <p>- по инструкции (по необходимости, жестовой)</p> <p>выполняет упражнение со сменой темпа выполнения.</p>
	<p>Общеразвивающие упражнения</p> <p>Развитие координации движений</p> <p>Развитие скоростных способностей</p> <p>Развитие выносливости</p> <p>Развитие силовых способностей</p>	<p>- Выполняет упражнение целостно со словесным сопровождением педагога и, по необходимости, одновременным выполнением упражнений по подражанию;</p> <p>- включает в работу нужные группы мышц (допустима помощь педагога в построении правильного положения тела при выполнении упражнения);</p> <p>- показывает на схеме части тела в соответствии с упражнением и соотносит схему со своим телом;</p> <p>- знает и проговаривает назначение спортивного инвентаря;</p> <p>- выполняет серию упражнений по памяти;</p> <p>- включается в игровую деятельность при выполнении</p>	<p>-Начинает выполнение упражнения по звуковому сигналу;</p> <p>- выполняет упражнение целостно со словесным сопровождением педагога и одновременным выполнением по подражанию, с визуальной опорой (карточки, схемы и т.д.);</p> <p>- включает в работу нужные группы мышц (обязательный контроль со стороны педагога в построении правильного положения тела при выполнении упражнения);</p> <p>- выполняет серию упражнений с использованием визуального плана;</p> <p>-показывает на схеме</p>	<p>- Начинает выполнение упражнения по звуковому (световому) сигналу;</p> <p>- с предварительным повторением выполняет упражнение целостно, необходимо словесное сопровождение педагогом упражнения и контроль, выполнение упражнения с визуальной опорой (карточки, схемы, жесты и т.д.);</p> <p>- выполняет серию упражнений с использованием визуального плана;</p> <p>- включается в игровую</p>

		<p>упражнений; - осуществляет самоконтроль и взаимоконтроль при выполнении упражнений;- выполняет упражнения для развития мелкой моторики (динамическая и статическая организация двигательного акта).</p>	<p>части тела в соответствии с упражнением и соотносит схему со своим телом; - знает и проговаривает назначение спортивного инвентаря; - умеет работать с тренажерами; - проговаривает признаки инвентаря (круглый, мягкий, большой и т.д.); - выполняет упражнения для развития мелкой моторики (динамическая и статическая организация двигательного акта).</p>	<p>деятельность; - работает с системой поощрений; - выполнение упражнений под музыку с направляющей помощью; - подбирает одинаковый инвентарь или инвентарь, имеющий один общий признак; (Например,, собрать только красные мячи, или только мягкие); - выполняет упражнения для развития мелкой моторики (динамическая и статическая организация двигательного акта).</p>
<p>Подвижные и спортивные игры.</p>	<p>На материале гимнастики с основами акробатики</p> <p>На материале легкой атлетики</p> <p>На материале лыжной подготовки</p> <p>На материале спортивных игр</p>	<p>- Выполняет упражнение целостно со словесным сопровождением педагога и, по необходимости, одновременным выполнением упражнений по подражанию;</p> <p>- знает и проговаривает назначение спортивного инвентаря;</p> <p>- проговаривает правила игр;</p>	<p>-Начинает выполнение упражнения по звуковому сигналу; - выполняет упражнение целостно со словесным сопровождением педагога и одновременным выполнением по подражанию, с визуальной опорой (карточки, схемы и</p>	<p>- Начинает выполнение упражнения по звуковому (световому) сигналу; - с предварительным повторением выполняет упражнение целостно, необходимо словесное</p>

		<p>- включается в игровую деятельность;</p> <p>- взаимодействует со сверстниками в игровой деятельности;</p> <p>- выполняет дыхательные упражнения разными способами: грудное и диафрагмальное дыхание, медленное и быстрое, поверхностное и глубокое.</p>	<p>т.д.);</p> <p>- включает в работу нужные группы мышц (обязательный контроль со стороны педагога в построении правильного положения тела при выполнении упражнения);</p> <p>- знает и проговаривает назначение спортивного инвентаря;</p> <p>- включается в игровую деятельность, принимает правила игры, знает их;</p> <p>- взаимодействует со сверстниками в игровой деятельности;</p> <p>- выполняет дыхательные упражнения разными способами: грудное и диафрагмальное дыхание, медленное и быстрое, поверхностное и глубокое.</p>	<p>(жестовое)</p> <p>сопровождение педагогом упражнения и контроль, выполнение упражнения с визуальной опорой (карточки, схемы и т.д.);</p> <p>- выполняет серию упражнений с использованием визуального плана;</p> <p>- включается в игровую деятельность, знает правила игры;</p> <p>- работает с системой поощрений;</p> <p>- знает назначение спортивного инвентаря;</p> <p>- ориентируется в пространстве спортивного зала;</p> <p>- вступает во взаимодействие со сверстниками в игровой деятельности.</p>
--	--	--	--	---

<p>Лыжная подготовка</p>	<p>Обучение основным элементам лыжной подготовки</p> <p>Общеразвивающие упражнения</p> <p>Развитие координации движений</p> <p>Развитие выносливости</p>	<p>- Строится самостоятельно;</p> <p>- соблюдает технику безопасности, может рассказать правила ТБ;</p> <p>- выполняет незнакомое упражнение по показу;</p> <p>- передвигается по учебной лыжне самостоятельно;</p> <p>- выполняет упражнения по памяти;</p> <p>- выполняет упражнения с изменением внешних условий: передвижение на лыжах по рыхлому снегу и по накатанной лыжне и т. д.;</p> <p>- проговаривает термины, действия и порядок выполнения упражнения;</p> <p>- знает пространственные термины;</p> <p>- применяет самоконтроль при выполнении упражнений;</p> <p>- восстанавливает запутанный алгоритм выполнения упражнения;</p> <p>- участвует в соревнованиях;</p> <p>- удерживает правильную осанку при ходьбе и беге на лыжах;</p> <p>- выполняет упражнения по чередованию работы рук и ног (Например, чередует хлопок с шагом);</p> <p>- включается в игровую</p>	<p>- Строится с опорой на зрительные ориентиры;</p> <p>- соблюдает правила техники безопасности;</p> <p>- выполняет упражнения с направляющей помощью;</p> <p>- переключается с одного действия на другое по звуковому сигналу с привлечением внимания;</p> <p>- удерживает правильную осанку при ходьбе и беге на лыжах;</p> <p>- выполняет упражнения по чередованию работы рук и ног (Например, чередует хлопок с шагом).</p> <p>- участвует в соревнованиях;</p> <p>- включается в игровую деятельность;</p> <p>- взаимодействует в игре со сверстниками;</p> <p>- выполняет дыхательные упражнения разными способами: грудное и диафрагмальное дыхание, медленное и быстрое, поверхностное и глубокое.</p>	<p>- Строится в шеренгу с направляющей помощью педагога;</p> <p>- следует правилам техники безопасности;</p> <p>- самостоятельно передвигается по лыжне;</p> <p>- выполняет упражнение совместно с педагогом с опорой на визуальный план и с использованием зрительных пространственных ориентиров, жестов;</p> <p>- переключается с одного действия на другое по звуковому, жестовому сигналу с привлечением внимания;</p> <p>- удерживает правильную осанку при ходьбе и беге на лыжах;</p> <p>- выполняет упражнения по чередованию работы рук и ног (Например, чередует хлопок с шагом);</p> <p>- включается в</p>
---------------------------------	--	---	---	--

		<p>деятельность;</p> <p>- взаимодействует в игре со сверстниками.</p>		<p>игровую деятельность;</p> <p>- взаимодействует в игре со сверстниками.</p>
Плавание	<p>Обучение основным элементам плавания</p> <p>Общеразвивающие упражнения</p> <p>Развитие выносливости</p>	<p>- Знает правила поведения на воде, проговаривает их и следует им;</p> <p>- свободно держится на воде и погружается в воду;</p> <p>- проплывает 10-15 метров свободным стилем;</p> <p>- знает основные правила соревнований, проговаривает их;</p> <p>- соблюдает правила дисциплины,</p> <p>- выполняет упражнения по памяти со словесным пояснением учителя с самостоятельным проговариванием;</p> <p>- ориентируется в пространстве бассейна;</p> <p>- выдерживает темп и ритм выполнения.</p>	<p>- Соблюдает правила техники безопасности в бассейне;</p> <p>- выполняет упражнения по инструкции педагога , проговаривает порядок действий за педагогом;</p> <p>- проплывает отрезок свободным стилем;</p> <p>- ориентируется в пространстве бассейна;</p> <p>- выполняет инструкции;</p> <p>- удерживает правильную осанку;</p> <p>- выполняет упражнения по чередованию работы рук и ног (Например, чередует хлопок с шагом).</p>	<p>-Под контролем педагога соблюдает технику безопасности;</p> <p>- выполняет упражнение совместно с педагогом с опорой на визуальный план, жестовую речь;</p> <p>- переключается с одного действия на другое по звуковому (световому) сигналу с привлечением внимания;</p> <p>- удерживает правильную осанку;</p> <p>- выполняет упражнения по чередованию работы рук и ног (Например, чередует хлопок с шагом).</p>

2.4 Содержание Программа с указанием видов деятельности и условий реализации Программа

Содержание Программа с указанием видов деятельности и условий реализации Программа для глухих обучающихся на уровне начального общего образования

Модуль / тематический блок	Разделы	Содержание Программа	Дифференциация видов деятельности для отдельных групп обучающихся в соответствии с ФГОС ОВЗ			
			Вариант 1.1	Вариант 1.2	Вариант 1.3	Вариант 1.4
			Дополнительные виды деятельности для реализации особых образовательных потребностей глухих обучающихся			
Знания об адаптивной физической культуре	Физическая культура как система занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека.	<p>Вариант 1.1</p> <p>Адаптивная физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.</p> <p>Вариант 1.2 Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий,</p>	- Просматриваю т видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры (с субтитрами); - следят за рассказом педагога с опорой на визуальный, письменный план; - по возможности слушают рассказ педагога; - отвечают на вопросы по теоретическом	- Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры (с субтитрами, калькирующей жестовой речью); - отвечают на вопросы по прослуша	- Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры (с субтитрами и жестовой речью); - по возможности слушают рассказ	- По возможности просматривают видеоматериалы с минимум теоретического материала, сопровождаемы й жестами; - работаю т с тактильн ыми наглядн ыми

		<p>подбор одежды, обуви и инвентаря. Правила личной гигиены.</p> <p>Физические упражнения.</p> <p>Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств, основы спортивной техники изучаемых упражнений. Физическая подготовка и её связь с развитием общих физических способностей.</p> <p>Характеристика общих физических способностей: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.</p> <p>Вариант 1.3</p> <p>Формирование первоначальных знаний в области адаптивной физической культуры.</p> <p>Адаптивная физическая культура как организация занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.</p> <p>Физические нагрузки в занятиях физической культурой, допустимые физические нагрузки, противопоказания.</p>	<p>у материалу;</p> <p>- с помощью педагога выполняют практические занятия с заданными параметрами (составляют режим дня, подбирают материал по теме и т.д.);</p> <p>- участвуют в групповой работе по поиску информации или выполнению задания;</p> <p>- участвуют в проектной деятельности на доступном уровне.</p>	<p>нному материалу с опорой на визуальный план;</p> <p>- с помощью педагога выполняю т практические занятия с заданным параметрами (составляют режим дня, подбираю т материал по теме и т.д.);</p> <p>-с направля ющей помощью участвуют в групповой работе по поиску информац ии или выполнен ию задания;</p> <p>- участвуют</p>	<p>педагога , сопровождаемы й РЖЯ - отвечаю т на вопросы по изученн ому материа лу с опорой на наглядн ость;</p> <p>- с помощью педагога выполня ют практиче ские занятия с заданны ми парамет рами (дополня ют режим дня, подбيرا ют материа л по теме и т.д.);</p>	<p>дидактическими пособиями;</p> <p>- отрабатывают теоретический материал в повседневной жизни, закрепляя их в ритуалах .</p>
--	--	--	---	---	--	---

