

БОУ «Чебоксарская общеобразовательная школа для обучающихся
с ограниченными возможностями здоровья №3» Минобразования Чувашии

ПРИНЯТО
На заседании педагогического совета
Протокол №1 от 29.08.2023



УТВЕРЖДЕНО
приказом БОУ «Чебоксарская ОШ для
обучающихся с ОВЗ №3» Минобразования Чувашии
№ 75-о от 31.08.2023

Е.В. Малова

**Рабочая программа учебного предмета
«Адаптированная физическая культура 1-5 классы
адаптированной основной образовательной программы
начального общего образования
(вариант 2.2, 2.3)**

Чебоксары

2023

СОДЕРЖАНИЕ

1. Целевой раздел.....	2
1.1. Пояснительная записка.....	2
1.2. Цель и задачи реализации рабочей программы по адаптивной физической культуре.....	2
1.3. Особые образовательные потребности обучающихся с нарушениями слуха.....	2
2. Рабочая программа по адаптивной физической культуре для глухих, слабослышащих и позднооглохших обучающихся на уровне начального общего образования (варианты 2.2, 2.3).....	4
2.1. Место учебного предмета в учебном плане.....	4
2.2. Характеристика двигательного развития обучающихся младшего школьного возраста с нарушениями слуха.....	4
2.3. Планируемые результаты освоения программы.....	4
2.4. Содержание программы с указанием видов деятельности и условий реализации программы.....	9
2.5. Тематическое планирование.....	16
2.6. Критерии и нормы оценки знаний обучающихся.....	16
2.7. Материально-техническое обеспечение.....	16

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа по адаптивной физической культуре для глухих, слабослышащих и позднооглохших обучающихся на уровне начального общего образования построена по модульному принципу. Содержание образования по предмету распределено по тематическим модулям, которые входят в раздел «Физическое совершенствование». Содержание каждой программы состоит из базовой части (инвариантные модули) и вариативного модуля. Инвариантные модули: гимнастика, легкая атлетика, зимние виды спорта (на примере лыжной подготовки), подвижные и спортивные игры. Данные модули в своем предметном содержании ориентируются на всестороннюю физическую подготовленность обучающихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

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 имеет коррекционную направленность и разрабатывалась с учетом особенностей их развития. Данная программа содействует всестороннему развитию личности обучающегося, формированию осознанного отношения к своему здоровью, развитию общих физических способностей, компенсации нарушенных функций организма.

1.2. Цель и задачи реализации рабочей программы 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 программы 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, легкая 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, ее 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 программы 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, приемов 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 программы 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.

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.

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);
- 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 наклонном туловище, повороты и развороты, в том числе в прыжке, кувырки вперед и назад, вращение вокруг опоры при удержании руками, кружение в парах, прыжки на багуте);
- 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 программы 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.

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- или видеформате 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).

2. Рабочая программа по адаптивной физической культуре для глухих, слабослышащих и позднооглохших обучающихся на уровне начального общего образования (варианты 2.2, 2.3)

Рабочая программа по адаптивной физической культуре для глухих, слабослышащих и позднооглохших обучающихся на уровне начального общего образования (варианты 2.2, 2.3) (далее – Программа, рабочая 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 (одобрена 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 (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15).

2.1. Место учебного предмета в учебном плане

Общее число часов, отведенных на изучение учебного предмета «Адаптивная физическая культура» на уровне начального общего образования (варианты 2.2, 2.3) АООП НОО для глухих, слабослышащих и позднооглохших обучающихся, 3 часа в неделю в каждом классе, общее число часов, отведенных на изучение учебного предмета «Адаптивная физическая культура» на уровне начального общего образования, составляет 507 часов: 1 класс – 99 часов, 2 класс – 102 часа, 3 класс – 102 часа, 4 класс – 102 часа, 4 дополнительный 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 качествах;
- 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 программы

Планируемые результаты освоения программы 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 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 обучающегося;
- 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.

