

ПРАВИТЕЛЬСТВО РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
«Всероссийский детский центр «Океан»
(ФГБОУ «ВДЦ «Океан»)

РАССМОТРЕНА

и рекомендована к реализации
методическим советом
управления физической культуры, спорта
патриотического воспитания и туризма
ФГБОУ "ВДЦ "Океан"

от 14.05 2026 г.

Протокол № 4.

УТВЕРЖДЕНА

приказом
ФГБОУ "ВДЦ "Океан"
от 15.05 2026 г. № 47-У



АДАПТИРОВАННАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ
ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

(нарушение слуха)

«Язык движения»

Физкультурно-спортивная направленность

Возраст обучающихся: 12 – 17 лет

Уровень усвоения программы: стартовый

Объем программы: 12 часов

Автор – составитель:

Завьялова Алена Андреевна,

Методист отдела спортивной работы

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

"Всероссийский детский центр "Океан"

Владивосток, 2026 г.

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

Полное наименование программы	Адаптированная дополнительная образовательная общеразвивающая программа для детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушение слуха) «Язык движения»
Автор-составитель	Завьялова Алена Андреевна Методист отдела спортивной работы
Направленность	Физкультурно-спортивная
Вид деятельности	Учебно-тренировочные занятия
Адресат	Учащиеся 12–17 лет с нарушением слуха (глухие, слабослышащие)
Срок реализации	1 смена (21 день)
Уровень программы	Стартовый (адаптированный)
Объём программы	12 часов (6 занятий по 80 минут)
Цель	Формирование мотивации к занятиям адаптивной физической культурой через визуализацию двигательных действий; развитие вестибулярного аппарата, координации и коммуникативных навыков в условиях сенсорного дефицита; социальная интеграция через спорт.
Задачи	<i>Развивающие:</i> – развитие вестибулярной устойчивости, координации движений и пространственной ориентации; – совершенствование зрительного контроля за движениями (своими и партнера); – развитие быстроты реакции на визуальные сигналы. <i>Воспитательные:</i> – формирование уверенности в себе и преодоление коммуникационных барьеров; – воспитание навыков командного взаимодействия через невербальную поддержку и зрительный контакт. <i>Обучающие:</i> – ознакомление с основами 5 видов спорта (плавание, волейбол, баскетбол, футбол, ОФП) с акцентом на визуальные ориентиры;

	– обучение базовым элементам жестового языка в спортивном контексте и правилам безопасности.
Краткое содержание	Теоретический аспект включает понятия об адаптивной физической культуре при нарушении слуха, правилах безопасности, основах спортивного жестового языка. Практический аспект представлен занятиями, где вербальные команды заменены визуальными сигналами (свет, флажки, жесты), тактильными вибрациями (для старта/финиша) и демонстрацией упражнений. Используются виды спорта, развивающие периферическое зрение и реакцию: плавание (старт от касания), волейбол (визуальный контакт), баскетбол (световая сигнализация), футбол (флажковая судейская бригада), ОФП (зеркальные упражнения).
Планируемые результаты	<i>Предметные:</i> – владение базовой техникой 5 видов спорта с опорой на зрительный анализатор; – умение реагировать на визуальные и тактильные стартовые сигналы; – знание спортивных жестов и правил безопасности. <i>Личностные:</i> – повышение самооценки через успешное выполнение двигательных задач; – снижение тревожности в коммуникации со слышащими сверстниками; – осознание ценности команды. <i>Метапредметные:</i> – использование невербальных средств коммуникации (жесты, мимика) для координации; – развитие навыка зрительного самоконтроля и коррекции движений; – перенос навыков пространственной ориентации в повседневную жизнь.

Социальный эффект	Программа способствует разрушению стереотипов о возможностях глухих спортсменов, создает среду инклюзивного общения между слышащими волонтерами и детьми с ОВЗ, повышает уровень социальной адаптации участников.
Год разработки	2026 г.
Год последней редакции	

Оглавление

Раздел №1 «Комплекс основных характеристик программы».....	5
1.1. Пояснительная записка.....	5
1.2. Планируемые результаты	8
1.3. Содержание программы.....	8
Раздел №2 «Комплекс организационно-педагогических условий».....	14
2.1. Условия реализации программы.....	14
2.2. Механизм оценивания результативности реализации программы.....	14
2.3. Методическое обеспечение программы.....	16
2.4. Список литературы	17

Раздел №1 «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Язык движения» разработана для организации инклюзивной спортивной среды в условиях ФГБОУ "ВДЦ "Океан". Программа имеет физкультурно-спортивную направленность с элементами адаптивной физической культуры для лиц с нарушением слуха.