	<p>Из истории физической культуры</p>	<p>Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: остановка по требованию учителя, организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря. Культурно-гигиенические требования к занятиям адаптивной физической культурой.</p> <p>Вариант 1.4</p> <p>Личная гигиена, солнечные и воздушные ванны. Занятия адаптивной физической культурой. Способы передвижения человека. Виды движений. Физические упражнения. Утренняя гимнастика. Режим дня. Подвижные и спортивные игры (содержание, правила). Азбука движений. Положения рук, кистей, ног, стоп, головы. Положения лежа на спине, животе, седы, выпады, повороты. Исходная стойка и ее формирование.</p> <p>Вариант 1.1</p> <p>История развития физической культуры и первых соревнований. Особенности физической культуры разных народов. Ее связь с природными, географическими особенностями,</p>		<p>в проектной деятельности на доступном уровне.</p>	<p>- участию в групповой работе по поиску информации или выполнению задания.</p>	
--	---------------------------------------	---	--	--	--	--

	<p>Физические упражнения</p> <p>Физическая подготовка и ее связь с развитием общих физических способностей</p>	<p>традициями и обычаями народа. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.</p> <p>Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств.</p> <p>Характеристика общих физических способностей: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.</p> <p>Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.</p>				
<p>Способы физической деятельности.</p>	<p>Самостоятельные занятия.</p>	<p>Вариант 1.1</p> <p>Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития общих физических способностей; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).</p> <p>Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.</p> <p>Измерение длины и массы тела, показателей осанки и</p>	<p>-Составляют с педагогом режим дня;</p> <p>- выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития общих физических способностей;</p> <p>- проводят под контролем взрослых</p>	<p>-</p> <p>Выполняют комплексные упражнения для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития общих физических способностей;</p> <p>-</p> <p>участвуют</p>	<p>-</p> <p>Выполняет комплексные упражнения для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития общих физических способностей;</p>	

		<p>физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений</p> <p>Вариант 1.2</p> <p>Выполнение комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития общих физических способностей; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).</p> <p>Вариант 1.3</p> <p>Чистота одежды и обуви. Правила утренней гигиены и их значение для человека. Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Чистота зала, снарядов. Значение физических упражнений для здоровья человека. Формирование понятий: опрятность, аккуратность. Физическая нагрузка и отдых. Физическое развитие. Осанка. Физические качества. Понятия о предварительной и исполнительной командах. Предупреждение травм во время занятий. Значение и основные правила</p>	<p>оздоровительные занятия в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).</p> <p>- делают выводы о своем физическом развитии и физической подготовленности - измеряет длину и массу тела, показатели осанки и физические способности - измеряют частоту сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений; - играют на спортивных площадках.</p>	<p>в оздоровительных занятиях в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки); - выполнен простейших закаливаний процедур, комплексов упражнений для формирования правильно осанки и развития мышц туловища, развития общих физических способностей; - измерять частоту сердечных сокращений во время выполнения</p>	<p>- участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки). - соблюдать правила игры в совместных играх.</p>	
--	--	--	--	---	--	--

	Самостоятельные игры и развлечения.	закаливания. Понятия: физическая культура, физическое воспитание. Вариант 1.1, 1.2 Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).		ия физически х упражнений		
Гимнастика с элементами акробатики	Организующие команды и приемы.	Вариант 1.1 Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд. Вариант 1.2, 1.3 Простейшие виды построений. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение простейших строевых команд с одновременным показом учителя. Вариант 1.4 Построение друг за другом в любом порядке за учителем, в играх. Построение круга в любом порядке вокруг учителя. Построение в колонну и шеренгу по одному. Построение парами (организованный вход в зал и выход из зала, в играх). Повороты на месте. Размыкание и смыкание приставными шагами. Ходьба на месте.	<i>Этап</i> <i>знакомства с упражнением:</i> - выполняют упражнения по показу и словесному объяснению педагога. <i>Этап</i> <i>закрепления:</i> - выполняют упражнение самостоятельно, проговаривают порядок выполнения действия; -выполняют серию упражнений. <i>Коррекционная работа:</i> - выполняют упражнения для развития переключаемости движений; - проговаривают	<i>Этап</i> <i>знакомства с упражнением:</i> - выполняю т упражне ния по показу и словесном у объяснени ю педагога с использов анием пространс твенных ориентиров. <i>Этап</i> <i>закрепления:</i> - выполняю т упражне ние с использов	<i>Этап</i> <i>знакомства с упражнением:</i> - выполня ют упражне ния с использо ванием зрительных пространственных ориентиров для построения схем перестроения, жестовой речи. <i>Этап</i> <i>закрепления:</i> - выполня	- Фиксируют внимание и выполняют простые речевые или жестовые инструкции; - выполняют упражнения с направляющей помощью педагога, с использованием элемента ов РЖЯ; - передвиг

			<p>порядок выполнения действий и термины; - выполняют упражнения для формирования пространственных представлений.</p>	<p>анием визуальных опор (карточек, схем),, проговаривают порядок выполнения действия; - выполняю т серию упражнений по визуальн ому плану. <i>Коррекционная работа:</i> - совместно с педагогом проговаривание терминов, порядка выполнения действий; - выполняю т упражнения для развития переключаемости движений; -</p>	<p>ют упражнения по визуальн ому плану с активизацией внимания; - выполне ние упражне ний по фрагмен там с контрол ирующе й помощью учителя; - многократно воспроиз водят разученн ое действие. <i>Коррекционная работа:</i> - выполня ют действия по разработанным</p>	<p>аются в шеренге с сопровождающей помощью; - ходьба по залу, касаясь рукой стены; - ходьба по зрительным ориентирам; -ходьба в колонне по одному, взявши сь за руки.</p>
--	--	--	---	---	---	--

				выполняю т упражнен ия для формиров ания пространс твенных представл ений; - выполняю т движение под заданный ритм, музыку.	словесн ым и визуальн ым алгорит мам; - повторе ние за педагого м термино в и порядка выполне ния действи й; - выполне ние упражне ний для развития двигател ьной памяти; - перестро ения, связанн ые с необход имостью логическ ого мышлен ия (Наприм ер, рассчита ться на	
--	--	--	--	--	--	--

					«первый , второй», второй– шаг вперед и т.д.); - игры на развитие пространственных представлений; - выполнение упражнений с изменением ширины шага с проговариванием характеристик шага.	
	Акробатические упражнения.	Вариант 1.1 Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост.	<i>Этап знакомства с упражнением:</i> - изучение движения целостно, повторение с контролирующей помощью педагога с сопряженной	<i>Этап знакомства с упражнением:</i> - просматривают видео материал с	<i>Этап знакомства с упражнением:</i> - изучение движения по показу с	
	Акробатические комбинации.	Вариант 1.1 Пример: 1) мост из положения лежа на спине,				

	<p>опуститься в исходное положение, поворот в положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.</p> <p>Вариант 1.2 Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; Простейшие соединения разученных движений.</p> <p>Вариант 1.3 Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты. Простейшие соединения разученных движений.</p>	<p>речью; - составляют рассказ-описание двигательного действия по картинке с последующей демонстрацией и выполнением упражнения.</p> <p><i>Этап закрепления:</i> - выполняют элементы игровой деятельности (имитация, танцы, соревнования и т.д.). - выполняют упражнения самостоятельно со взаимным контролем; <i>Коррекционная работа:</i> - выполняют упражнения для развития статической координации движения; - разучивают термины; - выполняют упражнения для развития двигательной памяти (3-5 упражнений);</p>	<p>выполнением действия (с субтитрами и калькирующей жестовой речью); - изучение отдельных фаз движения с последующим их объединением; - просмотр движений в разных экспозициях со словесным сопровождением педагога и одновременно выполненным упражнением по подражанию и сопряженной речью; -</p>	<p>направляющей помощи педагога (с помощью РЖЯ); - выполнение упражнений по фрагментам с контролем ирующей помощи учителя. <i>Коррекционная работа</i> - проговаривание терминов, действий и порядка выполнения упражнений; - выполнение упражнений на статичес</p>
--	---	--	--	---

			<p>составляю т рассказ- описание двигатель ного действия по картинке с последую щей демонстра цией и выполнен ием упражнен ия; - совместно е выполнен ие упражнен ия с одновремен ным проговари ванием. <i>Этап закреплен ия:</i> - начинают выполнен ие упражнен ия по звуковому (световом у) сигналу; - выполняю</p>	<p>кую организа цию движени я; - выполне ние упражне ний в заданно м темпе, ритме, ограниче нных промежу тком времени; - совмест ная с педагого м организа ция места выполне ния упражне ния (принест и мат, убрать).</p>	
--	--	--	--	---	--

				<p>Т элементы игровой деятельно сти (имитация , танцы, соревнова ния и т.д.). <i>Коррекцио нная работа:</i> - выполняю т упражнен ия для развития статическ ой координац ии движения; - игра – имитация движений животных ; - проговари вают терминоло гию и порядок выполнен ия действий; - выполняю т упражнен</p>		
--	--	--	--	--	--	--

				ия для развития двигательной памяти (3-5 упражнений); - выполняю т упражнения под самостоятельный счет.		
	Упражнения на низкой гимнастической перекладине Ритмические упражнения Гимнастическая комбинация	Вариант 1.1 Висы, перемахи. Вариант 1.3 Ходьба в разном темпе под счет, хлопки, пение и музыку; ходьба с акцентированием на счет 1, на счет 2,3; ходьба с хлопками. Выполнение элементарных движений под музыку (на каждый 1-й счет). Вариант 1.4 Ходьба в разном темпе под счет, хлопки, пение и музыку; ходьба с хлопками. Выполнение элементарных движений под музыку. Вариант 1.1, 1.2, 1.3 Опорный прыжок:	<i>Этап</i> <i>знакомства с упражнением:</i> - наблюдение за движением в разных экспозициях и повторение движений со словесным сопровождением педагога; - составление описательного рассказа двигательного действия по картинке с последующей демонстрацией и выполнением его; - выполнение упражнения совместно с	<i>Этап</i> <i>знакомства с упражнением:</i> - последовательное повторение отдельных фаз движения с их объединением; - изучение упражнения по карточкам с рисунками и схемами движений,	<i>Этап</i> <i>знакомства с упражнением:</i> - последовательно изучение отдельных фаз движения с их объединением; - изучение движения в разных экспозициях с	- Фиксируют внимание и выполняют простые речевые или жестовые инструкции; - выполняют упражнения с направляющей помощью педагога;