Вариант 2.3

- Осознание себя как ученика, заинтересованного посещением занятий адаптивной физической культурой в условиях спортивного зала, на спортивной площадке (на открытом воздухе);
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней;
- самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей; понимание личной ответственности за свои поступки, за командный результат, способность к эмпатии и взаимовыручке;
- готовность к безопасному и бережному поведению в процессе занятий спортом и физической культурой.

Метапредметные результаты

Варианты 2.2

- Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее 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 ее 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 учета 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.

Варианты 2.3 (Базовые учебные действия)

Коммуникативные учебные действия:

- вступать в контакт и взаимодействовать в паре, группе, команде при выполнении упражнений, в процессе подвижных и командных игр, соревнований (учитель – ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель – класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к упражнениям на занятиях адаптивной физической культурой;
- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с взрослыми и сверстниками в процессе выполнения упражнений и командных игр;
- договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими (в соревновательной деятельности, в подвижных и командных играх и др.).

Регулятивные учебные действия:

- адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения;
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия при выполнении упражнений, ориентироваться на образец выполнения;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов при выполнении упражнений.

Познавательные учебные действия:

- выделять некоторые существенные, общие и отличительные признаки видов спорта, спортивного инвентаря, способов выполнения упражнений, правил спортивных игр;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами при ориентировке в пространстве спортивного зала, на спортивной площадке, при выполнении упражнений;
- наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности (например, подбирать соответствующую спортивную одежду в соответствии с погодой).

Предметные результаты

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 2.2	Вариант 2.3
Знания об адаптивной физической культуре		<p>С помощью направляющих вопросов, с использованием вспомогательного материала (карточек, плана и т. д.):</p> <ul style="list-style-type: none"> - объясняет понятия «физическая культура», «режим дня»; - объясняет в простых формулировках назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития общих физических способностей; - называет основные способы и особенности движений и передвижений человека; - называет и применяет простые термины из разучиваемых упражнений, объясняет их функциональный смысл и направленность воздействия на организм; - называет основы индивидуальной личной гигиены; - называет основные причины травматизма на занятиях физической культурой и правила их предупреждения. 	<p>С помощью направляющих вопросов, с использованием вспомогательного материала (карточек, плана, жестов и т. д.):</p> <ul style="list-style-type: none"> - объясняет понятия «физическая культура», «режим дня»; - знает основы индивидуальной личной гигиены; - знает правила техники безопасности на уроках адаптивной физкультуры.
Способы физкультурной деятельности	Самостоятельные занятия. Самостоятельные игры и развлечения	<ul style="list-style-type: none"> - Выполняет комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития общих физических способностей; - участвует в оздоровительных занятиях в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки); - может организовать и провести подвижную игру (на спортивных площадках и в спортивных залах); - соблюдает правила игры. 	<p>С контролирующей, направляющей помощью:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполняет комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития общих физических способностей; - участвует в оздоровительных занятиях в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки); - может организовать и провести подвижную игру (на спортивных площадках и в спортивных залах); - соблюдает правила игры.
Гимнастика с элементами акробатики	Организующие команды и приемы.	<ul style="list-style-type: none"> - Выполняет упражнение с опорой на визуальный план и с использованием зрительных пространственных ориентиров для обозначения пространственных терминов; - выполняет простые перестроения в шеренге; - переключается с одного действия на другое по звуковому сигналу с привлечением внимания; - двигается под музыку, старается соблюдать ритмический рисунок; - выполняет серию действий с визуальными, словесными подсказками; - удерживает статическую позу 10 с; - знает простые пространственные термины; - выполняет дыхательные упражнения разными способами: грудное и диафрагмальное дыхание, медленное и быстрое, поверхностное и глубокое. 	<ul style="list-style-type: none"> - Выполняет упражнение совместно с педагогом; - переключается с одного действия на другое по звуковому (световому) сигналу с привлечением внимания; - наблюдает за своим состоянием, сообщает о дискомфорте и перегрузках.
	Акробатические упражнения. Акробатические комбинации.	<ul style="list-style-type: none"> - Начинает выполнение упражнения по звуковому сигналу; - выполняет упражнение поэтапно со словесным сопровождением педагога (опора на артикуляцию педагога) и одновременным выполнением упражнений, по необходимости, по подражанию с визуальной опорой; - включает в работу нужные мышцы групп (допустима помощь педагога в построении правильного положения тела при выполнении упражнения); 	