Актуальность программы

Дети с нарушением слуха часто испытывают трудности в традиционных спортивных секциях из-за невозможности быстро воспринимать вербальные инструкции тренера и звуковые сигналы (свистки, стартовые пистолеты). Это приводит к снижению темпа обучения, ошибкам в технике безопасности и социальной изоляции. Данная программа решает эти проблемы через компенсаторное развитие: усиление роли зрительного и вестибулярного анализаторов, внедрение системы визуальной и тактильной сигнализации, использование элементов жестового языка. Спорт становится инструментом не только физического развития, но и мощным средством социализации, развивая уверенность в себе и навыки командного взаимодействия.

Цель: формирование мотивации к занятиям адаптивной физической культурой через визуализацию двигательных действий; развитие вестибулярного аппарата, координации и коммуникативных навыков в условиях сенсорного дефицита; социальная интеграция через спорт.

Задачи:

Развивающие:

- развитие вестибулярной устойчивости, координации движений и пространственной ориентации;
- совершенствование зрительного контроля за движениями;
- развитие быстроты реакции на визуальные сигналы.

Воспитательные:

- формирование уверенности в себе и преодоление коммуникационных барьеров;
- воспитание навыков командного взаимодействия через невербальную поддержку и зрительный контакт.

Обучающие:

- ознакомление с основами 5 видов спорта (плавание, волейбол, баскетбол, футбол, ОФП) с акцентом на визуальные ориентиры;
- обучение базовым элементам жестового языка в спортивном контексте и правилам безопасности.

Формы и методы организации занятий

Занятия проводятся в групповой форме (до 8 детей с нарушением слуха и 8 волонтеров-сурдопереводчиков или подготовленных инструкторов, владеющих основами РЖЯ/дактиля). Ключевой метод — визуально-имитационный: инструктор показывает упражнение, дети повторяют. Используется принцип «зеркала» (тренер стоит лицом к детям, показывая движения зеркально).

Для компенсации отсутствия слуха применяются:

1. Световая сигнализация: вместо свистка используются вспышки света или цветные флажки.
2. Тактильная сигнализация: для старта в плавании используется вибрационное устройство или легкое касание плеча.
3. Жестовый язык и дактилирование: основные команды («старт», «стоп», «мяч», «вправо», «влево») дублируются жестами.
4. Цветовое кодирование: разметка зала и инвентарь ярких контрастных цветов для лучшего визуального восприятия.

Методы и приёмы учебного процесса

Учебный процесс строится на основе визуально-коммуникативных методов, включающих непрерывное визуальное сопровождение с чёткими демонстрациями и жестовыми указаниями, исключающими двусмысленность. Ключевым приёмом является зеркальный метод, при котором инструктор демонстрирует упражнение лицом к детям, выполняя движения зеркально, что позволяет ребёнку точно копировать траекторию и амплитуду без необходимости мысленного переворота изображения. Для компенсации недостаточности слухового восприятия активно применяется визуализация ритма и сигналов: вместо звуковых свистков используются световые вспышки, цветные флажки и контрастные визуальные маркеры, формирующие устойчивые зрительные ориентиры в пространстве. Тактильно-кинестетическая коррекция предшествует или сопровождает сложные двигательные действия: инструктор может физически направить движение ребёнка (метод «рука в руке» или лёгкое касание для коррекции позы), позволяя ему прочувствовать мышечное усилие и правильное положение тела.

Практическая деятельность реализуется через метод поэтапного формирования двигательных навыков, где освоение начинается с изучения пространства и визуальных границ площадки, затем переходит к выполнению базовых движений с партнёрской поддержкой (зрительный контакт) и завершается работой с адаптированным инвентарём после формирования у ребёнка уверенности и предсказуемости среды. Сенсорная компенсация выступает ключевым приёмом: слуховая информация замещается усиленным зрительным контролем (периферическое зрение, слежение за жестами инструктора и партнеров) и вибро-тактильной чувствительностью (вибрационные стартапы, тактильный контакт с партнёром). Для слабослышащих

детей дополнительно используются контрастные цветовые решения оборудования и яркая разметка, облегчающая фокусировку внимания.

