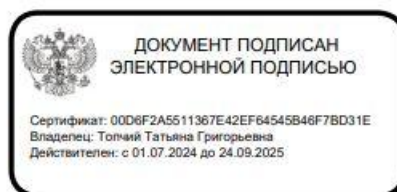


ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ СПЕЦИАЛЬНАЯ (КОРРЕКЦИОННАЯ) ШКОЛА - ИНТЕРНАТ
г. КРАСНОДАРА

УТВЕРЖДЕНО

решением педагогического совета
от 30 августа 2024 года протокол № 1
Председатель _____ Топчий Т.Г.
подпись Ф.И.О.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре (адаптивной физической культуре)

Уровень образования: начальное общее образование

1 класс (вариант 1.2)

Количество часов: 99 часов

Учитель начальных классов: Королёва Татьяна Николаевна

Программа разработана на основе адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2 ФГОС НОО ОВЗ) ГКОУ школы – интерната г. Краснодара, утверждённой решением педагогического совета от 30.08.2024 года (протокол № 1).

Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Физическая культура (адаптивная физическая культура)» 1 класс разработана на основе адаптированной основной общеобразовательной программы для глухих обучающихся (вариант 1.2 ФГОС НОО ОВЗ) ГКОУ школы – интерната г. Краснодара, утверждённой решением педагогического совета от 30.08.2024 года (протокол №1).

Нормативно-правовую базу разработки АООП НОО глухих обучающихся ГКОУ школы-интерната г. Краснодара составляют:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 29.12.2022) «Об образовании в Российской Федерации» (в последней редакции).
2. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (приказ от 19 декабря 2014 г. № 1598 с изменениями от 8 ноября 2022 г. № 955).
3. Приказ Минобрнауки России от 9 июня 2016 г. № 699 «Об утверждении перечня организаций, осуществляющих выпуск учебных пособий, которые допускаются к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования».
4. Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. № 1023 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».
5. Приказ Минпросвещения России от 01.02.2024 г. № 67 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных адаптированных образовательных программ».
6. Приказ Минпросвещения России от 17.06.2024г. № 495 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных адаптированных образовательных программ».
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 22 марта 2021 г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования».
8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 г. № 61573).
9. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (далее - СанПиН 1.2.3685-21).
10. Приказ Министерства просвещения РФ от 21.09.2022 г. № 858 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями,

осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников» (Зарегистрировано в Минюсте России 01.11.2022 № 70799).

11. Приказ Минпросвещения России от 21 мая 2024 г. № 347 «О внесении изменений в приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 21 сентября 2022 г. № 858 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников».
12. Приказ Министерства просвещения РФ от 18 июля 2024 г. № 499 «Об утверждении федерального перечня электронных образовательных ресурсов, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования».
13. Письмо министерства образования, науки и молодежной политики КК от 13.07.2021 г. № 47-01-13-14546/21 «О составлении рабочих программ учебных предметов и календарно-тематического планирования».
14. Адаптированная основная образовательная программа начального общего образования (вариант 1.2 ФГОС НОО ОВЗ) ГКОУ школы-интерната г. Краснодара, утвержденная решением педагогического совета от 30.08.2024 г. (протокол № 1).
15. Программа воспитания ГКОУ школы-интерната г. Краснодара, утвержденная решением педагогического совета от 30.08.2024 г. (протокол №1).
16. Устав ГКОУ школы-интерната г.Краснодара, 2017 г.

Цели и задачи

Цель школьного физического воспитания - формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Задачи:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приёмами базовых видов спорта;
- формирование знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Роль учебного предмета в образовательном маршруте обучающегося с ОВЗ

Адаптивная физкультура — это в первую очередь коррекция нарушений моторики, двигательной системы организма, объединяющей его биомеханические, физиологические и психологические аспекты. Ее методы и приемы — физические упражнения, игры, элементы спорта, приемы дыхательной гимнастики и релаксации.

Двигательные нарушения, так же как интеллектуальные и речевые, связаны с органической патологией двигательного-кинестетического анализатора. Специальные упражнения АФК совершенствуют движения и одновременно развивают речь и интеллект. Так же оздоравливается связанная с моторикой вегетативная система.

Адаптивная физическая культура обладает высоким уровнем интегрирующего потенциала. Приобщение детей с ограниченными возможностями здоровья к занятиям АФК формирует мировоззрение и жизненные приоритеты, помогает реализовать стремление к самосовершенствованию, развивать нравственные качества, гармоничное отношение к социуму, что способствует социальной интеграции в общество в качестве активных социальных единиц. Таким образом, адаптивная физическая культура, являясь частью физической и общечеловеческой культуры, выполняет важные социальные и педагогические функции духовного и физического развития лиц с ограниченными возможностями здоровья. Все педагогические функции имеют предметное выражение в деятельности, сущность которой заключается в многообразном использовании физических упражнений — универсального средства и метода инициации двигательной активности лиц с ОВЗ. Социальные функции органично вплетаются в процесс АФК, развивая духовную сферу, интеллектуальные, психические способности, формируя позитивное отношение к ценностям физической культуры, здоровому стилю жизни. Адаптивная физическая культура обладает высокой социализирующей силой. Она оказывает широкое воздействие на основные сферы жизнедеятельности, влияет на межличностные отношения, этические ценности, образ жизни. Занятия физической культурой и спортом лицам с ограниченными возможностями здоровья помогают укрепить физические и личностные качества, воспитать веру в свои силы и возможности, стремление к достижению результата, успех которого зависит прежде всего от трудолюбия, силы воли, целеустремленности, благодаря чему выстраивается система ценностей и установок, определяющая индивида как личность. Смысл в том, что занятия адаптивной физической культурой, если они носят систематический характер, выстраивают распорядок дня и систему приоритетов. В результате АФК становится составляющей частью образа жизни лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Общая характеристика учебного предмета