		<ul style="list-style-type: none"> - 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 упражнений; - выполняет упражнение под самостоятельный счет с контролем педагога. 	
	<p>Упражнения на низкой гимнастической перекладине Гимнастическая комбинация. Гимнастические упражнения прикладного характера. Общеразвивающие упражнения</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Выполняет упражнение целостно со словесным сопровождением педагога и одновременным выполнением по подражанию, с визуальной опорой (карточки, схемы и т. д.); - включает в работу нужные группы мышц (обязательный контроль со стороны педагога в построении правильного положения тела при выполнении упражнения); - показывает на схеме части тела в соответствии с упражнением и соотносит схему со своим телом; - знает назначение спортивного инвентаря, проговаривает; - 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); - выполняет манипуляции с предметами (перекладывание, подбрасывание, ловля, жонглирование и т. д.). 	<ul style="list-style-type: none"> - 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, по необходимости, жестов); - включается в игровую деятельность; - работает с системой поощрений; - 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).
Легкая атлетика	<p>Ходьба Беговые упражнения Прыжковые упражнения Броски Метание Развитие скоростных способностей Развитие выносливости</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 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 (перекладывание, подбрасывание, ловля, жонглирование и т. д.); - выполняет упражнения на выработку сильной воздушной струи. 	<ul style="list-style-type: none"> - 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 несколько секунд; - по инструкции (по необходимости, жестовой) выполняет упражнение со сменой темпа выполнения.
	<p>Общеразвивающие упражнения Развитие координации движений Развитие скоростных способностей Развитие выносливости Развитие силовых способностей</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Начинает выполнение упражнения по звуковому сигналу; - выполняет упражнение целостно со словесным сопровождением педагога и одновременным выполнением по подражанию, с визуальной опорой (карточки, схемы и т. д.); - включает в работу нужные группы мышц (обязательный контроль со стороны педагога в построении правильного положения тела при выполнении упражнения); - выполняет серию упражнений с использованием визуального плана; - показывает на схеме 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). 	<ul style="list-style-type: none"> - Начинает выполнение упражнения по звуковому (световому) сигналу; - с предварительным повторением выполняет упражнение целостно, необходимо словесное сопровождение педагогом упражнения и контроль, выполнение упражнения с визуальной опорой (карточки, схемы, жесты и т. д.); - выполняет серию упражнений с использованием визуального плана; - включается в игровую 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>Подвижные и спортивные игры.</p>	<p>На материале гимнастики с основами акробатики На материале легкой атлетики На материале лыжной подготовки На материале спортивных игр</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Начинает выполнение упражнения по звуковому сигналу; - выполняет упражнение целостно со словесным сопровождением педагога и одновременным выполнением по подражанию, с визуальной опорой (карточки, схемы и т. д.); - включает в работу нужные группы мышц (обязательный контроль со стороны педагога в построении правильного положения тела при выполнении упражнения); - знает и проговаривает назначение спортивного инвентаря; - включается в игровую деятельность, принимает правила игры, знает их; - взаимодействует со сверстниками в игровой деятельности; - выполняет дыхательные упражнения разными способами: грудное и диафрагмальное дыхание, медленное и быстрое, поверхностное и глубокое. 	<ul style="list-style-type: none"> - Начинает выполнение упражнения по звуковому (световому) сигналу; - с предварительным повторением выполняет упражнение целостно, необходимо словесное (жестовое) сопровождение педагогом упражнения и контроль, выполнение упражнения с визуальной опорой (карточки, схемы и т. д.); - выполняет серию упражнений с использованием визуального плана; - включается в игровую деятельность, знает правила игры; - работает с системой поощрений; - знает назначение спортивного инвентаря; - ориентируется в пространстве спортивного зала; - вступает во взаимодействие со сверстниками в игровой деятельности.
<p>Лыжная подготовка</p>	<p>Обучение основным элементам лыжной подготовки Общеразвивающие упражнения Развитие координации движений Развитие выносливости</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Строится с опорой на зрительные ориентиры; - соблюдает правила техники безопасности; - выполняет упражнения с направляющей помощью; - переключается с одного действия на другое по звуковому сигналу с привлечением внимания; - удерживает правильную осанку при ходьбе и беге на лыжах; - выполняет упражнения по чередованию работы рук и ног (например, чередует хлопок с шагом). - участвует в соревнованиях; - включается в игровую деятельность; - взаимодействует в игре со сверстниками; - выполняет дыхательные упражнения разными способами: грудное и диафрагмальное дыхание, медленное и быстрое, поверхностное и глубокое. 	<ul style="list-style-type: none"> - Строится в шеренгу с направляющей помощью педагога; - следует правилам техники безопасности; - самостоятельно передвигается по лыжне; - выполняет упражнение совместно с педагогом с опорой на визуальный план и с использованием зрительных пространственных ориентиров, жестов; - переключается с одного действия на другое по звуковому, жестовому сигналу с привлечением внимания; - удерживает правильную осанку при ходьбе и беге на лыжах; - выполняет упражнения по чередованию работы рук и ног (например, чередует хлопок с шагом); - включается в игровую деятельность; - взаимодействует в игре со сверстниками.