	<p>Гимнастические упражнения прикладного характера</p>	<p>имитационные упражнения, подводящие упражнения к прыжкам с разбега через гимнастического козла (с повышенной организацией техники безопасности).</p> <p>Вариант 1.1 Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.</p> <p>Вариант 1.2, 1.3 Ходьба, бег, метания. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.</p> <p>Вариант 1.4 Упражнения с предметами. Упражнения с гимнастическими палками. Способы захвата гимнастической палки. Сгибание и разгибание рук с гимнастической палкой. Повороты туловища с движением рук с гимнастической палкой</p>	<p>педагогом с проговариванием с опорой на визуальный словесный план.</p> <p><i>Этап закрепления:</i> - участвуют в подвижных играх с мячом;</p> <p>- проговаривают правила игр.</p> <p><i>Коррекционная работа:</i> - выполняют упражнения для развития мелкой моторики (динамическая и статическая организация двигательного акта); - выполняют упражнения для развития двигательной памяти (3-5 упражнений); - выполняют упражнения в различном темпе.</p>	<p>с заданиями , указателя ми, ориентирами; - составление описательного рассказа двигателя ного действия по картинке с визуальным планом с последующей демонстрацией и выполнением его; - выполненное упражнение совместно с педагогом с проговариванием.</p> <p><i>Этап закрепления:</i> -</p>	<p>дополнительным словесным (жестовым) сопровождением педагога и одновременным выполнением упражнения по подражанию и сопряженной речью; - изучение упражнения по карточкам с рисунками и движениями, с заданиями, указателями, ориентирами.</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p>	<p>- передвигаются в шеренге с сопровождающей помощью; - выполняют упражнения на развитие динамической координации; - прохлопывание простого ритмического рисунка; выполнение упражнения в медленном темпе.</p>
--	--	--	---	---	--	---

		<p>вперед, за голову, перед грудью. Наклоны туловища вперед, назад, влево, вправо с различными положениями гимнастической палки. Ходьба с гимнастической палкой к плечу, вперед, вверх.</p> <p>Упражнения с большими обручами. Способы захвата обруча. Сгибание и разгибание рук с обручами. Приседание с обручами в руках, повороты направо, налево, вперед, назад (при хвате обруча двумя руками).</p> <p>Упражнения с большими мячами. Захваты мяча для выполнения упражнений. Поднимание и опускание мяча. Сгибание и разгибание рук с мячом.</p> <p>Упражнения с набивными мячами. Захваты мяча. Передача мяча. Повороты туловища налево, направо с мячом в руках. Приседание с мячом (у гимнастической стенки). Катание звучащего мяча доступными способами.</p> <p>Упражнения со скакалкой. Способы захвата скакалки. Руки вверх, вниз с натяжением сложенной в четверо скакалки. Повороты туловища со скакалкой в руках (с натяжением).</p>		<p>выполняю т упражнен ие с ярким инвентаре м - - участвуют в подвижны х играх с мячом. <i>Коррекцио нная работа:</i> - выполняю т упражнен ия для развития мелкой моторики (динамиче ская и статическ ая организац ия двигатель ного акта); - выполняю т упражнен ия для развития двигатель ной памяти ;</p>	<p>- выполня ют упражне ние с ярким инвента рем - концент рируют внимани е при использо вании педагого м световы х, звуковы х, вибраци онных сигналов ; - выполня ют упражне ния с помощь ю тренаже ров (Н-р, «Рогатка » для метания мяча). <i>Коррекц ионная работа:</i> -</p>	
--	--	---	--	---	---	--

	<p>Общеразвивающие упражнения</p> <p>Развитие гибкости</p>	<p>Вариант 1.2, 1.3 Упражнения без предметов (для различных групп мышц) и с предметами (гимнастические палки, флажки, обручи, малые и большие мячи).</p> <p>Вариант 1.1 Широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полушпагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание и прогибание туловища (в стойках и седах); индивидуальные комплексы по развитию гибкости.</p> <p>Вариант 1.2, 1.3 Широкие стойки на ногах; ходьба широким шагом, выпадами, в приседе, с махом ногой; наклоны; выпады и полушпагаты на месте; «выкруты» с</p>		<p>- выполняю т упражнен ие под самостоя ельный счет; - выполняю т упражнен ия в различном темпе.</p>	<p>проговаривание признаков инвентаря (круглый, мягкий, большой и т.д.); - выполнение упражнения для развития мелкой моторики и (динамическая и статическая организация двигательного акта); - выполняют упражнения в различном темпе.</p>	
--	--	--	--	---	--	--

	<p>Развитие координации</p>	<p>гимнастической палкой, скакалкой; махи правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; индивидуальные комплексы по развитию гибкости.</p> <p>Вариант 1.1</p> <p>Произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке, низкому гимнастическому бревну с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, включающее в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов; комплексы упражнений на координацию с асимметричными и последовательными</p>				
--	-----------------------------	--	--	--	--	--

		<p>движениями руками и ногами; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп;</p> <p>передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.</p> <p>Вариант 1.2, 1.3</p> <p>Преодоление простых препятствий; ходьба по гимнастической скамейке, низкому гимнастическому бревну; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лёжа, сидя); перебрасывание малого мяча из одной руки в другую; упражнения на переключение внимания; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп, передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.</p> <p>Вариант 1.1</p>				
--	--	--	--	--	--	--

	<p>Формирование осанки</p>	<p>Ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лежа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.</p> <p>Вариант 1.2, 1.3</p> <p>Ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лёжа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.</p> <p>Вариант 1.1</p> <p>Динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища</p>				
--	----------------------------	--	--	--	--	--

	<p>Развитие силовых способностей</p>	<p>с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки и булавы), комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением; лазанье с дополнительным отягощением на поясе (по гимнастической стенке и наклонной гимнастической скамейке в упоре на коленях и в упоре присев); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лежа; отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх-вперед толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик; переноска партнера в парах.</p> <p>Вариант 1.2, 1.3</p> <p>Упражнения в поднимании и переноске грузов:</p>				
--	--------------------------------------	--	--	--	--	--

		<p>подход к предмету с нужной стороны, правильный захват его для переноски, умение нести, точно и мягко опускать предмет (предметы: мячи, гимнастические палки, обручи, скамейки, маты, гимнастический «козел», «конь» и т.д.).</p>				
<p>Легкая атлетика</p>	<p>Ходьба</p>	<p>Вариант 1.1, 1.2 Ходьба: парами, по кругу парами; в умеренном темпе в колонне по одному в обход зала за учителем. Ходьба с сохранением правильной осанки. Ходьба в чередовании с бегом.</p> <p>Вариант 1.3 Ходьба. Ходьба парами по кругу, взявшись за руки. Обычная ходьба в умеренном темпе в колонне по одному в обход зала за учителем. Ходьба по прямой линии, ходьба на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Ходьба с сохранением правильной осанки. Ходьба в чередовании с бегом. Ходьба с изменением скорости. Ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Ходьба с изменением направлений</p>	<p><i>Этап</i> <i>знакомства с упражнением:</i> - просмотр видео с выполнением упражнения с комментариям и педагога; - выполняют упражнения по показу и словесному объяснению педагога.</p> <p><i>Этап</i> <i>закрепления:</i> - проговаривание порядка выполнения действия «про себя» (по возможности).</p> <p><i>Коррекционная работа:</i> - упражнения для согласования движений рук</p>	<p><i>Этап</i> <i>знакомства с упражнением:</i> - выполняю упражнения по показу и словесному объяснению педагога (подкрепленного жестовой речью);</p> <p><i>Этап</i> <i>закрепления:</i> - проговаривание порядка выполнения действия</p>	<p><i>Этап</i> <i>знакомства с упражнением:</i> - совместное с педагогом построение упражнения по визуальному плану с использованием жестовой речи;</p> <p>- выполнение упражнения в соответствии со схемой.</p>	<p>- Игры на ориентировку в зале; - движение в направлении звукового (зрительного) сигнала; - ходьба по кругу с использованием пространных ориентиров; выполняет инструкцию</p>

	<p>по ориентирам и командам учителя. Ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра. Ходьба в медленном, среднем и быстром темпе. Ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.</p> <p>Ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами.</p> <p>Вариант 1.4 Свободная ходьба в одном направлении всей группой, соблюдая общий темп, ускоренная ходьба, ходьба на носках (тихо), ходьба друг за другом, ходьба в рассыпную со свободным движением рук, ходьба с левой ноги, ходьба в обход по залу, держась в полушаге от стены, ходьба с одной стороны на противоположную, ходьба с изменением темпа</p> <p>Вариант 1.1, 1.2</p> <p>Бег с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с</p>	<p>и ног (динамическая организация двигательного акта);</p> <p>- проговаривание терминов и порядка выполнения действия.</p>	<p>сопряжен но.</p> <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <p>- повторение за педагогом терминов и порядка выполнения действий;</p> <p>- выполняю упражнения для межполушарного взаимодействия;</p> <p>- упражняюсь для согласования движений рук и ног (динамическая организация двигательного акта).</p>	<p><i>Этап закрепления:</i></p> <p>- выполнение упражнения по зрительным пространным ориентирам в соответствии со схемой упражнения с активизацией внимания и использованием сенсорных поощрений после выполнения упражнения; сами определяют инвентарь, с которым предстоит</p>	<p>педагога с направляющей помощью (жестовая речь);</p> <p>- начинать движения по свистку;</p> <p>- определяет способ преодоления препятствия при лазании и ползании;</p> <p>- двигается в одном направлении по тактильным, зрительным ориентирам; играет по правилам.</p>
--	--	---	---	--	--

	<p>Прыжковые</p>	<p>последующим ускорением.</p> <p>Вариант 1.3</p> <p>Бег. Перебежки группами и по одному 15—20 м. Медленный бег с сохранением правильной осанки, бег в колонне за учителем в заданном направлении. Чередование бега и ходьбы на расстоянии. Бег на носках. Бег на месте с высоким подниманием бедра. Бег с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад. Бег с преодолением простейших препятствий (канавки, подлезание под сетку, обегание стойки и т. д.). Быстрый бег на скорость. Медленный бег. Чередование бега и ходьбы. Высокий старт. Бег прямолинейный с параллельной постановкой стоп. Повторный бег на скорость. Низкий старт. Специальные беговые упражнения: бег с подниманием бедра, с захлестыванием голени назад, семенящий бег. Челночный бег.</p> <p>Вариант 1.4</p> <p>Бег на месте и в движении по резиновой дорожке; перебежки на расстояние на сигнал; свободный бег в играх.</p> <p>Вариант 1.1, 1.2 Прыжки</p>			<p>ит работать , вспомин ают, для чего он необход им, как им пользо ваться и др. <i>Коррекц ионная работа:</i> - выполня ют упражне ния для развития переключ аемост и движени й; - проговар ивают за педагого м термины и порядок выполне ния действи й; - выполня ют упражне</p>	
--	------------------	---	--	--	--	--

	упражнения	<p>на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.</p> <p>Вариант 1.3</p> <p>Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед, назад, вправо, влево. Перепрыгивание через начерченную линию, шнур, набивной мяч. Прыжки с ноги на ногу.. Подпрыгивание вверх на месте с захватом или касанием висящего предмета (мяча). Прыжки в длину с места. Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед, в стороны.</p> <p>Прыжки с высоты с мягким приземлением. Прыжки в длину и высоту с шага.</p> <p>Прыжки с небольшого разбега в длину. Прыжки с прямого разбега в длину. Прыжки в длину с разбега без учета места отталкивания. Прыжки в высоту с прямого разбега способом «согнув ноги». Прыжки в высоту способом «перешагивание».</p> <p>Вариант 1.4</p> <p>Легкие подскоки на месте на двух ногах, руки на поясе; свободные прыжки</p>			<p>ния для формирова вания простра нственн ых представ лений; - выполня ют упражне ния для согласов ания движени й рук и ног (динами ческая организа ция двигател ьного акта); - выполня ют упражне ния для между шарного взаимод ействия.</p>	
--	------------	--	--	--	--	--