Предметом обучения адаптивной физической культуре на уровне начального общего образования является физкультурная деятельность человека при реализации коррекционной, компенсаторной, оздоровительной и общеразвивающей направленности образовательно - коррекционного процесса, использовании адаптивной физической культуры в применении физических упражнений с учётом психофизических особенностей и медицинских противопоказаний к физическим упражнениям слабослышащих и позднооглохших обучающихся на уровне начального общего образования. В процессе овладения этой деятельностью происходит коррекция отклонений физического развития, формирование основных физических качеств, освоение обучающимися двигательных действий, укрепление их здоровья, повышение функциональных возможностей кардиореспираторной системы, развитие познавательной и речемышлительной деятельности, творчества и

самостоятельности.

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» обладает широкими возможностями в использовании форм, средств и методов обучения. Существенным компонентом содержания учебного предмета «Адаптивная физическая культура» является адаптивное физическое воспитание. Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» обогащает обучающихся системой знаний о сущности и значении физической культуры в общем и, в частности, адаптивной физической культуре и её влиянии на всестороннее развитие личности. Такие знания обеспечивают развитие гармоничной личности, мотивацию и способность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья к различным видам деятельности, повышают их общую культуру.

Программа основана на системе научных знаний о человеке, сущности физической культуры, адаптивной физической культуре, общих закономерностях её функционирования и использования с целью всестороннего развития людей с ограничениями в состоянии здоровья, направлена на формирование основ знаний в области адаптивной физической культуры, культуры движений, воспитание устойчивых навыков выполнения основных двигательных действий, укрепление здоровья, коррекции и компенсации имеющихся двигательных нарушений.

Программа обеспечивает создание условий для высокого качества преподавания учебного предмета «Адаптивная физическая культура» на уровне начального общего образования; выполнение требований, определённых статьёй 41 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» «Охрана здоровья обучающихся», включая определение оптимальной учебной нагрузки, режима учебных занятий, создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся, коррекции и компенсации нарушенных функций; способствует решению задач, определённых в Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 г. и Межотраслевой программе развития школьного спорта до 2024 г., и направлена на достижение национальных целей развития Российской Федерации, а именно: а) сохранение населения, здоровье и благополучие людей; б) создание возможностей для самореализации и развития талантов.

В основе программы лежат представления об уникальности личности, индивидуальных возможностях каждого, профессиональных качествах педагогов и управленческих команд системы образования, создающих условия для максимально полного обеспечения образовательных возможностей обучающимся с ограничениями в состоянии здоровья в рамках единого образовательного пространства Российской Федерации.

Концепция программы основана на следующих принципах:

- а) принципы государственной политики Российской Федерации в области образования, основанные на гуманистическом характере образования, единстве образовательного пространства на территории Российской Федерации, светском характере образования, общедоступности образования, адаптивности системы образования к уровням и особенностям развития и подготовки обучающихся и воспитанников;
- б) принцип учёта типологических и индивидуальных образовательных потребностей обучающихся с нарушениями слуха на занятиях по адаптивной физической культуре, заключается в учете особенностей психофизического развития, показаний и противопоказаний к занятиям физическими упражнениями, а также учет сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, особенности касаются пола, возраста, телосложения,

двигательного опыта, речевого развития, свойств характера, темперамента, волевых качеств, состояния сохранных функций — двигательных, сенсорных, психических, интеллектуальных;

в) принцип коррекционной направленности образовательного процесса основан на том, что педагогические воздействия должны быть направлены не только на преодоление, ослабление недостатков в физическом развитии обучающихся, обеспечение наиболее полноценного физического развития (с учетом индивидуальных возможностей), но и на совершенствование речи и психических процессов, познавательной деятельности, развитие нравственных качеств личности;

г) принцип развивающей направленности образовательного процесса, ориентирующий его на развитие личности слабослышащих и позднооглохших обучающихся и расширение их "зоны ближайшего развития" с учетом особых образовательных потребностей;

д) онтогенетический принцип заключается в освоении двигательных навыков в определенной последовательности, соответствующей стадиям физического развития ребенка;

е) принцип преемственности, предполагающий при проектировании ФАОП НОО ориентировку на ФАОП основного общего образования обучающихся с ОВЗ, что обеспечивает непрерывность образования обучающихся с ОВЗ;

ж) принцип целостности содержания образования основан на рассмотрении каждого этапа обучения и совершенствования двигательных действий, как звена в общем образовательном процессе, в котором, с одной стороны, развиваются знания, умения и навыки, приобретенные на предшествующих этапах обучения, а с другой - готовятся возможности для образования на последующих этапах;

з) принцип направленности на формирование деятельности, обеспечивает возможность овладения обучающимися всеми видами доступной им предметно-практической деятельности, способами и приемами познавательной и учебной деятельности, коммуникативной деятельности и нормативным поведением;

и) принцип переноса усвоенных знаний, умений, навыков и отношений, сформированных в условиях учебной ситуации, в различные жизненные ситуации, что обеспечит готовность обучающегося к самостоятельной ориентировке и активной деятельности в реальном мире;

к) принцип сотрудничества с семьей заключается в двустороннем взаимодействии семья - школа, только в тесном контакте педагога с родителями можно достичь положительных результатов в обучении слабослышащего и позднооглохшего ребенка.