2.4. Содержание программы с указанием видов деятельности и условий реализации программы

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

Модуль / тематический блок	Разделы	Содержание программы	Дифференциация видов деятельности для отдельных групп обучающихся в соответствии с ФГОС ОВЗ	
			Вариант 2.2	Вариант 2.3
Знания об адаптивной физической культуре	Физическая культура как система занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека.	Вариант 2.2. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря. Правила личной гигиены. Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств, основы спортивной техники изучаемых упражнений. Физическая подготовка и ее связь с развитием общих физических способностей. Характеристика общих физических способностей: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.	<ul style="list-style-type: none"> - Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры; - следят за рассказом педагога с опорой на визуальный план; - слушают рассказ педагога; - отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на визуальный план; - с помощью педагога выполняют практические занятия с заданными параметрами (составляют режим дня, подбирают материал по теме и т. д.); - участвуют в групповой работе по поиску информации или выполнению задания; - участвуют в проектной деятельности на доступном уровне. 	<ul style="list-style-type: none"> - Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры; - по возможности слушают рассказ педагога, с сопровождением элементами РЖЯ; - отвечают на вопросы по прослушанному материалу с опорой на наглядность; - с помощью педагога выполняют практические занятия с заданными параметрами (дополняют режим дня, подбирают материал по теме и т. д.); - участвуют в групповой работе по поиску информации или выполнению задания.
	Физические упражнения	Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств.		
Способы физкультурной деятельности	Самостоятельные занятия	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).	<ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<ul style="list-style-type: none"> - 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 2.2 Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах). Соблюдение правил игр. Вариант 2.3 Участие в подвижных играх, физкультурно-оздоровительных мероприятиях.		
Гимнастика с элементами акробатики	Организующие команды и приемы.	Вариант 2.2 Простейшие виды построений. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение простейших строевых команд с одновременным показом учителя.	<i>Этап знакомства с упражнением:</i> - выполняют упражнения по визуальному плану с использованием зрительных пространственных	<i>Этап знакомства с упражнением:</i> - выполняют упражнения с использованием зрительных пространственных ориентиров для