	Броски	<p>на двух ногах; прыжки в длину с пола на мат (10-15 см); прыжки в глубину с высоты 10-15см; прыжки «через ручей» (15-20 см); прыжки на месте на двух ногах с поворотом; прыжки на месте с разным положением рук; прыжки в играх.</p> <p>Вариант 1.1, 1.2 Броски большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.</p> <p>Вариант 1.3 Броски двумя руками большого мяча из-за головы, в пол, стену, вверх с последующей ловлей, большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.</p> <p>Вариант 1.4 Броски двумя руками большого мяча из-за головы, в пол, стену, набивного мяча (1 кг) разными способами.</p>				
	Метание	<p>Вариант 1.1,1.2 Метание малого мяча в вертикальную цель и на дальность.</p> <p>Вариант 1.3 Правильный захват различных предметов для выполнения метания одной и двумя руками. Прием и передача мяча, флажков, палок в шеренге, по кругу, в</p>				

	<p>Развитие скоростных способностей</p>	<p>колонне. Произвольное метание малых и больших мячей в игре. Броски и ловля волейбольных мячей. Метание колец на шести. Метание с места малого мяча в стенку правой и левой рукой. Метание большого мяча двумя руками из-за головы и снизу с места в стену. Броски набивного мяча (1 кг) сидя двумя руками из-за головы. Метание теннисного мяча с места одной рукой в стену и на дальность. Метание мяча с места в цель. Метание мячей с места в цель левой и правой руками. Метание теннисного мяча на дальность отскока от баскетбольного щита. Метание теннисного мяча на дальность с места. Броски набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками.</p> <p>Вариант 1.1., 1.2., 1.3 Бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно.</p>				
--	---	---	--	--	--	--

	Развитие выносливости	Вариант 1.1 Повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; бег с горки в максимальном темпе; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля теннисного мяча в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.				
	Общеразвивающие упражнения	Вариант 1.1 Равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный 6 минутный бег. Вариант 1.2, 1.3 Основная стойка, стойка ноги врозь; основные положения рук; движения прямых рук; движения рук в плечевых и локтевых суставах; круговые движения руками; поднимание и опускание плеч; движение плеч вперед, назад;	<i>Этап знакомства с упражнением:</i> - совместное с педагогом построение схемы упражнения по визуальному плану; -изучение движений в разных экспозициях с дополнительным словесным сопровождением педагога и одновременным выполнением упражнений по подражанию и сопряженной речью; - просмотр обучающего	<i>Этап знакомства с упражнением:</i> - изучение движения по таблицам и схемам -изучение движений в разных экспозициях с дополнительным словесным (жестовым) сопровождением педагога и одновременным	<i>Этап знакомства с упражнением:</i> - совместное с педагогом построение упражнения по плану с помощью учителя; визуальное построение упражнения по плану с использованием зрительных пространственных ориентиров	- Переносят гимнастическую скамейку и мат под руководством с помощью учителя; - выполняют упражнение с помощью педагога от начала до конца;

		<p>поднимание согнутой ноги; движение прямой ноги вперед, в сторону, назад; махи ногой; сгибание и разгибание ног в положении сидя; поднимание прямых ног поочередно в положении сидя; повороты головы; наклон туловища в сторону; наклон туловища вперед с опорой рук на колени, опускание на одно колено с шага назад; опускание на оба колена и вставание без помощи рук; упражнения у гимнастической стенки; пружинистые движения до уровня касания грудью ног; смыкание и размыкание носков; поднимание на носках с перекатом на пятки; имитация равновесия.</p> <p>Вариант 1.4</p> <p>Основная стойка, стойка ноги врозь; основные положения рук; движения прямых рук; движения рук в плечевых и локтевых суставах; поднимание и опускание плеч; поднимание согнутой ноги; движение прямой ноги вперед, в сторону, назад; махи ногой; сгибание и разгибание ног, в положении сидя; поднимание прямых ног поочередно в положении сидя; повороты головы;</p>	<p>видео с субтитрами.</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p> <p>-целостное выполнение упражнения и серии упражнений; - игра.</p> <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <p>- выполнение упражнения для формирования пространственных представлений; - проговаривание терминов и порядка выполнения; - выполнение упражнения для согласования движений рук и ног (динамическая организация двигательного акта); -выполняют упражнения на тренажерах по сенсорной интеграции.</p>	<p>выполнен ием</p> <p>упражнен ий по подражан ию и сопряжен ной речью</p> <p><i>Этап закреплен ия:</i></p> <p>- целостное выполнен ие упражнен ия с опорой на визуальны й (словесны й) план, жестовую речь; - игра.</p> <p><i>Коррекцио нная работа:</i></p> <p>- выполнен ие упражнен ия для формирова ния пространс твенных представл ений; - проговари вают за</p>	<p>ров для выполне ния движени я; - изучени е движени й в разных экспозиц иях с дополни тельным жестовы м сопрово ждением педагого м и одновре менным выполне нием упражне ний по подража нию и сопряже нной речью; - просмотр обучающ его видео с сопрово ждающи м жестовы</p>	<p>- находят место начала упражне ния с направл яющей помощью взрослог о; - наклоны головы вперед, назад с произне сением звуков- «да, да, да», наклоны головы в стороны с произне сением звуков «ай, яй, яй», поворот ы головы в стороны с произве дением звуков «нет, нет».</p>
--	--	---	--	--	---	---

	<p>Развитие координации движений</p>	<p>наклон туловища в сторону; наклон туловища вперед с опорой рук на колени; опускание на оба колена и вставание; упражнения у гимнастической стенки; пружинистые движения; смыкание и размыкание носков; поднимание на носках с перекатом на пятки; имитация равновесия.</p> <p>Вариант 1.2 Бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно.</p> <p>Вариант 1.3, 1.4 Перебежки в шеренгах взявшись за руки; бег в парах за руки; остановка в беге; прыжки на месте на одной ноге и двух ногах поочередно.</p>		<p>педагогом термины и порядок выполнения; - выполнение упражнения для согласования движений рук и ног (динамическая организация двигательного акта); - выполняю т упражнения на тренажерах по сенсорной интеграции.</p>	<p>м объяснением. Этап закрепления: - выполнение упражнения с использованием зрительных пространственных ориентиров для перестроения; - игра; - выполнение упражнения по памяти со словесным (жестовым) пояснением учителя; - проговаривание этапов упражнения</p>	
	<p>Развитие скоростных способностей</p>	<p>Вариант 1.2 Повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; броски в стенку и ловля теннисного мяча, стоя у стены, из</p>				

	<p>Развитие выносливости</p>	<p>разных исходных положений, с поворотами.</p> <p>Вариант 1.3, 1.4 Повторное выполнение беговых упражнений; бег со страховкой по наклонной в максимальном темпе; броски в стенку мяча в максимальном темпе, из разных исходных положений.</p> <p>Вариант 1.2 Равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный 6-минутный бег.</p> <p>Вариант 1.3, 1.4 Ходьба на дистанции в режиме умеренной интенсивности; равномерный бег в режиме умеренной интенсивности.</p> <p>Вариант 1.1 Повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15—20 см); передача</p>			<p>ния до его выполнения;</p> <p>- выполнение упражнения в условиях проверки и (самоконтроль, взаимоконтроль, зачетный урок и т. д.)</p> <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <p>- выполнение упражнения для формирования пространственных представлений;</p> <p>- совместное с педагогом проговаривание</p>	
	<p>Развитие силовых способностей:</p>	<p>передача</p>				

		<p>набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1—2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); повторное выполнение беговых нагрузок в горку; прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.</p> <p>Вариант 1.2, 1.3</p> <p>Повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15—20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1—2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); повторное</p>		<p>простых терминов;</p> <p>- выполнение упражнения для согласования движений рук и ног (динамическая организация двигательного акта);</p> <p>- выполняют упражнения на тренажерах по сенсорной интеграции.</p>	
--	--	---	--	---	--

		<p>выполнение беговых нагрузок в горку; прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе.</p> <p>Вариант 1.4 Передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе; переноска набивного мяча на расстояние.</p>				
Подвижные и спортивные игры	<p>На материале гимнастики с основами акробатики</p> <p>На материале легкой атлетики</p> <p>На материале лыжной подготовки</p> <p>На материале спортивных игр</p>	<p>Вариант 1.1, 1.2 Игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.</p> <p>Вариант 1.1, 1.2 Прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.</p> <p>Вариант 1.1, 1.2 Эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.</p> <p>Вариант 1.1, 1.2 Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу;</p>	<p><i>Этап</i> <i>знакомства с упражнением:</i> - просмотр видео (сопровождение субтитрами) с комментарием и педагога для изучения правил игры; - составление и проговаривание рассказа по правилам игр, по последовательности действий при выполнении упражнений; - выполнение упражнения</p>	<p><i>Этап</i> <i>знакомства с упражнением:</i> - просмотр видео (сопровождение субтитрами) с калькирующей жестовой речью педагога для изучения правил игры; - последова</p>	<p><i>Этап</i> <i>знакомства с упражнением:</i> - просмотр видео примера ознакомления с пояснениями с использованием РЖЯ; - описание порядка выполнения</p>	

		<p>остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.</p> <p>Вариант 1.1 Специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.</p> <p>Вариант 1.2 Стойка баскетболиста; специальные передвижения без мяча; хват мяча; ведение мяча на месте; броски мяча с места двумя руками снизу из-под кольца; передача и ловля мяча на месте двумя руками от груди в паре с учителем; подвижные игры на материале баскетбола.</p> <p>Пионербол</p> <p>Вариант 1.2, 1.3 Броски и ловля мяча в парах через сетку двумя руками снизу и сверху; нижняя подача мяча (одной рукой снизу).</p> <p>Волейбол:</p> <p>Вариант 1.1 Подбрасывание мяча; подача мяча; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.</p> <p>Вариант 1.2, 1.3 Подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.</p>	<p>совместно с педагогом.</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p> <p>- выполняют алгоритм (последовательность действий);</p> <p>- принимают участие в соревнованиях.</p> <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <p>- изучают игровые термины;</p> <p>- выполняют упражнения для развития коммуникации и взаимодействия.</p>	<p>тельное изучение отдельных фаз движения с последующим их объединением; составлен и проговоривание рассказа по правилам игр, последовательности действий при выполнении упражнений; совместно с педагогом.</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p> <p>- выполняю</p>	<p>упражнения по схеме с последующей демонстрацией и выполнением его с направленной помощью педагога (с использованием РЖЯ);</p> <p>- одновременное сочетание показа физических упражнений, словесного (жестового) объяснения и выполнения;</p> <p>- совместное составление схемы</p>	
--	--	---	--	--	---	--

		<p>Вариант 1.1, 1.2, 1.3 Подвижные игры разных народов.</p> <p>Вариант 1.2, 1.3 Коррекционно-развивающие игры: «Порядок и беспорядок», «Узнай, где звонили», «Собери урожай».</p> <p>Игры с бегом и прыжками: «Сорви шишку», «У медведя во бору», «Подбеги к своему предмету», «День и ночь», «Кот и мыши», «Пятнашки»; «Прыжки по кочкам».</p> <p>Игры с мячом: «Метание мячей и мешочков»; «Кого назвали – тот и ловит», «Мяч по кругу», «Не урони мяч».</p>		<p>алгоритм (последовательность действий) с визуальной (жестовой) поддержкой;</p> <p>- принимаю участие в соревнованиях.</p> <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <p>- повторяют игровые термины за педагогом;</p> <p>- выполняю упражнения для развития коммуникации и взаимодействия.</p>	<p>выполнения упражнения, составление визуального плана, проговаривание.</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p> <p>- выполнение упражнений в соответствии с визуальным планом; использование системы игровых, сенсорных поощрений (Например, после выполнения упражнения игра в мяч или игра с</p>	
--	--	--	--	--	---	--