Партнёрское взаимодействие обеспечивает постоянное индивидуальное сопровождение в паре «ребёнок с ОВЗ – волонтер или инструктор», владеющий основами жестового языка. Это гарантирует не только физическую безопасность (постоянный зрительный контроль), но и эмоциональную поддержку, преодолевая барьеры коммуникации. Игровой метод применяется в адаптированной форме: подвижные игры проводятся с упрощёнными правилами, где все команды дублируются визуально (жесты, карточки, свет), а начало и конец действий маркируются видимыми сигналами, что позволяет детям с нарушением слуха полноценно участвовать в коллективной деятельности, ощущая себя частью единого ритма команды.

Контроль и самоконтроль осуществляются через систематическое наблюдение за уровнем самостоятельности выполнения упражнений по пятибалльной шкале: от полной поддержки инструктора (физическая помощь + жестовое пояснение) до самостоятельного выполнения по визуальному сигналу. После каждого занятия проводится визуальная рефлексия, в ходе которой ребёнок формулирует свои ощущения и достижения, используя карточки эмоций, смайлики или жесты, отвечая на вопросы о том, какой визуальный ориентир или жест помог ему успешно выполнить задание. Кинестетическая самооценка позволяет ребёнку осознать прогресс через физические ощущения и успешность взаимодействия: «Я увидел сигнал и вовремя стартовал», «Я поймал взгляд партнера и сделал точную передачу». Итоговым методом контроля выступает мини-турнир в формате адаптированной эстафеты или флешмоба, где акцент сделан не на соревновательный результат, а на демонстрацию освоенных навыков невербальной коммуникации, синхронности движений и личных достижений каждого участника.

Все методы и приёмы реализуются в соответствии с принципом «безопасность через видимость»: спортивное пространство подготовлено так, чтобы обучающийся всегда имел прямой визуальный контакт с инструктором или источником сигнала; инвентарь имеет яркую, контрастную окраску; команды подаются единообразно через понятные жесты и визуальные символы. Важнейшей методической установкой является фокус не на результате выполнения упражнения, а на процессе освоения компенсаторных способов взаимодействия со средой через зрение и тело, что способствует формированию у детей с нарушением слуха уверенности в собственных силах, развитию периферического зрения и мотивации к дальнейшему участию в адаптивной физической культуре.

Отличительными особенностями программы является:

1. Визуальная доминанта: все инструкции подаются визуально (демонстрация, схемы, жесты).

2. Вибро-тактильная поддержка: использование вибрации для ощущения ритма и старта.

3. Инклюзивное партнерство: работа в парах «ребенок с НС – слышащий волонтер», где волонтер обучается базовым жестам, а ребенок учится взаимодействовать в смешанной среде.

4. Безопасность через визуальный контроль: особое внимание уделяется тому, чтобы ребенок всегда видел инструктора или источник сигнала.

Адресат программы

Дети 12–17 лет с диагнозами: глухота, тугоухость III-IV степени, поздняя потеря слуха, не имеющие противопоказаний к занятиям физической культурой по другим системам организма.

Характеристика учебной группы

Количество: до 8 человек с нарушением слуха + 8 волонтеров (желательно владеющих основами РЖЯ или прошедших инструктаж). Гетерогенный состав по степени потери слуха.

Уровень программы: стартовый, объём: 12 часов, срок реализации: 21 день.

Формы обучения: групповая, парная («ребёнок-партнёр»), индивидуальная поддержка инструктора.

Виды занятий: образовательно-тренировочные.

1.2. Планируемые результаты

Предметные:

- владение 3-5 адаптированными техниками в каждом из 5 видов спорта;
- умение ориентироваться в спортивном пространстве с помощью тактильных и слуховых ориентиров;
- применение правил безопасности при занятиях.

Личностные:

- формирование позитивного отношения к собственным физическим возможностям;
- развитие эмоциональной устойчивости при выполнении новых двигательных задач;
- осознание ценности командного взаимодействия.

Метапредметные:

- использование вербальной коммуникации для координации действий в паре;
- самооценка двигательных достижений через тактильную и слуховую обратную связь;
- перенос навыков пространственной ориентации в повседневную деятельность.