		<p>Вариант 2.3 Простейшие виды построений. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение простейших строевых команд с одновременным показом учителя.</p>	<p>ориентиров для построения схемы перестроения. <i>Этап закрепления:</i> - выполняют упражнение с активизацией внимания, проговаривают порядок выполнения действия шепотом, по возможности, «про себя». <i>Коррекционная работа:</i> - выполняют упражнения для развития переключаемости движений; - повторяют за педагогом термины и порядок действий; - выполняют упражнения для формирования пространственных представлений; - выполняют движение под заданный ритм, музыку; - выполняют дыхательные упражнения разными способами: грудное и диафрагмальное дыхание, медленное и быстрое, поверхностное и глубокое.</p>	<p>построения схемы перестроения. <i>Этап закрепления:</i> - выполняют упражнение по визуальному плану с активизацией внимания с использованием ЖЯ; - выполнение упражнений по фрагментам с контролирующей помощью учителя; - многократно воспроизводят разученное действие. <i>Коррекционная работа:</i> - выполняют действия по разработанным словесным и визуальным алгоритмам; - выполнение упражнений для развития двигательной памяти; - перестроения, связанные с необходимостью логического мышления (например, рассчитаться 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.</p>
Акробатические упражнения.	Акробатические комбинации.	<p>Вариант 2.2 Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост. Вариант 2.3 Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках.</p>	<p><i>Этап знакомства с упражнением:</i> - изучение отдельных фаз движения с последующим их объединением; - просмотр движений в разных экспозициях со словесным сопровождением педагога и одновременным выполнением упражнений по подражанию и сопряженной речи, с визуальной опорой; - составляют рассказ-описание двигательного действия по картинке с последующей демонстрацией и выполнением упражнения; - совместное выполнение упражнения ребенком с одновременным проговариванием. <i>Этап закрепления:</i> - начинают выполнение упражнения по звуковому сигналу;</p>	<p><i>Этап знакомства с упражнением:</i> - изучение движения по показу и с направляющей помощью педагога (с помощью ЖЯ); - выполнение упражнений по фрагментам с контролирующей помощью учителя. <i>Коррекционная работа</i> - проговаривание за педагогом терминов, действий и порядка выполнения упражнения; - выполнение упражнений на статическую организацию движения с сохранением объема движения; - выполнение упражнений в заданном темпе, ритме, ограниченных промежутком времени; - совместная с педагогом организация места выполнения упражнения (принести мат, убрать).</p>

			<ul style="list-style-type: none"> - выполняют элементы игровой деятельности (имитация, танцы, соревнования и т. д.). <i>Коррекционная работа:</i> - выполняют упражнения для развития статической координации движения; - игра – имитация движений животных; - проговаривание за педагогом терминов; - выполняют упражнения для развития двигательной памяти (3-5 упражнений). 	
<p>Упражнения на низкой гимнастической перекладине</p> <p>Гимнастическая комбинация.</p> <p>Гимнастические упражнения прикладного характера.</p> <p>Общеразвивающие упражнения</p> <p>Развитие гибкости:</p> <p>Развитие координации движений</p>	<p>Вариант 2.2, 2.3 Висы, перемахи.</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 2.2, 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 2.2, 2.3 Широкие стойки на ногах; ходьба широким шагом, выпадами, в приседе, с махом ногой; наклоны; выпады и полушагаты 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 2.2, 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 лежа, сидя); перебрасывание</p>	<p><i>Этап знакомства с упражнением:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - последовательное изучение отдельных фаз движения с их объединением; - изучение движений в разных экспозициях с дополнительным словесным сопровождением педагога и одновременным выполнением упражнений по подражанию и сопряженной речью; - изучение упражнения по карточкам с рисунками и схемами движений, с заданиями, указателями, ориентирами. <p><i>Этап закрепления:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - выполняют упражнение с ярким инвентарем - выполняют упражнения с помощью тренажеров (например, «Рогатка» для метания мяча). <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; - выполняет манипуляции с предметами (перекладывание, подбрасывание, ловля, жонглирование и т. д.). 	<p><i>Этап знакомства с упражнением:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - последовательное изучение отдельных фаз движения с их объединением с визуальной опорой (или с помощью РЖЯ); - изучение движений в разных экспозициях с дополнительным словесным сопровождением педагога (с использованием РЖЯ) и одновременным выполнением упражнений по подражанию и сопряженной речью; - изучение упражнения по карточкам с рисунками и схемами движений, с заданиями, указателями, ориентирами. <p><i>Этап закрепления:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - выполняют упражнение с ярким инвентарем; - выполняют упражнения с помощью тренажеров (например, «Рогатка» для метания мяча). <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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>Формирование осанки</p> <p>Развитие силовых способностей</p>	<p>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 2.2, 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, лежа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.</p> <p>Вариант 2.2, 2.3 Упражнения в поднимании и переноске грузов: 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	<p>Ходьба</p> <p>Беговые упражнения:</p> <p>Прыжковые упражнения:</p>	<p>Вариант 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. 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 2.2, 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 2.2 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, назад, вправо, влево. Перепрыгивание через</p>	<p><i>Этап знакомства с упражнением:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - совместное с педагогом построение схемы упражнения по визуальному плану с использованием зрительных пространственных ориентиров для выполнения движения; - выполнение упражнения в соответствии со схемой. <p><i>Этап закрепления:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение упражнения по зрительным пространственным опорам в соответствии со схемой упражнения. <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 	<p><i>Этап знакомства с упражнением:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - совместное с педагогом построение схемы упражнения по визуальному плану с использованием зрительных пространственных ориентиров для выполнения движения (с использованием РЖЯ); - выполнение упражнения в соответствии со схемой. <p><i>Этап закрепления:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение упражнения по зрительным пространственным ориентирам в соответствии со схемой упражнения с активизацией внимания и с использованием сенсорных поощрений после выполнения упражнения; - сами определяют инвентарь, с которым им предстоит работать, вспоминают, для чего он необходим, как им пользоваться и др. <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - выполняют упражнения для развития переключаемости движений; - выполняют упражнения для формирования пространственных представлений; - повторяют за педагогом термины;