					<p>музыкал ьной игрушко й и т.д.) - использо вание световы х, знаковы х, вибрати онных сигналов для концент рации внимани я, информа ции о начале или прекращ ении движени й; - игра. <i>Коррекц ионная работа:</i> - упражне ния для развития коммуни кации и взаимод ействия; - повторя ют</p>	
--	--	--	--	--	--	--

<p>упражнения</p> <p>Развитие координации движений</p>	<p>Перенос тяжести тела с лыжи на лыжу (на месте, в движении, прыжком с опорой на палки); комплексы общеразвивающих упражнений с изменением поз тела, стоя на лыжах; скольжение на правой (левой) ноге после двух-трех шагов; спуск с горы с изменяющимися стойками на лыжах; подборание предметов во время спуска в низкой стойке.</p> <p>Вариант 1.2, 1.3 Перенос тяжести тела с лыжи на лыжу (на месте); комплексы общеразвивающих упражнений с изменением поз тела, стоя на лыжах; скольжение на правой (левой) ноге после двух-трех шагов; спуск с горы с изменяющимися стойками на лыжах; подборание предметов во время спуска в низкой стойке.</p>	<p>одновременны м выполнением упражнений по подражанию и сопряженной речью;</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p> <p>- выполнение упражнения с проговаривани ем порядка выполнения действия «про себя» (по возможности);</p> <p>- принимают участие в соревнованиях.</p> <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <p>- выполняют упражнения для развития переключаемос ти движений;</p> <p>- выполняют упражнения для согласования движений рук и ног</p>	<p>зрительны х пространс твенных ориенти ро в для выполне ния движения; -изучение движений в разных экспозици ях с дополните льным словесны м сопровож дением педагога(с использов анием жестовой речи)и одновре менным выполне нием упражне ний по подражан ию и сопряжен ной речью;</p> <p><i>Этап закреплен ия:</i></p> <p>- выполнен ие</p>	<p>ирующе й и направл яющей помощь ю;</p> <p>- изучени е движени й в разных экспозиц иях с дополни тельным словесн ым сопрово ждением (жестово й речью) педагога и одновре менным выполне нием упражне ний по подража нию и сопряже нной речью.</p> <p><i>Этап закрепле ния:</i></p> <p>- выполне ние упражне</p>	<p>лыжне; - выполне ние упражне ний с направл яющей помощь ю педагога (с элементи РЖЯ); - начинаю т движен ие по светово му сигналу; - упражне ния на сенсорн ую интеграц ию в снегу.</p>
<p>Развитие выносливости:</p>	<p>Вариант 1.1 Передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, в чередовании с прохождением отрезков в режиме большой интенсивности, с ускорениями; прохождение</p>	<p>(динамическая организация двигательного акта);</p> <p>- проговаривани е терминов и порядка выполнения действий.</p>	<p>ие</p>	<p>упражне</p>	<p></p>

		<p>тренировочных дистанций. Вариант 1.2, 1.3, 1.4 Передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, в чередовании с прохождением отрезков в режиме большой интенсивности, с ускорениями; прохождение тренировочных дистанций.</p>		<p>упражнен ия с проговари ванием порядка выполнен ия действия); - принимаю т участие в соревнова ниях. <i>Коррекцио нная работа:</i> - выполняю т упражнен ия для развития переключ аемости движений; - выполняю т упражнен ия для согласова ния движений рук и ног (динамиче ская организац ия двигатель ного акта; - </p>	<p>ния позтапн о с проговар иванием порядка выполне ния действия ; - принима ют участие в соревнов аниях. <i>Коррекц ионная работа:</i> - выполня ют упражне ния для согласов ания движени й рук и ног (динами ческая организа ция двигател ьного акта) повторя ют за педагого м</p>	
--	--	--	--	--	--	--

				проговори вание за педагогом терминов и порядка выполнен ия действий.	термины .	
Плавание	Обучение основным элементам плавания Общеразвивающ ие упражнения Развитие выносливости:	Вариант 1.1 Подводящие упражнения: вхождение в воду; передвижение по дну бассейна; упражнения на всплывание; лежание и скольжение; упражнения на согласование работы рук и ног. Проплывание учебных дистанций: произвольным способом. Вариант 1.2, 1.3, 1.4 Подводящие упражнения: вхождение в воду; передвижение по дну бассейна; упражнения на всплывание; лежание и скольжение; упражнения на согласование работы рук и ног. Игры в воде. Вариант 1.1 Повторное проплывание отрезков на ногах, держась за доску; повторное скольжение на груди с задержкой дыхания; повторное проплывание отрезков одним из способов плавания. Вариант 1.2, 1.3, 1.4 Работа ног у вертикальной	<i>Этап</i> <i>знакомства с</i> <i>упражнением:</i> - выполняют целостно упражнения по показу и словесному объяснению педагога. <i>Этап</i> <i>закрепления:</i> - выполнение упражнения с проговаривани ем порядка выполнения действия. <i>Коррекционная</i> <i>работа:</i> - выполняет упражнения для развития переключаемос ти движений; - проговаривани е терминов; - участие в играх, направленных на эмоциональное	<i>Этап</i> <i>знакомст</i> <i>ва с</i> <i>упражнен</i> <i>ием:</i> - выполняю т позтапно упражнен ия по показу и словесном у (с использов анием жестовой речи) объяснени ю педагога. <i>Этап</i> <i>закреплен</i> <i>ия:</i> - выполнен ие упражнен ия с проговари ванием порядка выполнен	<i>Этап</i> <i>знакомс</i> <i>тва с</i> <i>упражне</i> <i>нием:</i> - совмест ное с педагого м построе ние схемы алгорит мов упражне ний (серии упражне ний) по визуальн ому использо ванием зрительн ых простра нственн ых ориенти ров для выполне	- Начинае т выполня ть упражне ние со специал ьно организо ванного места с направл яющей помощь ю педагога (с помощь ю РЖЯ); - выполне ние упражне ний с использо ванием зрительн ых ориенти ров при передви жении;

		поверхности, проплывание отрезков на ногах, держась за доску; скольжение на груди и спине с задержкой дыхания (стрелочкой).	развитие.	ия действия с направляющей и контролирующей помощью педагога (с использованием жестовой речи). <i>Коррекционная работа:</i> - выполняет упражнения для развития переключаемости движений; - проговаривание терминов за педагогом ; - участие в играх, направленных на эмоциональное развитие.	ния движения (с использованием жестовой речи). <i>Этап закрепления:</i> - выполнение упражнения с контролирующей помощью педагога. <i>Коррекционная работа:</i> - выполняют упражнения для формирования пространственных представлений; - повторяют за педагогом	- сообщают о своем состоянии, если замерз, устал.
--	--	---	-----------	---	---	---

					термины ; - участие в играх, направле нных на эмоцион альное развитие .	
--	--	--	--	--	---	--

Содержание Программа с указанием видов деятельности и условий реализации Программа для слабослышащих и позднооглохших обучающихся на уровне начального общего образования

Модуль / тематический блок	Разделы	Содержание Программа	Дифференциация видов деятельности для отдельных групп обучающихся в соответствии с ФГОС ОВЗ		
			Вариант 2.1	Вариант 2.2	Вариант 2.3
Знания об адаптивной физической культуре	Физическая культура как система занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека.	Вариант 2.1 Адаптивная физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и	- Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры; - слушают рассказ педагога; - выполняют задания на	- Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры; - следят за рассказом педагога с опорой на визуальный	- Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры; - по возможности и слуша.т рассказ

	<p>инвентаря.</p> <p>Вариант 2.1, 2.2, Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря. Правила личной гигиены.</p> <p>Физические упражнения.</p> <p>Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств, основы спортивной техники изучаемых упражнений.</p> <p>Физическая подготовка и её связь с развитием общих физических способностей.</p> <p>Характеристика общих физических способностей: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.</p> <p>Вариант 2.1 История развития физической культуры и первых соревнований. Особенности физической культуры разных народов. Ее связь с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями народа. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.</p> <p>Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств.</p> <p>Характеристика общих физических способностей: силы, быстроты, выносливости, гибкости и</p>	<p>поиск ошибок в содержании теоретического материала;</p> <p>- находят элементарную заданную информацию в сети Интернет;</p> <p>- с помощью педагога выполняют практические занятия с заданными параметрами (составляют режим дня, подбирают материал по теме и т.д.);</p> <p>- участвуют в групповой работе по поиску информации или выполнению задания;</p> <p>- участвуют в проектной деятельности на доступном уровне.</p>	<p>план;</p> <p>- слушают рассказ педагога;</p> <p>- отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план;</p> <p>- с помощью педагога выполняют практические занятия с заданными параметрами (составляют режим дня, подбирают материал по теме и т.д.);</p> <p>- участвуют в групповой работе по поиску информации или выполнению задания;</p> <p>- участвуют в проектной деятельности на доступном уровне.</p>	<p>педагога, с сопровождением элементами РЖЯ ;</p> <p>- отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на наглядность ;</p> <p>- с помощью педагога выполняют практические занятия с заданными параметрами и (дополняют режим дня, подбирают материал по теме и т.д.);</p> <p>- участвуют в групповой работе по поиску информации или выполнению задания.</p>
--	--	---	--	--

	физических способностей	равновесия. Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.			
Способы физкультурной деятельности	Самостоятельные занятия	Вариант 2.1 Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития общих физических способностей; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки). Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений Вариант 2.2 Выполнение комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития общих физических способностей; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).	-Участвуют в составлении режима дня; - выполняют простейшие закаливающие процедуры, комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития общих физических способностей; - участвуют в оздоровительных занятиях в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки); - проводят под контролем взрослых оздоровительные занятия в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки); - делают выводы о своем физическом развитии и	- Выполняют комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития общих физических способностей; - участвуют в оздоровительных занятиях в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки); - проводят подвижную игру (на спортивных площадках и в спортивных залах); - составляют предложения по описанию своей деятельности.	- Выполняют комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития общих физических способностей; - участвуют в оздоровительных занятиях в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки); - играют.
	Самостоятельные игры и развлечения	Вариант 2.1 Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах). Вариант 2.2 Организация и			

		<p>проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах). Соблюдение правил игр.</p> <p>Вариант 2.3 Участие в подвижных играх, физкультурно-оздоровительных мероприятиях.</p>	<p>физической подготовленности;</p> <p>- измеряют длину и массу тела, показатели осанки и физические способности;</p> <p>- измеряют частоту сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений;</p> <p>- проводят подвижную игру (на спортивных площадках и в спортивных залах);</p> <p>- составляют предложения по описанию своей деятельности.</p>		
<p>Гимнастика с элементами акробатики</p>	<p>Организующие команды и приемы.</p>	<p>Вариант 2.1 Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.</p> <p>Вариант 2.2 Простейшие виды построений.</p> <p>Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение простейших строевых команд с одновременным показом учителя.</p>	<p><i>Этап знакомства с упражнением:</i></p> <p>- выполняют упражнения по показу и словесному объяснению педагога.</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p>	<p><i>Этап знакомства с упражнением:</i></p> <p>- выполняют упражнения по визуальному плану с использованием зрительных пространственных ориентиров для</p>	<p><i>Этап знакомства с упражнением:</i></p> <p>м:</p> <p>- выполняют упражнения с использованием зрительных</p>