л) принцип здоровьесбережения основывается на том, что при организации образовательной деятельности не допускается использование технологий, которые могут нанести вред физическому и (или) психическому здоровью обучающихся, а приоритет использования здоровьесберегающих педагогических технологий.

Содержание и методика АФК для обучающихся с нарушениями слуха имеет ряд особенностей, что обусловлено их особыми образовательными потребностями, связанными с нарушением слуха, особенностями слухопротезирования (индивидуальные слуховые аппараты или кохлеарная имплантация), общего и речевого развития, специфическими нарушениями двигательной сферы необходимостью обеспечения коррекционной направленности педагогического процесса. При проектировании содержания обучения учитываются, в том числе аудиологические требования к безопасности используемых видов физической культуры и спорта для кохлеарно имплантированных обучающихся.

На уроках АФК применяются как общие, так и специальные методы, и приемы

обучения двигательным действиям.

Особенности обучающихся с нарушениями слуха определяют их особые образовательные потребности при реализации программы по АФК, которые обеспечиваются специальными образовательными условиями:

- включения в занятия в форме уроков АФК коррекционно-развивающей деятельности с использованием методов и средств адаптивной физической культуры;
- строгой регламентации физкультурной деятельности обучающихся с учетом медицинских рекомендаций;
- индивидуализацией образовательного процесса, в том числе определением индивидуального содержания реализуемой рабочей программы по АФК;
- использованием информационно - коммуникативных технологий, в том числе специализированных компьютерных инструментов, разработанных для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья с учетом их особых образовательных потребностей;
- целенаправленным развитием у обучающихся словесной речи, навыков устной коммуникации (при пользовании ими индивидуальными средствами слухопротезирования – индивидуальными слуховыми аппаратами / кохлеарными имплантами (далее - КИ) с учетом аудиолого-педагогических рекомендаций);
- особым структурированием содержания обучения на основе усиления внимания к целенаправленному развитию эмоционально-личностной сферы и речевого поведения.

При реализации требований к организации слухоречевой среды в ходе всего образовательно-коррекционного процесса предусматривается, что на уроках обучающиеся пользуются индивидуальными средствами слухопротезирования (индивидуальными слуховыми аппаратами / КИ) в процессе устной коммуникации (при объяснении учителем учебного материала, его повторении, предъявлении заданий, обсуждении их выполнения, подведении итогов урока). При затруднении обучающихся в восприятии устной речи широко используются таблички, на которых написан предъявленный речевой материал, с последующим обязательным его устным повторением учителем и устными ответами обучающихся.

При выполнении физических упражнений, обучающиеся, как правило, снимают индивидуальные слуховые аппараты / внешнюю часть КИ; предусматривается удобное место для их временного хранения на уроках АФК.

Планирование учебного материала осуществляется в соответствии с постепенным освоением обучающимися теоретических знаний, практических умений и навыков в учебной и самостоятельной физкультурной и оздоровительной деятельности.

В основе программы лежат дифференцированный и деятельностный подходы, целью которых является формирование у обучающихся наиболее полного представления о возможностях адаптивной физической культуры.

Дифференцированный подход предполагает учёт особых образовательных потребностей обучающихся, которые проявляются в их неоднородности по возможностям освоения содержания образования. Это обуславливает необходимость учёта индивидуально-типологических особенностей каждого обучающегося с дифференцированным подбором средств адаптивной физической культуры.

Деятельностный подход основывается на теоретических положениях отечественной психологической науки, раскрывающих основные закономерности процесса обучения и

воспитания обучающихся, структуру образовательной деятельности с учётом общих закономерностей развития обучающихся с нормальным и нарушенным развитием. Деятельностный подход в образовании строится на признании того, что развитие личности обучающихся с нарушениями слуха определяется характером организации доступной им деятельности, в том числе физкультурной деятельности.

Основным средством реализации деятельностного подхода является обучение как процесс организации познавательной и предметно-практической деятельности обучающихся, обеспечивающий овладение ими содержанием образования (успешное усвоение системы научных знаний, умений и навыков (академических результатов) в области адаптивной физической культуры, позволяющих продолжить образование на следующем уровне образования, но и жизненной компетенции, составляющей основу социальной успешности человека.

В контексте реализации ФАОП НОО (вариант 1.2) реализация деятельностного подхода обеспечивает:

- придание результатам образования социально и личностно значимого характера;
- прочное усвоение обучающимися знаний и опыта разнообразной деятельности и поведения, возможность их самостоятельного продвижения в изучаемых образовательных областях;
- существенное повышение мотивации и интереса обучающихся к учению, приобретению нового опыта деятельности и поведения;
- создание условий для общекультурного и личностного развития обучающихся на основе формирования УУД, которые обеспечивают не только успешное усвоение ими системы научных знаний, умений и навыков (академических результатов), позволяющих продолжить образование на следующем уровне, но и жизненной компетенции, составляющей основу социальной успешности.

В содержании программы учитывается взаимосвязь изучаемых явлений и процессов в области физической культуры и адаптивной физической культуры, что позволит успешно достигнуть планируемых результатов – предметных, метапредметных, личностных, необходимых жизненных компетенций.