	<p>Броски</p> <p>Метание</p> <p>Развитие скоростно-силовых способностей, координации движений с установкой на силу и точность</p> <p>Развитие выносливости</p>	<p>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.</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.</p> <p>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 2.2, 2.3, Бросок большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.</p> <p>Вариант 2.2, 2.3 Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цель и на дальность.</p> <p>Вариант 2.2 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>межполушарного взаимодействия;</p> <p>- выполняет манипуляции с предметами (перекладывание, подбрасывание, ловля, жонглирование и т. д.);</p> <p>- выполняет упражнения на выработку сильной воздушной струи (например, передувание теннисного шарика с одной половины теннисного стола на другую, удержание струей воздуха теннисного шарика сверху над головой, продвижение шарика при помощи выдыхания воздуха по гимнастической скамейке и т. д.).</p>	<p>- выполняют упражнения для согласования движений рук и ног (динамическая организация двигательного акта);</p> <p>- выполняют упражнения для межполушарного взаимодействия.</p>
	<p>Общеразвивающие упражнения</p> <p>Развитие координации движений</p> <p>Развитие скоростных способностей</p> <p>Развитие выносливости</p>	<p>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.</p> <p>Вариант 2.2, 2.3 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 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 2.2, 2.3 Повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15-20 см); передача</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>- изучение движений в разных экспозициях с дополнительным словесным сопровождением педагога и одновременным выполнением упражнений по подражанию и сопряженной речью;</p> <p>- просмотр обучающего видео с сопровождающим комментарием.</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p> <p>- выполнение упражнения с использованием зрительных пространственных ориентиров для перестроения;</p> <p>- игра.</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, с помощью РЖЯ;</p> <p>- изучение движений в разных экспозициях с дополнительным словесным сопровождением педагога и одновременным выполнением упражнений по подражанию и сопряженной речью;</p> <p>- просмотр обучающего видео с сопровождающим объяснением.</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p> <p>- выполнение упражнения с использованием зрительных пространственных ориентиров для перестроения;</p>