		<p>Вариант 2.3Простейшие виды построений.</p> <p>Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение простейших строевых команд с одновременным показом учителя.</p>	<p>- выполняют упражнение, проговаривают порядок выполнения действия шепотом, по возможности, «про себя».</p> <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <p>- выполняют упражнения для развития переключаемости движений;</p> <p>- выполняют упражнения для формирования пространственных представлений;</p> <p>- проговаривают термины и порядок выполнения; - выполняют дыхательные упражнения разными способами: грудное и диафрагмальное дыхание, медленное и быстрое, поверхностно</p>	<p>построения схемы перестроения.</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p> <p>- выполняют упражнение с активизацией внимания, проговаривают порядок выполнения действия шепотом, по возможности, «про себя».</p> <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <p>- выполняют упражнения для развития переключаемости движений</p> <p>- повторяют за педагогом термины и порядок действий;</p> <p>- выполняют упражнения формирования пространственных представлений</p> <p>- выполняют движение под заданный ритм, музыку</p> <p>- выполняют дыхательные упражнения</p>	<p>пространственных ориентиров для построения схем перестроения</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p> <p>- выполняют упражнение по визуальному плану с активизацией внимания с использованием ЖЯ;</p> <p>- выполнение упражнений по фрагментам с контролирующей помощью учителя</p> <p>- многократное воспроизведение разученное действие.</p> <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <p>-</p>
--	--	---	--	---	---

			е и глубокое.	разными способами: грудное и диафрагмальное дыхание, медленное и быстрое, поверхностное и глубокое.	выполняют действия по разработанным словесным и визуальным алгоритмам ; - выполнение упражнений для развития двигательной памяти; - перестроения, связанные с необходимостью логического мышления (Например, рассчитывать на «первый, второй», второй– шаг вперед и т.д.); - повторение за педагогом терминов и порядка выполнения действий; - игры на развитие
--	--	--	---------------	---	---

					пространственных представлений; - выполнение упражнений с изменением ширины шага с проговариванием характеристик шага.
Акробатические упражнения.	Акробатические комбинации.	<p>Вариант 2.1 2.2 Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост.</p> <p>Вариант 2.3 Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках.</p> <p>Вариант 2.1, 2.2 Пример: 1) мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки,</p>	<p><i>Этап</i> <i>знакомства с упражнением</i></p> <p>:</p> <p>- изучение отдельных фаз движения с последующим их объединением;</p> <p>- просмотр движений в разных экспозициях со словесным сопровождением педагога и одновременным выполнением упражнений по</p>	<p><i>Этап</i> <i>знакомства с упражнением:</i></p> <p>- изучение отдельных фаз движения с последующим их объединением;</p> <p>- просмотр движений в разных экспозициях со словесным сопровождением педагога и одновременным выполнением упражнений по подражанию и сопряженной речью, с визуальной опорой;</p> <p>- составляют</p>	<p><i>Этап</i> <i>знакомства с упражнением</i></p> <p>м:</p> <p>- изучение движения по показу и с направляющей помощью педагога (с помощью ЖЯ);</p> <p>- выполнение упражнений по фрагментам с контролирующей помощью</p>

		прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.	<p>подражанию и сопряженной речью;</p> <p>- составляют рассказ-описание двигательного действия по картинке с последующей демонстрацией и выполнением упражнения;</p> <p>- совместное выполнение упражнения ребенком с одновременным проговариванием.</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p> <p>- выполняют элементы игровой деятельности (имитация, танцы, соревнования и т.д.).</p> <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <p>- выполняют упражнения для развития статической координации движения;</p> <p>-</p>	<p>рассказ-описание действия по картинке с последующей демонстрацией и выполнением упражнения;</p> <p>- совместное выполнение упражнения ребенком с одновременным проговариванием.</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p> <p>- начинают выполнение упражнения по звуковому сигналу;</p> <p>- выполняют элементы игровой деятельности (имитация, танцы, соревнования и т.д.).</p> <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <p>- выполняют упражнения для развития статической координации движения;</p> <p>- игра – имитация</p>	<p>учителя.</p> <p><i>Коррекционная работа</i></p> <p>- проговаривание за педагогом терминов, действий и порядка выполнения упражнения;</p> <p>;</p> <p>- выполнение упражнений на статическую организацию движения с сохранением объема движения;</p> <p>- выполнение упражнений в заданном темпе, ритме, ограниченных промежутком времени;</p> <p>- совместная с педагогом организация места выполнения упражнения</p>
--	--	--	---	---	--

			<p>проговаривание терминов;</p> <p>- игра – имитация движений животных;</p> <p>- выполняют упражнения для развития двигательной памяти (3-5 упражнений);</p> <p>- выполняют упражнение под самостоятельный счет.</p>	<p>движений животных;</p> <p>- проговаривание за педагогом терминов;</p> <p>- выполняют упражнения для развития двигательной памяти (3-5 упражнений).</p>	<p>(принести мат, убрать).</p>
	<p>Упражнения на низкой гимнастической перекладине</p> <p>Гимнастическая комбинация.</p>	<p>Вариант 2.1, 2.2, 2.3 Висы, перемахи.</p> <p>Вариант 2.1 Опорный прыжок: с разбега через гимнастический козел.</p> <p>Вариант 2.2, 2.3 Опорный прыжок: имитационные упражнения, подводящие упражнения к прыжкам с разбега через гимнастический козел (с повышенной организацией техники безопасности).</p> <p>Вариант 2.1 Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами</p>	<p><i>Этап</i> знакомства с упражнением</p> <p>:</p> <p>- последовательное повторение отдельных фаз движения с их объединение</p> <p>м;</p> <p>- наблюдение за движением в разных экспозициях и повторение движений со словесным сопровождением педагога;</p> <p>- составление описательного</p>	<p><i>Этап</i> знакомства с упражнением:</p> <p>- последовательное изучение отдельных фаз движения с их объединением;</p> <p>- изучение движений в разных экспозициях с дополнительным словесным сопровождением педагога и одновременным выполнением упражнений по подражанию и сопряженной речью;</p> <p>- изучение</p>	<p><i>Этап</i> знакомства с упражнением</p> <p>м:</p> <p>- последовательное изучение отдельных фаз движения с их объединением с визуальной опорой (или с помощью РЖЯ);</p> <p>- изучение движений в разных экспозициях с</p>

	<p>Гимнастические упражнения прикладного характера.</p> <p>Общеразвивающие упражнения</p> <p>Развитие гибкости:</p>	<p>лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.</p> <p>Вариант 2.2, 2.3 Ходьба, бег, метания. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.</p> <p>Вариант 2.2, 2.3 Упражнения без предметов (для различных групп мышц) и с предметами (гимнастические палки, флажки, обручи, малые и большие мячи).</p> <p>Вариант 2.1 Широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полушпагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание и прогибание туловища (в стойках и седах); индивидуальные комплексы по развитию гибкости.</p>	<p>о рассказа двигательного действия по картинке с последующей демонстрацией и выполнением его.</p> <p><i>Этап закрепления</i></p> <p>- выполнение упражнения совместно с педагогом с проговариванием;</p> <p>- участвуют в подвижных играх с мячом.</p> <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <p>- выполняют упражнения для развития мелкой моторики (динамическая и статическая организация двигательного акта);</p> <p>- проговаривание терминов;</p> <p>- выполняют упражнения для развития двигательной памяти (3-5</p>	<p>упражнения по карточкам с рисунками и схемам движений, с заданиями, указателями, ориентирами.</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p> <p>- выполняют упражнение с ярким инвентарем - выполняют упражнения с помощью тренажеров(Например,, «Рогатка» для метания мяча).</p> <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <p>- проговаривание признаков инвентаря (круглый, мягкий, большой и т.д.);</p> <p>- выполнение упражнения для развития мелкой моторики (динамическая и статическая организация двигательного акта);</p> <p>- выполняют</p>	<p>дополнительным словесным сопровождением педагога (с использованием РЖЯ) и одновременным выполнением упражнений по подражанию и сопряженной речью;</p> <p>- изучение упражнения по карточкам с рисунками и схемами движений, с заданиями, указателями, ориентирами.</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p> <p>- выполняют упражнение с ярким инвентарем - выполняют упражнения</p>
--	---	--	--	--	---

	<p>Развитие координации движений</p>	<p>Вариант 2.2, 2.3 Широкие стойки на ногах; ходьба широким шагом, выпадами, в приседе, с махом ногой; наклоны; выпады и полушпагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; махи правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; индивидуальные комплексы по развитию гибкости.</p> <p>Вариант 2.1 Произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке, низкому гимнастическому бревну с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, включающее в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов; комплексы упражнений на координацию с асимметрическими и последовательными движениями руками и ногами; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних</p>	<p>упражнений); - выполняют упражнения в различном темпе; - выполняет манипуляции с предметами (перекладывание, подбрасывание, ловля, жонглирование и т.д.).</p>	<p>упражнения в различном темпе; - выполняет манипуляции с предметами (перекладывание, подбрасывание, ловля, жонглирование и т.д.).</p>	<p>с помощью тренажеров (Например, «Рогатка» для метания мяча). <i>Коррекционная работа:</i> - проговаривание признаков инвентаря (круглый, мягкий, большой и т.д.); - выполнение упражнения для развития мелкой моторики (динамическая и статическая организация двигательного акта); - выполняют упражнения в различном темпе.</p>
--	--------------------------------------	---	--	---	--

	<p>Формирование осанки</p>	<p>звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.</p> <p>Вариант 2.2, 2.3 Преодоление простых препятствий; ходьба по гимнастической скамейке, низкому гимнастическому бревну; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лёжа, сидя); перебрасывание малого мяча из одной руки в другую; упражнения на переключение внимания; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп, передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.</p> <p>Вариант 2.1 Ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лежа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.</p>			
--	----------------------------	--	--	--	--

	<p>Развитие силовых способностей</p>	<p>Вариант 2.2, 2.3 Ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лёжа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.</p> <p>Вариант 2.1 Динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки и булавы), комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением; лазанье с дополнительным отягощением на поясе (по гимнастической стенке и наклонной гимнастической скамейке в упоре на коленях и в упоре присев); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лежа; отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с</p>			
--	--------------------------------------	---	--	--	--

		<p>поворотами вправо и влево), прыжки вверх-вперед толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик; переноска партнера в парах.</p> <p>Вариант 2.2, 2.3 Упражнения в поднимании и переноске грузов:</p> <p>подход к предмету с нужной стороны, правильный захват его для переноски, умение нести, точно и мягко опускать предмет (предметы: мячи, гимнастические палки, обручи, скамейки, маты, гимнастический «козел», «конь» и т.д.).</p>			
Легкая атлетика	Ходьба	<p>Вариант 2.1, 2.2 Ходьба: парами, по кругу парами; в умеренном темпе в колонне по одному в обход зала за учителем. Ходьба с сохранением правильной осанки. Ходьба в чередовании с бегом.</p> <p>Вариант 2.3 Ходьба. Ходьба парами по кругу, взявшись за руки. Обычная ходьба в умеренном темпе в колонне по одному в обход зала за учителем. Ходьба по прямой линии, ходьба на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Ходьба с сохранением правильной осанки. Ходьба в чередовании с бегом. Ходьба с изменением скорости. Ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Ходьба с изменением направлений по ориентирам и командам учителя.</p>	<p><i>Этап знакомства с упражнением</i></p> <p>:</p> <p>- выполняют упражнения по показу и словесному объяснению педагога.</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p> <p>- проговаривание порядка выполнения действия «про себя» (по возможности).</p> <p><i>Коррекционная работа</i></p> <p>- выполняют упражнения</p>	<p><i>Этап знакомства с упражнением:</i></p> <p>- совместное с педагогом построение схемы упражнения по визуальному плану с использованием зрительных пространственных ориентиров для выполнения движения;</p> <p>- выполнение упражнения в соответствии со схемой.</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p> <p>- выполнение упражнения по</p>	<p><i>Этап знакомства с упражнением:</i></p> <p>м:</p> <p>- совместное с педагогом построение упражнения по визуальном у плану с использованием зрительных пространственных ориентиров для выполнения движения (с использованием РЖЯ);</p>