Содержание программы строится на принципах личностно-ориентированной педагогике, которая определяет повышение внимания к физическому развитию, ориентации физкультурной деятельности на решение задач развития культуры движения.

Важное значение в освоении программы уделено играм, игровым заданиям, корригирующим упражнениям, как простейшим формам физкультурной деятельности обучающихся с ОВЗ. В программе используются сюжетные и импровизационно-творческие подвижные игры, игры на основе интеграции интеллектуального и двигательного компонентов. Для ознакомления с видами спорта в программу включены спортивные эстафеты, спортивные упражнения и спортивные игровые задания. Содержание программы обеспечивает достаточный объём практико-ориентированных знаний и умений.

Описание места учебного предмета в учебном плане

На изучение предмета «Физическая культура (адаптивная физическая культура)» в учебном плане отводится 3 часа в неделю.

Рабочая программа рассчитана на 33 учебные недели, 99 часов в год.

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

Природа как одна из важнейших основ здоровой и гармоничной жизни человека и общества.

Культура как процесс и результат человеческой жизнедеятельности во всём многообразии её форм.

Наука как часть культуры, отражающая человеческое стремление к истине, к познанию закономерностей окружающего мира природы и социума.

Человечество как многообразие народов, культур, религий в Международное сотрудничество как основа мира на Земле.

Патриотизм как одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающейся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

Семья как основа духовно-нравственного развития и воспитания личности, залог преемственности культурно-ценностных традиций народов России от поколения к поколению и жизнеспособности российского общества.

Труд и творчество как отличительные черты духовно и нравственно развитой личности.

Здоровый образ жизни в единстве составляющих: здоровье физическое, психическое, духовно- и социально-нравственное.

Нравственный выбор и ответственность человека в отношении к природе, историко-культурному наследию, к самому себе и окружающим людям, как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты

Личностные результаты освоения программы по окружающему миру характеризуют готовность обучающихся руководствоваться традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения. Личностные результаты включают ценностные отношения обучающегося к окружающему миру, другим людям, а также к самому себе как субъекту учебно-познавательной деятельности (осознание её социальной значимости, ответственность, установка на принятие учебной задачи). Личностные результаты предполагают готовность и способность ребёнка с нарушением слуха к обучению, включая мотивированность к познанию и приобщению к культуре общества и должны отражать приобретение первоначального опыта деятельности обучающихся, в части:

1) гражданско-патриотического воспитания:

формирование ценностного отношения к своей Родине – России; осознание своей этнокультурной и российской гражданской идентичности; формирование чувства гордости за свою родину, российский народ и историю России; осознание себя гражданином своей страны, ощущение себя сопричастным общественной жизни (на уровне школы, семьи, города, страны), к прошлому, настоящему и будущему своей страны и родного края; первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений; формирование уважительного отношения к своему и другим народам; применение в обучающих и реальных жизненных ситуациях собственного опыта и

расширение представлений о социокультурной жизни слышащих детей и взрослых, лиц с нарушениями слуха;

2) духовно-нравственного воспитания:

признание индивидуальности каждого человека; представление о нравственно-этических ценностях, развитие и проявление этических чувств, стремление проявления заботы и внимания по отношению к окружающим людям и животным; осознание правил и норм поведения, правил взаимодействия со взрослыми и сверстниками в сообществах разного типа (класс, школа, семья, учреждение культуры и пр.); способность давать элементарную нравственную оценку собственному поведению и поступкам других людей (сверстников, одноклассников); умение выражать свое отношение к результатам собственной и чужой творческой деятельности (нравится / не нравится; что получилось / что не получилось); принятие факта существования различных мнений; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций (в урочной и внеурочной деятельности, при коллективных играх, оценивании деятельности одноклассников, обсуждении разных мнений, сравнении результата работ), готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;

3) эстетического воспитания:

проявление интереса к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов; использование полученных знаний в продуктивной и преобразующей деятельности, в разных видах художественной деятельности;

4) физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

бережное отношение к физическому и психическому здоровью; установка на безопасный, здоровый образ жизни, самоконтроль и контроль за действиями окружающих в направлении охраны здоровья; адекватные представления о собственных возможностях и ограничениях, о насущно необходимом жизнеобеспечении (умение адекватно оценивать свои силы; пользоваться индивидуальными слуховыми аппаратами, необходимыми ассистивными средствами в разных ситуациях; специальной тревожной кнопкой на мобильном телефоне; написать при необходимости СМС-сообщение и другое);

5) трудового воспитания (в том числе по направлениям формирования учебной деятельности и сотрудничества):

приобщение к культуре общества, понимание значения и ценности трудовой и творческой деятельности человека; бережное отношение к результату чужого труда; стремление к организованности и аккуратности в процессе учебной деятельности, проявлению учебной дисциплины; стремление к использованию приобретенных знаний и умений в аналогичных и новых ситуациях, в том числе в предметно-практической деятельности, к проявлению творчества в самостоятельной и коллективной учебной и внеурочной деятельности; готовность и стремление к сотрудничеству со сверстниками на основе коллективной творческой деятельности; владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия для решения практических и творческих задач; способность к социальной адаптации и интеграции в обществе, в том числе при реализации возможностей коммуникации на основе словесной речи (включая устную коммуникацию), а также, при желании, коммуникации на основе жестовой речи с лицами, имеющими нарушения слуха; свободный выбор доступных средств общения по ситуации и с учётом возможностей других

членов коллектива; умение включаться в разнообразные повседневные бытовые и школьные дела, готовность участвовать в повседневных делах наравне со взрослыми; интерес к различным профессиям.