	Развитие силовых способностей	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.	<i>Коррекционная работа:</i> - выполнение упражнения для формирования пространственных представлений; - выполнение упражнения для согласования движений рук и ног (динамическая организация двигательного акта); - выполняют упражнения на тренажерах по сенсорной интеграции.	- игра; - движение под музыку - выполнение упражнений по памяти со словесным пояснением учителя; - проговаривание этапов упражнения до его выполнения; - выполнение упражнений в условиях проверки (самоконтроль, взаимоконтроль, зачетный урок и т. д.). <i>Коррекционная работа:</i> - выполнение упражнения для формирования пространственных представлений; - выполнение упражнения для согласования движений рук и ног (динамическая организация двигательного акта); - выполняют упражнения на тренажерах по сенсорной интеграции.
Подвижные и спортивные игры	На материале гимнастики с основами акробатики На материале легкой атлетики На материале лыжной подготовки На материале спортивных игр	Вариант 2.2, 2.3 Игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию. Вариант 2.2, 2.3 Прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту. Вариант 2.2, 2.3 Эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию. Вариант 2.2, 2.3 Удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола. Баскетбол: 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. Пионербол Вариант 2.2, 2.3 Броски и ловля мяча в парах через сетку двумя руками снизу и сверху; нижняя подача мяча (одной рукой снизу). Волейбол: Вариант 2.2, 2.3 Подбрасывание мяча; подача мяча; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	<i>Этап 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 одновременным выполнением упражнений по подражанию и сопряженной речью; - изучение упражнения по карточкам с рисунками и схемам движений, с заданиями, указателями, ориентирами. <i>Этап закрепления:</i> - использование звукового сигнала для обозначения начала выполнения упражнения - систематическое повторение и показ порядка выполнения упражнения (допустима визуальная поддержка, например, просмотр видео или повторение по схеме тела и т. д.); - игра. <i>Коррекционная работа:</i> - упражнения для развития коммуникации и взаимодействия; - упражнения для развития	<i>Этап знакомства с упражнением:</i> - просмотр видео для примера игры с комментариями педагога (с помощью РЖЯ); - описание порядка выполнения упражнения по схеме с последующей демонстрацией и выполнением его с направляющей помощью педагога (с помощью РЖЯ); - одновременное сочетание показа физических упражнений, словесного объяснения действия педагогом и выполнения; - совместное составление схемы выполнения упражнения, составление визуального плана. <i>Этап закрепления:</i> - выполнение упражнений в соответствии с визуальным планом, - использование системы игровых, сенсорных поощрений; - использование световых, знаковых, вибрационных сигналов для концентрации внимания, информации о начале или прекращении движений; - игра. <i>Коррекционная работа:</i> - упражнения для развития

		<p>Вариант 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», «Подбег 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>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>коммуникации и взаимодействия;</p> <p>- повторение за педагогом терминов;</p> <p>- использование игровых моментов и материалов для развития пространственной организации (Например, выполнение упражнения на правой половине зала и т. д.).</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>Вариант 2.2, 2.3 Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъемы; торможение.</p> <p>Вариант 2.2, 2.3 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; подбирание предметов во время спуска в низкой стойке.</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><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>- изучение движений в разных экспозициях с дополнительным словесным сопровождением педагога и одновременным выполнением упражнений по подражанию и сопряженной речью.</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 для развития переключаемости движений;</p> <p>- выполняют упражнения для согласования движений рук и ног (динамическая организация двигательного акта);</p> <p>- участие в 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><i>Этап знакомства с упражнением:</i></p> <p>- совместное с педагогом выполнение движения (по показу) с контролирующей и направляющей помощью (с помощью РЖЯ);</p> <p>- изучение движений в разных экспозициях с дополнительным словесным (жестовым) сопровождением педагога и одновременным выполнением упражнений по подражанию и сопряженной речью.</p> <p><i>Этап закрепления:</i></p> <p>- выполнение упражнения поэтапно с проговариванием порядка выполнения действия;</p> <p>- принимают участие в соревнованиях.</p> <p><i>Коррекционная работа:</i></p> <p>- выполняют упражнения для согласования движений рук и ног (динамическая организация двигательного акта).</p>

2.5. Тематическое планирование

Тематический план для АООП НОО (вар.2.2 (II отделение), вар. 2.3(II отделение))

№	Разделы и темы	Год обучения				
		1	2	3	4	4 доп.
		Количество часов (уроков)				
I. Знания о 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	22	22	22	22	22
8	Легкая атлетика	24	24	24	24	24
9	Лыжная подготовка	20	20	20	20	20
11	Подвижные и спортивные игры	33	36	36	36	36
		99	102	102	102	102
Итого: 507 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 программы 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.