1.3. Содержание программы
Учебный план

№	Тема	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Основы безопасности и коммуникации в адаптивной физической культуре: визуальные сигналы и базовые спортивные жесты	2	1	1	Входной контроль: демонстрация усвоения правил ТБ и базовых жестовых команд; выполнение разминки по визуальному образцу
2	Плавание. Адаптация к водной среде: ориентирование по визуальным маркерам дна и бортика, старт от касания	2	1	1	Плавание по дистанции 15–25 м с использованием визуальных ориентиров (разметка дна); выполнение старта по световому сигналу
3	Спортивные игры (волейбол, баскетбол). Развитие зрительно-моторной координации и периферического зрения при выполнении передач и бросков	2	1	1	Серия результативных передач партнеру после установления зрительного контакта; выполнение броска в корзину по визуальному сигналу

4	Футбол. Командное взаимодействие и пространственное ориентирование на площадке с использованием невербальных средств коммуникации	2	1	1	Участие в учебной игре с соблюдением тактики пасования, контролируемой визуальными сигналами судьи (флажки); ведение мяча с контролем пространства
5	Общая физическая подготовка (ОФП). Развитие вестибулярной устойчивости, координации движений и силовых качеств с опорой на зрительный контроль	2	1	1	Выполнение комплекса упражнений на равновесие и координацию; прохождение полосы препятствий с визуальной навигацией
6	Итоговое занятие. Демонстрация освоения навыков адаптивной физической культуры: комплексное применение визуальных и двигательных компетенций	2	1	1	Итоговый контроль: участие в адаптированной эстафете/флешмобе; рефлексия достижений (заполнение карты успеха)
Всего:		12	6	6	

Содержание учебного плана программы

Занятие 1: Вводное занятие. Основы безопасности и коммуникации в адаптивной физической культуре: визуальные сигналы и базовые спортивные жесты

Цель: Создать безопасную коммуникативную среду; обучить детей базовым спортивным жестам и правилам реагирования на визуальные сигналы;

сформировать пары «ребёнок с ОВЗ – волонтер» для обеспечения зрительного контроля.

Теория: Понятие адаптивной физической культуры при нарушении слуха. Компенсаторные возможности организма (усиление роли зрительного и вестибулярного анализаторов). Правила безопасности: принцип «всегда видеть тренера». Знакомство с системой визуальной сигнализации (свет, флажки) и базовыми жестами («Внимание», «Старт», «Стоп», «Молодец»).

Практика: Упражнение «Зеркало»: копирование движений инструктора, стоящего лицом к детям (зеркальное отображение). Игра «Светофор»: бег/ходьба/остановка по цвету поднятого флага (зеленый, желтый, красный). Отработка жестовых команд в парах с волонтерами. Тактильно-зрительная разминка: ощупывание инвентаря для понимания его формы и веса перед началом активных действий.

Занятие 2: Плавание. Адаптация к водной среде: ориентирование по визуальным маркерам дна и бортика, старт от касания

Цель: Снизить тревожность в водной среде через визуальную предсказуемость; научить ориентироваться в бассейне по контрастной разметке дна и бортика; освоить старт по визуальному сигналу.

Теория: Особенности ориентации в воде при нарушении слуха (отсутствие звуковых подсказок). Важность визуальных ориентиров: Т-образная метка на дне, контрастная лента на бортике. Техника старта от касания (или с тумбочки по вспышке света). Правила безопасности в воде: контроль дыхания и положения тела через проприоцепцию.

Практика: «Сухая» подготовка: имитация гребков перед зеркалом для контроля симметрии движений. Вход в воду с постоянным зрительным контактом с инструктором. Передвижение вдоль бортика с опорой на руку и визуальным контролем разметки. Плавание кролем на груди с акцентом на удержание головы для просмотра разметки дна. Упражнение «Старт по вспышке»: отталкивание от бортика при включении стробоскопа или взмахе яркого флага.

Занятие 3: Спортивные игры (волейбол, баскетбол). Развитие зрительно-моторной координации и периферического зрения при выполнении передач и бросков

Цель: Развить навык использования периферического зрения для отслеживания мяча и партнеров; освоить технику передачи мяча после установления зрительного контакта.

Теория: Роль периферического зрения в командных играх для глухих спортсменов. Принцип «зрительного контракта»: прежде чем передать мяч, нужно увидеть глаза партнера. Жестовая коммуникация в игре («Мяч мне», «Твой», «Аут»).

Практика: Упражнение «Глаза в глаза»: передача мяча в парах только после кивка или визуального подтверждения готовности партнера. Волейбол: нижняя передача мяча в кругу, где направление передачи определяется взглядом игрока. Баскетбол: ведение мяча с одновременным отслеживанием положения инструктора с цветным флагом (изменение направления ведения по смене цвета флага). Броски в корзину с использованием светового маячка над щитом (включение света как разрешение на бросок).