б) экологического воспитания:

осознание роли человека в природе и обществе; принятие экологических норм поведения, бережного отношения к природе, неприятие действий, приносящих ей вред; проявление элементарной экологической грамотности;

7) ценности научного познания:

формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии; положительное отношение к школе, к учебной деятельности, понимание смысла учения; осмысленность в усвоении учебного материала, устойчивый интерес к получению новых знаний; любознательность, стремление к расширению собственных представлений о мире и человеке в нем; стремление к дальнейшему развитию собственных навыков и накоплению общекультурного опыта; способность регулировать собственную деятельность, направленную на познание окружающей действительности и внутреннего мира человека; первоначальные представления о научной картине мира.

Метапредметные результаты

- 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.

Предметные результаты

К концу 1 класса:

- знать о физической культуре. Что такое координация движений; что такое дистанция; как возникла физическая культура и спорт. Первоначальные сведения об Олимпийских играх — когда появились, кто воссоздал символы и традиции; что такое физическая культура; что такое темп и ритм, для чего они нужны и как влияют на выполнение упражнений; что такое личная гигиена человека; сведения о внутренних органах человека и его скелете; узнают, что такое гимнастика, где появилась и почему так названа; что такое осанка;

- научиться строиться в шеренгу и колонну; размыкаться на руки в стороны; перестраиваться разведением в две колонны; выполнять повороты направо, налево, кругом; команды «равняйся», «смирно», «по порядку рассчитайся», «на первый-второй рассчитайся», «налево в обход шагом марш», «шагом марш», «бегом марш»; выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; запоминать короткие временные отрезки; подтягиваться на низкой перекладине из виса лежа; выполнять вис на время; проходить станции круговой тренировки; выполнять различные перекаты, кувырок вперед, «мост», стойку на лопатках, стойку на голове; лазать и перелезать по гимнастической стенке; лазать по канату; выполнять висы на перекладине; прыжки со скакалкой, в скакалку, вращение обруча; вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись и переворот на гимнастических кольцах;

- научиться технике высокого старта; пробегать на скорость дистанцию 30 м; выполнять челночный бег 3 x 10 м; беговую разминку; метание как на дальность, так и на точность; технике прыжка в длину с места; бегать различные варианты эстафет; выполнять броски набивного мяча от груди и снизу;

- научиться играть в подвижные игры: «Ловишка», «Прерванные пятнашки», «Гуси-лебеди», «Горелки», «Колдунчики», «Мышеловка», «Салки», «Салки с домиками», «Два Мороза», «Волк во рву», «Охотник и зайцы», «Кто быстрее схватит», «Совушка», «Осада города», «Вышибалы», «Ночная охота», «Удочка», «Успей убрать», «Волшебные елочки», «Шмель», «Береги предмет», «Попрыгунчики-воробушки», «Белки в лесу», «Белочказащитница», «Бегуны и прыгуны», «Грибы-шалуны», «Котел», «Охотники и утки», «Антывышибалы», «Забросай противника мячами», «Вышибалы через сетку», «Точно в цель», «Собачки», «Лес, болото, озеро», «Запрещенное движение», «Хвостики», «Хвостики», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Игра в птиц», «Игра в птиц с мячом», «День и ночь».

Основные направления коррекционной работы

Коррекционная направленность курса связана с реализацией ряда условий:

- индивидуальный подход к учащимся в сочетании с широким использованием коллективных и групповых форм работы;
- работа над речью в связи с формированием знаний, умений по физической культуре;

Содержание учебного предмета

1. Знания об адаптивной физической культуре. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО) (в процессе уроков) Физическая культура как система занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря. Возникновение физической культуры у древних людей. Ходьба, 22 бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека. Режим дня и личная гигиена.

Из истории физической культуры

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. История создания и развития комплекса ГТО.

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. Выполнение упражнений, развивающих быстроту и равновесие. Дополнительные виды деятельности для реализации особых образовательных потребностей для слабослышащих и позднооглохших обучающихся. Просматривают видеоматериал по теоретическим вопросам адаптивной физической культуры (с субтитрами, калькирующей жестовой речью):

- 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.);
- с направляющей помощью участвуют в групповой работе по поиску информации или выполнению задания;
- участвуют в проектной деятельности на доступном уровне.

2. Способы физкультурной деятельности (в процессе уроков)

Самостоятельные занятия

Выполнение комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития общих физических способностей; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

Самостоятельные игры и развлечения

Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Дополнительные виды деятельности для реализации особых образовательных потребностей для обучающихся с нарушением слуха. 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);
- выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития общих физических способностей;
- измерять частоту сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений

3. Физическое совершенствование. ВФСК ГТО (99ч)

3.1. Гимнастика с элементами акробатики (24 часа)

Организуемые команды и приемы. (3 часа)

Простейшие виды построений. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение простейших строевых команд с одновременным показом учителя. Построения и перестроения: строевая (основная) стойка, построение в круг, выполнение поворотов на месте. Дополнительные виды деятельности для реализации особых образовательных потребностей слабослышащих и позднооглохших обучающихся.