	<p>Беговые упражнения:</p> <p>Прыжковые упражнения:</p>	<p>Ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра. Ходьба в медленном, среднем и быстром темпе. Ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.</p> <p>Вариант 2.1 Бег с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.</p> <p>Вариант 2.2, 2.3 Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, с изменением направления движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.</p> <p>Вариант 2.1 Прыжки на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.</p> <p>Вариант 2.2 Прыжки на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.</p> <p>Вариант 2.3 Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед,</p>	<p>для межполушарного взаимодействия; - упражнения для согласования движений рук и ног (динамическая организация двигательного акта); - проговаривание терминов и порядка выполнения; - выполняет манипуляции с предметами (перекладывание, подбрасывание, ловля, жонглирование и т.д.); - выполняет упражнения на выработку сильной воздушной струи (Например, передувание теннисного шарика с одной половины теннисного стола на</p>	<p>зрительным пространственным опорам в соответствии со схемой упражнения. <i>Коррекционная работа:</i> - выполняют упражнения для развития переключаемости движений; - выполняют упражнения для формирования пространственных представлений; - проговаривают за педагогом термины и порядок выполнения действий; - выполняют упражнения для согласования движений рук и ног (динамическая организация двигательного акта); - выполняют упражнения для межполушарного</p>	<p>- выполнение упражнения в соответствии со схемой. <i>Этап закрепления:</i> - выполнение упражнения по зрительным пространственным ориентирам в соответствии со схемой упражнения с активизацией внимания и использованием сенсорных поощрений после выполнения упражнения; - сами определяют инвентарь, с которым им предстоит работать, вспоминают, для чего</p>
--	---	--	--	---	--

	<p>Броски Метание</p> <p>Развитие скоростно-силовых способностей, координации движений с установкой на силу и точность</p>	<p>назад, вправо, влево. Перепрыгивание через начерченную линию, шнур, набивной мяч. Прыжки с ноги на ногу на отрезках до финиша. Подпрыгивание вверх на месте с захватом или касанием висящего предмета (мяча). Прыжки в длину с места. Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед, в стороны. Прыжки с высоты с мягким приземлением. Прыжки в длину и высоту с шага. Прыжки с небольшого разбега в длину. Прыжки с прямого разбега в длину. Прыжки в длину с разбега без учета места отталкивания. Прыжки в высоту с прямого разбега способом «согнув ноги». Прыжки в высоту способом «перешагивание».</p> <p>Вариант 2.1, 2.2, 2.3, Бросок большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.</p> <p>Вариант 2.1 Метание малого мяча в вертикальную цель и на дальность.</p> <p>Вариант 2.2, 2.3 Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цель и на дальность.</p> <p>Вариант 2.1, 2.2 Бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных</p>	<p>другую, удержание струей воздуха теннисного шарика сверху над головой, продвижение шарика при помощи выдыхания воздуха по гимнастической скамейке и т.д.).</p>	<p>взаимодействи я; - выполняет манипуляции с предметами (перекладывание, подбрасывание, ловля, жонглирование и т.д.); - выполняет упражнения на выработку сильной воздушной струи (Например, передувание теннисного шарика с одной половины теннисного стола на другую, удержание струей воздуха теннисного шарика вверх над головой, продвижение шарика при помощи выдыхания воздуха по гимнастической скамейке и т.д.)</p>	<p>он необходим, как им пользоваться и др. <i>Коррекционная работа:</i> - выполняют упражнения для развития переключаемости движений; - выполняют упражнения для формирования пространственных представлений; - повторяют за педагогом термины; - выполняют упражнения для согласования движений рук и ног (динамическая организация двигательного акта); -</p>
--	--	--	---	---	---

	Развитие выносливости	исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно. Вариант 2.1 Повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; бег с горки в максимальном темпе; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля теннисного мяча в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.			выполняют упражнения для межполушарного взаимодействия.
	Общеразвивающие упражнения	Вариант 2.1 Равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный 6-минутный бег.	<i>Этап знакомства с упражнением</i> : - выполняют упражнения по показу и словесному объяснению педагога; - просмотр обучающего видео с сопровождающим комментарием педагога.	<i>Этап знакомства с упражнением:</i> - совместное с педагогом построение схемы упражнения по визуальному плану с использованием зрительных пространственных ориентиров для выполнения движения;	<i>Этап знакомства с упражнением:</i> м: - совместное с педагогом построение схемы упражнения по визуальному плану с использованием зрительных пространственных ориентиров для выполнения движения, с помощью РЖЯ;
	Развитие координации движений	Вариант 2.2, 2.3 Бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно.	<i>Этап закрепления:</i> - проговаривание порядка выполнения действия «про себя» (по	-изучение движений в разных экспозициях с дополнительным словесным сопровождением педагога и	оригинальных пространственных ориентиров для выполнения движения, с помощью РЖЯ;
	Развитие скоростных способностей	Вариант 2.2, 2.3 Повторное выполнение беговых упражнений			

	<p>Развитие выносливости</p> <p>Развитие силовых способностей</p>	<p>с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; броски в стенку и ловля теннисного мяча, стоя у стены, из разных исходных положений, с поворотами.</p> <p>Вариант 2.2, 2.3 Равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный 6-минутный бег.</p> <p>Вариант 2.1 Повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15—20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1—2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); повторное выполнение беговых нагрузок в горку; прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в</p>	<p>возможности) ; - игровая деятельность. <i>Коррекционная работа:</i> -выполняют упражнения на тренажерах по сенсорной интеграции; - выполняют упражнения для согласования движений рук и ног (динамическая организация двигательного акта).</p>	<p>одновременны м выполнением упражнений по подражанию и сопряженной речию; - просмотр обучающего видео с сопровождающ им комментарием. <i>Этап закрепления:</i> - выполнение упражнения с использованием зрительных пространственных ориентиров для перестроения; - игра. <i>Коррекционная работа:</i> - выполнение упражнения формирования пространственных представлений; - выполнение упражнения для согласования движений рук и ног (динамическая организация двигательного</p>	<p>движений в разных экспозициях с дополнительным словесным сопровождением педагога и одновременным выполнением упражнений по подражанию и сопряженной речию; - просмотр обучающего видео с сопровождающим объяснением. <i>Этап закрепления:</i> : - выполнение упражнения с использованием зрительных пространственных ориентиров для перестроен</p>
--	---	--	---	--	---

		<p>полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.</p> <p>Вариант 2.2, 2.3 Повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15—20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1—2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); повторное выполнение беговых нагрузок в горку; прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе.</p>		<p>акта);</p> <p>-выполняют упражнения на тренажерах по сенсорной интеграции.</p>	<p>ия;</p> <p>- игра;</p> <p>- движение под музыку</p> <p>- выполнение упражнений по памяти со словесным пояснением учителя;</p> <p>- проговаривание этапов упражнения до его выполнения;</p> <p>;</p> <p>- выполнение упражнений в условиях проверки (самоконтроль, взаимоконтроль, зачетный урок и т. д.).</p> <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <p>- выполнение упражнения для формирования пространственных представлений;</p>
--	--	--	--	---	--

					- выполнение упражнения для согласовани я движений рук и ног (динамичес кая организация двигательно го акта); -выполняют упражнения на тренажерах по сенсорной интеграции.
Подвижные и спортивные игры.	<p>На материале гимнастики с основами акробатики</p> <p>На материале легкой атлетики</p> <p>На материале</p>	<p>Вариант 2.1, 2.2, 2.3 Игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.</p> <p>Вариант 2.1 Прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.</p> <p>Вариант 2.2, 2.3 Прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.</p> <p>Вариант 2.1 Эстафеты в</p>	<p><i>Этап</i> <i>знакомства с упражнением</i> : - просмотр видео с правильным выполнением упражнения с комментариями педагога; - последовательное изучение отдельных фаз движения с последующи</p>	<p><i>Этап</i> <i>знакомства с упражнением:</i> - описание порядка выполнения движения по схеме с последующей демонстрацией и выполнением его; - показ движений в разных экспозициях со словесным сопровождением педагога и</p>	<p><i>Этап</i> <i>знакомства с упражнением</i> <i>м:</i> - просмотр видео для примера игры с комментариями педагога (с помощью РЖЯ); - описание порядка выполнения упражнения по схеме с</p>

<p>лыжной подготовки</p> <p>На материале спортивных игр</p>	<p>передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.</p> <p>Вариант 2.2, 2.3 Эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.</p> <p>Вариант 2.1 Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.</p> <p>Вариант 2.2, 2.3 Удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.</p> <p>Баскетбол:</p> <p>Вариант 2.1 Специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.</p> <p>Вариант 2.2, 2.3 Стойка баскетболиста; специальные передвижения без мяча; хват мяча; ведение мяча на месте; броски мяча с места двумя руками снизу из-под кольца; передача и ловля мяча на месте двумя руками от груди в паре с учителем; подвижные игры на материале баскетбола.</p> <p>Пионербол</p> <p>Вариант 2.2, 2.3 Броски и ловля мяча в парах через сетку двумя руками снизу и сверху; нижняя подача мяча (одной рукой снизу).</p> <p>Волейбол:</p> <p>Вариант 2.1 Подбрасывание мяча; подача мяча; прием и</p>	<p>м их объединение м;</p> <p>- составление описательного рассказа двигательного действия по картинке с последующей демонстрацией и выполнением его;</p> <p>- выполнение упражнения совместно с педагогом.</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p> <p>- принимают участие в соревнованиях.</p> <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <p>- выполняют упражнения для развития коммуникации и взаимодействия;</p> <p>- проговаривание терминов и порядка выполнения;</p> <p>- выполняет дыхательные упражнения разными</p>	<p>одновременным выполнением упражнений по подражанию и сопряженной речи;</p> <p>- изучение упражнения по карточкам с рисунками и схемам движений, с заданиями, указателями, ориентирами.</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p> <p>- использование звукового сигнала для обозначения начала выполнения упражнения</p> <p>- систематическое повторение и показ порядка выполнения упражнения (допустима визуальная поддержка, например, просмотр видео или повторение по схеме тела и т.д.);</p> <p>- игра.</p> <p><i>Коррекционная</i></p>	<p>последующей демонстрацией и выполнении его с направляющей помощью педагога (с помощью РЖЯ);</p> <p>- одновременное сочетание показа физических упражнений, словесного объяснения действия педагогом и выполнения;</p> <p>;</p> <p>- совместное составление схемы выполнения упражнения,</p> <p>составление визуального плана.</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p> <p>;</p> <p>- выполнение упражнений</p>
---	--	---	--	--