Занятие 4: Футбол. Командное взаимодействие и пространственное ориентирование на площадке с использованием невербальных средств коммуникации

Цель: Научить взаимодействовать в команде без вербальных команд, используя жесты и периферическое зрение; развить навык контроля мяча с опорой на визуальные ориентиры поля.

Теория: Специфика футбола для глухих: судейство флажками вместо свистка. Позиционная игра: использование жестов для указания направления паса. Важность постоянного зрительного ориентирования в пространстве.

Практика: Ведение мяча «змейкой» между конусами разных цветов (выбор направления по цвету конуса, указанного инструктором жестом). Упражнение «Немой пас»: игра в квадрате, где запрещены любые звуки, коммуникация только через открытые ладони и взгляд. Мини-футбол 3х3: гол засчитывается только если все игроки атакующей команды видели момент паса (условие зрительного контроля). Отработка остановок и поворотов по визуальному сигналу судьи (поднятый флаг).

Занятие 5: Общая физическая подготовка (ОФП). Развитие вестибулярной устойчивости, координации движений и силовых качеств с опорой на зрительный контроль

Цель: Развить вестибулярную устойчивость и координацию через упражнения на баланс; укрепить мышечный корсет с использованием визуальной обратной связи.

Теория: Связь вестибулярного аппарата и зрения. Техника самостраховки при потере равновесия. Важность контроля осанки через зрительное отражение (работа перед зеркалом).

Практика: Полоса препятствий: ходьба по гимнастической скамейке с фиксацией взгляда на точке в конце скамейки. Упражнения на балансирах с закрытыми глазами (развитие проприоцепции) под тактильным контролем волонтера (страховка), затем с открытыми глазами (самостоятельно). Круговая тренировка: выполнение силовых упражнений (приседания, отжимания) синхронно с инструктором, который задает ритм визуальными движениями (поднятие/опускание рук). Эстафета «Зеркальный лабиринт»: прохождение маршрута, повторяя траекторию лидера, идущего спиной вперед.

Занятие 6: Итоговое занятие. Демонстрация освоения навыков адаптивной физической культуры: комплексное применение визуальных и двигательных компетенций

Цель: Продемонстрировать единство группы через синхронное движение; закрепить навыки реагирования на визуальные сигналы в комплексной деятельности; провести рефлекссию смены.

Теория: Понятие ритма в движении без музыки (визуальный ритм). Значение невербальной поддержки в команде.

Практика: Разучивание и выполнение группового флешмоба «Ритм движения»: комплекс ОФП-упражнений, выполняемых синхронно под визуальный ритм. Адаптированная эстафета, включающая элементы всех пройденных видов спорта (передача мяча взглядом, старт по свету, ведение мяча по цвету). Вручение сертификатов. Рефлексия «Цвет настроения»: участники выбирают карточку цвета, соответствующую их эмоциям от смены, и кратко объясняют выбор жестами или письменно.

Раздел №2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Место проведения:

1. ФОК: для занятий по ОФП, волейболу, баскетболу, футболу, итогового занятия (в летний период спортивные площадки Центра);
2. ФОБ (температура воды 28 – 30°C): для адаптированных занятий плаванием.

Инвентарь:

1. Световые сигнализаторы (стробоскопы, цветные прожекторы) для замены звуковых стартов.
2. Набор цветных флажков (красный, зеленый, желтый, синий) для каждого инструктора и судьи.
3. Вибрационные браслеты или устройства для тактильного старта (опционально, для слабовидящих с сопутствующим нарушением слуха).
4. Яркий контрастный инвентарь: мячи неоновых цветов (желтые, оранжевые), конусы ярких оттенков, контрастная разметка пола и бортиков бассейна.
5. Магнитная доска или планшет для схематичного изображения тактических схем и упражнений.
6. Карточки с изображением спортивных жестов и правил.
7. Зеркала для коррекции техники выполнения упражнений.