Этап знакомства с упражнением:

- выполняют упражнения по визуальному плану с использованием зрительных пространственных ориентиров для построения схемы перестроения.

Этап закрепления:

- выполняют упражнение с активизацией внимания, проговаривают порядок выполнения действия шепотом, по возможности, «про себя».

Коррекционная работа:

- 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.

Акробатические комбинации (2 часа)

Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты
Дополнительные виды деятельности для реализации особых образовательных потребностей для слабослышащих и позднооглохших обучающихся

Этап знакомства с упражнением:

- 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 речью, с визуальной опорой; - составляют рассказ-описание двигательного действия по картинке с последующей демонстрацией и выполнением упражнения;
- совместное выполнение упражнения ребенком с одновременным проговариванием.

Этап закрепления:

- начинают выполнение упражнения по звуковому сигналу;
- выполняют элементы игровой деятельности (имитация, танцы, соревнования и т. д.).

Коррекционная работа:

- выполняют упражнения для развития статической координации движения;
- игра – имитация движений животных; - проговаривание за педагогом терминов;
- выполняют упражнения для развития двигательной памяти (3-5 упражнений).

Гимнастическая комбинация (2 часа)

Опорный прыжок: имитационные упражнения, (с повышенной организацией техники безопасности).

Гимнастические упражнения прикладного характера (3 часа)

Ходьба, бег, метания. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Общеразвивающие упражнения (3 часа)

Упражнения без предметов (для различных групп мышц) и с предметами (гимнастические палки, флажки, обручи, малые и большие мячи).

Развитие гибкости (3 часа)

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.

Развитие координации (3 часа)

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 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.

Формирование осанки (3 часа)

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.

Развитие силовых способностей (2 часа)

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.). Дополнительные виды деятельности для реализации особых образовательных потребностей для слабослышащих и позднооглохших обучающихся.

Этап знакомства с упражнением:

- 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 схемам движений, с заданиями, указателями, ориентирами.

Этап закрепления:

- выполняют упражнение с ярким инвентарем
- выполняют упражнения с помощью тренажеров (например, «Рогатка» для метания мяча).

Коррекционная работа:

- 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.).

3.2. Легкая атлетика (25 часов)

Ходьба (2 часа)

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.

Беговые упражнения (2 часа)

Бег с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения (2 часа)

Прыжки на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.

Броски (2 часа)

Броски большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

Метание (2 часа)

Передача мяча из рук в руки в шеренге и по кругу, перекачивание мяча друг другу, метание мешочков левой (правой) руками из-за головы, метание 26 малого мяча из-за головы, метание в щит размером 1x1 м малого мяча, метание малого мяча на дальность.

Дополнительные виды деятельности для реализации особых образовательных потребностей

для обучающихся с нарушением слуха.

Этап знакомства с упражнением:

- совместное с педагогом построение схемы упражнения по визуальному плану с использованием зрительных пространственных ориентиров для выполнения движения;
- выполнение упражнения в соответствии со схемой.

Этап закрепления:

- выполнение упражнения по зрительным пространственным опорам в соответствии со схемой упражнения.

Коррекционная работа:

- 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 взаимодействия;
- 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 вверху над головой, продвижение шарика при помощи выдыхания воздуха по гимнастической скамейке и т. д.).

Общеразвивающие упражнения (5 часов)

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; 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.

Развитие координации движений (3 часа)

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.

Развитие скоростных способностей (3 часа)

Повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений броски в стенку и ловля теннисного мяча, стоя у стены, из разных исходных положений, с поворотами.

Развитие выносливости (2 часа)

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);

равномерный 6- минутный бег. Развитие силовых способностей (2 часа)

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. Дополнительные виды деятельности для реализации особых образовательных потребностей для слабослышащих и позднооглохших обучающихся.

Этап знакомства с упражнением:

- изучение движения по таблицам и схемам;
- изучение движений в разных экспозициях с дополнительным словесным (жестовым) сопровождением педагога и одновременным выполнением упражнений по подражанию и сопряженной речью.

Этап закрепления:

- целостное выполнение упражнения с опорой на визуальный (словесный) план, жестовую речь;
- игра.

Коррекционная работа:

- выполнение упражнения для формирования пространственных представлений;
- проговаривают за педагогом термины и порядок выполнения;
- выполнение упражнения для согласования движений рук и ног (динамическая организация двигательного акта);
- выполняют упражнения на тренажерах по сенсорной интеграции.

3.3. Кроссовая подготовка (12 часов)

Обычный бег, бег с ускорением, бег с ускорением из различных исходных положений. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре, бег с высоким подниманием бедра. Высокий старт. Понятия «короткая дистанция». Развитие скоростных качеств, выносливости. 28 Бег 30м, 60м, челночный бег. Смешанное передвижение до 1 км. 6-минутный бег, равномерный бег с последующим ускорением, бег с изменением частоты шагов. Ходьба в быстром темпе, в приседе. Сочетание различных видов ходьбы. Понятие быстрый старт. Быстрый бег на месте до 10 с. Игры и эстафеты с бегом на местности. Преодоление препятствий. Подвижные игры «Два мороза», «Гуси-лебеди», «Вызов номера», «Воробьи и вороны», «День и ночь», «Совушка», «Волк во рву», «Планеты», «Третий лишний».