		<p>передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.</p> <p>Вариант 2.2, 2.3 Подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.</p> <p>Вариант 2.1, 2.2 Подвижные игры разных народов.</p> <p>Вариант 2.2 Коррекционно-развивающие игры: «Порядок и беспорядок», «Узнай, где звонили», «Собери урожай».</p> <p>Игры с бегом и прыжками: «Сорви шишку», «У медведя во бору», «Подбеги к своему предмету», «День и ночь», «Кот и мыши», «Пятнашки»; «Прыжки по кочкам».</p> <p>Игры с мячом: «Метание мячей и мешочков»; «Кого назвали – тот и ловит», «Мяч по кругу», «Не урони мяч».</p>	<p>способами:</p> <p>грудное и диафрагмальное дыхание, медленное и быстрое, поверхностное и глубокое.</p>	<p><i>работа:</i></p> <p>- упражнения для развития коммуникации и взаимодействия;</p> <p>- упражнения для развития пространственной организации (освоение пространства спортивного зала);</p> <p>- проговаривание за педагогом терминов и порядка выполнения действий;</p> <p>- выполняет дыхательные упражнения разными способами: грудное и диафрагмальное дыхание, медленное и быстрое, поверхностное и глубокое.</p>	<p>в соответствии и с визуальным планом, - использование системы игровых, сенсорных поощрений; - использование световых, знаковых, вибрационных сигналов для концентрации внимания, информации о начале или прекращении движений; - игра.</p> <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <p>- упражнения для развития коммуникации и взаимодействия;</p> <p>-</p>
--	--	---	---	--	--

					повторение за педагогом терминов; - использование игровых моментов и материалов для развития пространственной организации и (Например., выполнение упражнения на правой половине зала и т.д).
Лыжная подготовка	Обучение основным элементам лыжной подготовки Общеразвивающие упражнения Развитие координации движений	Вариант 2.1 Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъемы; торможение. Вариант 2.2. 2.3 Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъемы; торможение Вариант 2.1 Перенос тяжести тела с лыжи на лыжу (на месте, в движении, прыжком с опорой на палки); комплексы общеразвивающих упражнений с изменением поз тела, стоя на лыжах; скольжение на правой (левой) ноге после двух-трех шагов; спуск с горы с изменяющимися стойками на лыжах; подбирание предметов во время спуска в низкой стойке. Вариант 2.2, 2.3 Перенос тяжести тела с лыжи на лыжу (на	<i>Этап знакомства с упражнением</i> : - совместное с педагогом построение схемы упражнения по визуальному плану с использованием зрительных пространственных ориентиров для выполнения	<i>Этап знакомства с упражнением:</i> - совместное с педагогом построение схемы упражнения по визуальному плану с использованием зрительных пространственных ориентиров для выполнения движения; -изучение движений в разных	<i>Этап знакомства с упражнением:</i> - совместное с педагогом построение схемы упражнения по визуальному плану с использованием зрительных пространственных ориентиров для выполнения движения; -изучение движений в разных

	<p>Развитие выносливости:</p>	<p>месте); комплексы общеразвивающих упражнений с изменением поз тела, стоя на лыжах; скольжение на правой (левой) ноге после двух-трёх шагов; спуск с горы с изменяющимися стойками на лыжах; подборание предметов во время спуска в низкой стойке.</p> <p>Вариант 2.1 Передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, в чередовании с прохождением отрезков в режиме большой интенсивности, с ускорениями; прохождение тренировочных дистанций.</p> <p>Вариант 2.2, 2.3 Передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, в чередовании с прохождением отрезков в режиме большой интенсивности, с ускорениями; прохождение тренировочных дистанций.</p>	<p>движения; -изучение движений в разных экспозициях с дополнительным словесным сопровождением педагога и одновременным выполнением упражнений по подражанию и сопряженной речи; просмотр обучающего видео с комментариями педагога.</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p> <p>- выполнение упражнения с проговариванием порядка выполнения действия «про себя» (по возможности);</p> <p>- принимают участие в соревнованиях.</p>	<p>экспозициях с дополнительным словесным сопровождением педагога и одновременным выполнением упражнений по подражанию и сопряженной речи.</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p> <p>- выполнение упражнения с проговариванием порядка выполнения действия «про себя» (по возможности);</p> <p>- принимают участие в соревнованиях.</p> <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <p>- выполняют упражнения поэтапно с проговариванием порядка выполнения действия; принимают участие в соревнованиях.</p> <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <p>- выполняют</p>	<p>движений в разных экспозициях с дополнительным словесным сопровождением педагога и одновременным выполнением (жестовым) сопровождением педагога и одновременным выполнением упражнений по подражанию и сопряженной речью.</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p> <p>- выполняют упражнения по подражанию и сопряженной речью.</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p> <p>- выполняют упражнения поэтапно с проговариванием порядка выполнения действия; принимают участие в соревнованиях.</p> <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <p>- выполняют</p>
--	-------------------------------	---	--	--	---

			<p><i>Коррекционная работа:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - выполняют упражнения для развития переключаемости движений - выполняют упражнения для согласования движений рук и ног (динамическая организация двигательного акта - участие в играх, направленных на развитие эмоционально-волевой сферы; - проговаривают термины; - выполняет дыхательные упражнения разными способами: грудное и диафрагмальное дыхание, медленное и быстрое, поверхностное и глубокое. 	<p>играх, направленных на развитие эмоционально-волевой сферы;</p> <p>- проговаривает за педагогом термины;</p> <p>- выполняет дыхательные упражнения разными способами: грудное и диафрагмальное дыхание, медленное и быстрое, поверхностное и глубокое.</p>	<p>упражнения для согласования движений рук и ног (динамическая организация двигательного акта).</p>
Плавание	Обучение основным	Вариант 2.1 Подводящие упражнения: вхождение в воду;	<i>Этап</i> знакомства с	<i>Этап</i> знакомства с	<i>Этап</i> знакомства

	<p>элементам плавания</p> <p>Общеразвивающие упражнения Развитие выносливости</p>	<p>передвижение по дну бассейна; упражнения на всплывание; лежание и скольжение; упражнения на согласование работы рук и ног. Проплывание учебных дистанций: произвольным способом.</p> <p>Вариант 2.2, 2.3 Подводящие упражнения: вхождение в воду; передвижение по дну бассейна; упражнения на всплывание; лежание и скольжение; упражнения на согласование работы рук и ног. Игры в воде.</p> <p>Вариант 2.1 Повторное проплывание отрезков на ногах, держась за доску; повторное скольжение на груди с задержкой дыхания; повторное проплывание отрезков одним из способов плавания.</p> <p>Вариант 2.2, 2.3 Работа ног у вертикальной поверхности, проплывание отрезков на ногах, держась за доску; скольжение на груди и спине с задержкой дыхания (стрелочкой).</p>	<p><i>упражнением</i></p> <p>:</p> <p>- выполняют подготовительные упражнения на суше;</p> <p>- проговаривают правила техники безопасности;</p> <p>- выполняют упражнения по показу и словесному объяснению педагога.</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p> <p>- выполнение упражнения с проговариванием порядка выполнения действия «про себя» (по возможности).</p> <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <p>- выполняет упражнения для развития переключаемости движений;</p> <p>- выполняет упражнения для согласования</p>	<p><i>упражнением:</i></p> <p>- совместное с педагогом построение схемы упражнения по визуальному плану с использованием зрительных пространственных ориентиров для выполнения движения.</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p> <p>- выполнение упражнения с использованием зрительных пространственных ориентиров, жестов..</p> <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <p>- выполняют упражнения для формирования пространственных представлений.</p> <p>- выполняют упражнения для согласования движений рук и ног (динамическая</p>	<p><i>с</i></p> <p><i>упражнение</i></p> <p><i>м:</i></p> <p>- совместное с педагогом построение схемы алгоритмов упражнений (серии упражнений) по визуальном у плану с использованием зрительных пространственных ориентиров для выполнения движения.</p> <p><i>Этап закрепления</i></p> <p>:</p> <p>- выполнение упражнения с контролирующей помощью педагога (с помощью жестов).</p> <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <p>- выполняют упражнения</p>
--	---	---	---	--	---

			<p>движений рук и ног (динамическая организация двигательного акта);</p> <p>- проговаривают термины;</p> <p>- участие в играх, направленных на эмоциональное развитие.</p>	<p>организация двигательного акта).</p> <p>- участие в играх, направленных на эмоциональное развитие.</p>	<p>для формирования пространственных представлений;</p> <p>- участие в играх, направленных на эмоциональное развитие.</p>
--	--	--	--	---	---

2.5. Тематическое планирование

тематический план для АООП НОО (вар. 1.1, 2.1, 2.2 (I отделение))

№	Разделы и темы	Год обучения			
		1	2	3	4
		Количество часов (уроков)			
I. Знания об адаптивной физической культуре					
1	Физическая культура как система занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека.	В процессе обучения			
2	Из истории физической культуры.	В процессе обучения			
3	Физические упражнения, их влияние на физическое развитие	В процессе обучения			
II. Способы физкультурной деятельности					
4	Самостоятельные занятия.	В процессе обучения			
5	Самостоятельные игры и развлечения.	В процессе обучения			
6	Физкультурно-оздоровительная деятельность	В процессе обучения			
III. Физическое совершенствование					
7	Гимнастика с основами акробатики	24	20	20	20
8	Легкая атлетика	20	20	20	20
9	Лыжная подготовка	22	20	20	20
10	Плавание	-	12	12	12
11	Подвижные и спортивные игры	33	30	30	30
		99	102	102	102
Итого: 405 часов					

2.6. Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные особенности, уровень физического развития, двигательные возможности и последствия заболеваний обучающихся.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки:

Мелкими ошибками считаются ошибки, которые не влияют на качество и результат выполнения упражнений. К мелким ошибкам в основном

относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Значительные ошибки – ошибки, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ненамного ниже предполагаемого. К значительным ошибкам относятся: старт не из требуемого положения; отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту; бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений; несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки – ошибки, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Характеристика балльной оценки (отметки).

Оценка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

Оценка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых, но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Оценка «2» выставляется, если упражнение не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

При оценивании успеваемости обучающихся, имеющих специальную и подготовительную физкультурную группу здоровья, строго учитывается характер заболевания и медицинские показания. Данные обучающиеся выполняют общеразвивающие упражнения, упражнения АФК, отвечают на теоретические вопросы, выполняют теоретические тестовые задания, готовят доклады, презентации, творческие работы и проекты. Обучающиеся подготовительной физкультурной группы здоровья выполняют нормативные испытания с учетом медицинских показаний, но освобождаются от

соревновательной деятельности. Рекомендуется вести индивидуальный мониторинг развития двигательных навыков обучающихся.

2.7. Материально – техническое обеспечение

При реализации Программа по адаптированной физической культуре для обучающихся с нарушениями слуха образовательная организация наряду с общим материально-техническим обеспечением реализации программ по физической культуре обеспечивает следующее:

Электронная бегущая строка, печатные таблицы, электронное устройство для обмена текстовой информацией, монитор с функцией субтитров, устройство вывода информации с функцией субтитров, звукоусиливающая аппаратура коллективного пользования.

Наглядный материал: схемы человеческого тела, муляжи скелета, оборудованное место для просмотра видеоряда, карточки для составления визуального расписания и технологических карт, большое зеркало, наличие текстовой информации, представленной в виде печатных таблиц на стендах или электронных носителях.

Оборудование: спортивный инвентарь с различными сенсорными характеристиками, игровой материал для активизации внимания, развития мелкой моторики.