3.4. Подвижные и спортивные игры (38 часов)

На материале гимнастики с основами акробатики (10 часов)

Игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию. «У медведя во бору», «Раки», «Тройка», «Бой петухов», «Совушка», «Салки-догонялки», «Альпинисты», «Змейка», «Петрушка на скамейке», «Пройди бесшумно», «Через холодный ручей»; игровые задания с использованием строевых упражнений типа: «Становись — разойдись», «Смена мест». На материале легкой атлетики: «Не оступись», «Пятнашки», «Волк во рву», «Кто быстрее», «Горелки», «Рыбки», «Салки на болоте», «Пингвины с мячом», «Быстро по местам», «К своим флажкам», «Точно в мишень», «Третий лишний».

На материале кроссовой подготовки (5 часов)

Эстафеты, упражнения на выносливость и координацию.

На материале спортивных игр (13 часов)

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

Баскетбол. Стойка баскетболиста; специальные передвижения без мяча; хват мяча; ведение мяча на месте; передача и ловля мяча на месте двумя руками от груди в паре с учителем; подвижные игры на материале баскетбола: игры «Бросай и поймай», «Передача мячей в колоннах», «Мяч соседу», «Гонка мячей по кругу», «Передал - садись», «Выстрел в небо», «Попади в обруч», «Мяч в корзину», «Борьба за мяч», «Не давай мяч водящему».

Пионербол. Броски и ловля мяча в парах через сетку двумя руками снизу и сверху; нижняя подача мяча (одной рукой снизу). Волейбол: Подбрасывание мяча; подача мяча; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола. «Перестрелка», «Минипионербол». Подвижные игры разных народов.

Коррекционно-развивающие игры: «Порядок и беспорядок», «Узнай, где звонили», «Собери урожай». 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».

Игры с мячом: «Метание мячей и мешочков»; «Кого назвали – тот и ловит», «Мяч по кругу», «Не урони мяч».

Дополнительные виды деятельности для реализации особых образовательных потребностей для слабослышащих и позднооглохших обучающихся.

Этап знакомства с упражнением:

- просмотр видео (сопровождение субтитрами) с калькирующей жестовой речью педагога для изучения правил игры;
- последовательное изучение отдельных фаз движения с последующим их объединением;
- составление и проговаривание рассказа по правилам игр, по последовательности действий при выполнении упражнений;
- выполнение упражнения совместно с педагогом.

Этап закрепления:

- выполняют алгоритм (последовательность действий) с визуальной (жестовой) поддержкой;
- принимают участие в соревнованиях.

Коррекционная работа:

- повторяют игровые термины за педагогом;
- выполняют упражнения для развития коммуникации и взаимодействия.

Виды учебной деятельности обучающихся:

- способность регулировать собственную деятельность, направленную на познание окружающей действительности и внутреннего мира человека;
- способность осуществлять информационный поиск для выполнения учебных задач;
- осознание правил и норм взаимодействия со взрослыми и сверстниками в сообществах разного типа (класс, школа, семья, учреждение культуры и пр.);
- способность работать с моделями изучаемых объектов и явлений окружающего мира.
- умение наблюдать, исследовать явления окружающего мира, выделять характерные особенности природных объектов, описывать и характеризовать факты и события культуры, истории общества.

Тематическое планирование. Ознакомление с окружающим миром (66 часов)

№ п/п	Темы	Количество во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне УУД)	Основные направления воспитательной деятельности*	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
	Знания об адаптивной физической культуре. Всероссийский физкультурно– спортивный комплекс «Готов к труду и обороне	в процессе уроков			
1	Гимнастика с элементами акробатики	24			
1.1	Организующие команды и приемы	3	Выполнять физические упражнения. Выполнять упражнения на построение и перестроение, различные виды ходьбы (с остановкой по сигналу, в полуприседе, в приседе, с изменением темпа, со сменой длины шага). Освоение организующих команд и приемов: перестроение в шеренгу и колонну, выполнение основной стойки, размыкание в шеренге и колонне	1, 2, 3, 4	https://myschool.edu.ru/

1.2	Акробатические комбинации	2	Выполнение акробатических упражнений: упоры: присев, лежа на бедрах, стоя на коленях, сидя сзади; группировки: в приседе, сидя, лежа на спине. Освоение упоров: присев, лежа, согнувшись, лежа сзади. Перекаты: из упора присев	4, 5, 7	https://myschool.edu.ru/
1.3	Гимнастическая комбинация	2	Освоение опорного прыжка: изучение имитационных упражнений, подводящих к прыжкам с разбега через гимнастического козла	4, 5, 7	https://myschool.edu.ru/
1.4	Гимнастические упражнения прикладного характера	3	Выполнение лазания по гимнастической скамейке в упоре стоя на коленях, перелезание перешагиванием, пролезание в обруч, не касаясь руками пола, лазание по гимнастической стенке вверх, вниз с одноименным и разноименным перехватом рук, лазание по гимнастической стенке в горизонтальном направлении приставными шагами, лазание по гимнастической скамейке скрестными шагами, перелезание через гимнастическую скамейку и горку матов, лазание по гимнастической скамейке в упоре стоя согнувшись, пролезание между рейками гимнастической лестницы	4, 5, 7	https://myschool.edu.ru/
1.5	Общеразвивающие упражнения	3	Выполнение упражнений без предметов (для различных групп мышц) и с предметами (гимнастические палки, флажки, обручи, малые и большие мячи)	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7	https://myschool.edu.ru/
1.6	Развитие гибкости	3	Выполнение стойки на ногах. Выполнение ходьбы широким шагом, выпадами, в приседе, с махом ногой; наклоны; выпады и полушпагаты на месте, махи правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при	4, 5, 7	https://myschool.edu.ru/

			передвижениях. Выполнение индивидуальных комплексов по развитию гибкости		
1.7	Развитие координации	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 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	4, 5, 7	https://myschool.edu.ru/
1.8	Формирование осанки	3	Выполнение ходьбы на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; выполнение комплексов корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лежа; выполнение комплексов упражнений для укрепления мышечного корсета	4, 5, 7	https://myschool.edu.ru/
1.9	Развитие силовых способностей	2	Выполнение упражнений в поднимании и переноске грузов: изучение подходов 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.)	4, 5, 7	https://myschool.edu.ru/
2	Легкая атлетика	25			

2.1	Ходьба	2	Выполнять ходьбу: 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	4, 5, 7	https://myschool.edu.ru/
2.2	Беговые упражнения	2	Описывать технику беговых упражнений. Осваивать технику бега различными способами. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений	4, 5, 7	https://myschool.edu.ru/
2.3	Прыжковые упражнения	2	Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений, технику прыжка в длину с места. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений	4, 5, 7	https://myschool.edu.ru/
2.4	Броски	2	Описывать технику бросков большого набивного мяча. Осваивать технику бросков большого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении бросков большого набивного мяча	4, 5, 7	https://myschool.edu.ru/
2.5	Метание	2	Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила	4, 5, 7	https://myschool.edu.ru/

			техники безопасности при метании малого мяча		
2.6	Общеразвивающие упражнения	5	Выполнять упражнения: 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; поднимание согнутой ноги; выполнять 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	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7	https://myschool.edu.ru/
2.7	Развитие координации движений	3	Выполнять бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; выполнять пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно.	4, 5, 7	https://myschool.edu.ru/
2.8	Развитие скоростных способностей	3	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	4, 5, 7	https://myschool.edu.ru/

2.9	Развитие выносливости	2	Выполнять 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); равномерный 6- минутный бег	4, 5, 7	https://myschool.edu.ru/
2.10	Развитие силовых способностей	2	Выполнение многоскоков; 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	4, 5, 7	https://myschool.edu.ru/
3	Кроссовая подготовка	13	Выполнение обычный бег, бег с ускорением, бег с ускорением из различных исходных положений. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре, бег с высоким подниманием бедра. Высокий старт. Изучение «короткая дистанция». Бег 30м, 60м, челночный бег. Смешанное передвижение до 1 км. 6-минутный бег; равномерный бег с последующим ускорением, бег с изменением частоты шагов. Ходьба в быстром темпе, в приседе. Сочетание различных видов ходьбы, изучение быстрый старт. Быстрый бег на месте	1, 2, 3, 4, 5, 7	https://myschool.edu.ru/

			до 10с		
4	Подвижные игры	38			
4.1	На материале гимнастики с основами акробатики	10	Осваивать универсальные умения в организации и проведении подвижных игр. Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности	4, 5, 7	https://myschool.edu.ru/
4.2	На материале легкой атлетики	10	Осваивать универсальные умения в организации и проведении подвижных игр. Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности	4, 5, 7	https://myschool.edu.ru/
4.3	На материале кроссовой подготовки	5	Осваивать универсальные умения в организации и проведении подвижных игр. Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх.	4, 5, 7	https://myschool.edu.ru/

			Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности		
4.4	На материале спортивных игр из спортивных игр	13	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр. Моделировать технические действия в игровой деятельности. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий	4, 5, 7	https://myschool.edu.ru/

* Направления воспитательной деятельности, реализуемые на уроках каждого раздела:

- 1) гражданско-патриотическое воспитание и формирование российской идентичности;
- 2) духовно-нравственное воспитание;
- 3) приобщение к культурному наследию (эстетическое воспитание);
- 4) физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия;
- 5) трудовое воспитание и профессиональное самоопределение;
- 6) экологическое воспитание;
- 7) популяризация научных знаний среди детей (ценность научного познания).

Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности

Печатные пособия:

1. Адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2 ФГОС НОО ОВЗ) ГКОУ школы – интерната г. Краснодара, утверждённая решением педагогического совета от 30.08.2024 года (протокол № 1).
2. «Физическая культура» 1 класс: учеб. для общеобразоват. организаций / А.П. Матвеев-10е издание. М.: Просвещение, 2019-103с.
3. Андрюхина Т.В. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с ограниченными возможностями здоровья [Электронный ресурс]: учебное пособие - Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2019 - 158 с.
4. Ковалец И.В. Организация и проведение уроков по адаптивной физической культуре в 1-4 классах / И.В. Ковалец. – Москва, 2001.

Демонстрационные плакаты и таблицы.

Раздаточный дидактический материал.

Технические средства обучения: средства ИКТ.

Мультимедийные пособия: интерактивные задания и тренажеры, презентации по темам.


Компьютерные средства: персональный компьютер, принтер.

Цифровые и электронные образовательные ресурсы:

1. ФГИС «Моя Школа» <https://myschool.edu.ru/>


РАССМОТРЕНО

Протокол заседания
методического объединения
учителей начальных классов
от « 28 » августа 2024 г. № 1

 Маренникова Е.В.
подпись руководителя МО ФИО

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР

 Андрienко Т.В.
подпись ФИО
от « 29 » августа 2024г.