Кадровое обеспечение:

Реализация программы «Язык движения» обеспечивается квалифицированным педагогическим и вспомогательным персоналом, прошедшим специальную подготовку для работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

Требования к инструкторам по физической культуре

Инструкторы, осуществляющие руководство занятиями, должны соответствовать следующим квалификационным требованиям:

- наличие высшего или среднего профессионального образования в области физической культуры и спорта либо педагогического образования с дополнительной профессиональной подготовкой в сфере адаптивной физической культуры;
- владение основами русского жестового языка (РЖЯ) и дактильной азбуки в объеме, достаточном для проведения учебно-тренировочных занятий; умение использовать визуальные средства коммуникации (жесты, мимика, пантомима) для объяснения техники упражнений;
- владение методикой визуального преподавания: принцип «зеркального показа», использование световой и флажковой сигнализации вместо звуковой,

навыки привлечения внимания невербальными способами (визуальный контакт, легкое касание в поле зрения);

– знание основ сурдопсихологии и сурдопедагогики, особенностей формирования двигательных навыков у детей с нарушением слуха (роль вестибулярного аппарата, зрительного контроля), а также правил безопасности при работе в условиях сенсорного дефицита (обеспечение постоянного визуального контакта, безопасная организация пространства).

2.2. Механизм оценивания результативности реализации программы

Оценка результативности реализации программы осуществляется через комплексный подход, сочетающий педагогическое наблюдение, визуальную рефлекссию и демонстрацию практических навыков с опорой на зрительный контроль.

Формирующее оценивание (в процессе занятий):

Наблюдение за уровнем самостоятельности выполнения упражнений по пятибалльной шкале:

– 1 балл: полная поддержка инструктора (физическое сопровождение движения «рука-в-руке» + постоянный визуальный контакт);

– 2 балла: выполнение с тактильной подсказкой при старте движения и визуальным сигналом инструктора;

– 3 балла: выполнение по визуальному сигналу (жест, флажок, свет) с последующей коррекцией через демонстрацию правильного варианта;

– 4 балла: самостоятельное выполнение с самоконтролем через зрительное отражение (зеркало) или визуальную обратную связь от партнёра;

– 5 баллов: полная самостоятельность с самоконтролем через визуальные и кинестетические ориентиры (реакция на световой сигнал, удержание баланса, точность попадания в визуальную цель).

Фиксация прогресса в «Дневнике наблюдений инструктора»: отмечается динамика преодоления коммуникативных барьеров, качество установления зрительного контакта с партнёром, развитие навыка реакции на визуальные сигналы, уровень вовлеченности в групповое взаимодействие без вербальных подсказок.

Итоговое оценивание (на 6-м занятии):

1. Демонстрация освоенных навыков в формате адаптированного флешмоба/эстафеты «Наш общий ритм» без элемента соревновательности (акцент на синхронности движений, точности реакций на визуальные сигналы и личных достижениях каждого ребёнка).

2. Визуальная самооценка через метод «Цвет настроения» или «Дерево успеха»: ребёнок выбирает цветовую карточку или символ, соответствующий его ощущениям от занятия, и кратко объясняет выбор жеста, тактилем или письменно («Я увидел сигнал и успел», «Я поймал взгляд партнёра»).

3. Анкетирование волонтеров по критериям формирования инклюзивной культуры: «Как изменилось моё понимание коммуникации с глухими детьми?», «Какие невербальные приёмы я освоил для взаимодействия?», «Что я узнал о компенсаторных возможностях зрения и вестибулярного аппарата?».

Документирование результатов:

- фото- и видеоматериалы для портфолио достижений ребёнка;
- акт выполнения программы;
- оценка носит исключительно развивающий характер, исключает сравнение детей между собой и фокусируется на индивидуальном прогрессе каждого участника в освоении визуально-двигательных компетенций и навыков невербальной коммуникации.

2.3. Методическое обеспечение программы

Глоссарий

Адаптивная физическая культура – система физического воспитания лиц с ограниченными возможностями здоровья, основанная на компенсации нарушенных функций через развитие сохранных анализаторов и адаптацию условий занятий.

Безопасное пространство – спортивная среда, подготовленная по принципу визуальной предсказуемости: отсутствие «слепых зон», чёткие визуальные границы площадки, стабильное расположение оборудования, обеспечение постоянного зрительного контакта участника с инструктором и источником сигналов.

Визуальная ориентация – определение направления, расстояния и положения объектов в пространстве преимущественно через зрение, используемое как компенсаторный механизм при нарушении слуха для отслеживания движения партнёров, инструктора и спортивного инвентаря.

Визуальная сигнализация (в спорте) – система подачи команд и обозначения границ с помощью света, цветовых флажков, жестов и контрастной разметки, заменяющая звуковые сигналы (свисток, стартовый пистолет, голосовые команды).

Визуально-пространственная ориентация – способность определять положение тела и объектов в пространстве через зрительное восприятие, использование визуальных маркеров и развитие периферического зрения.

Глухота – полная или практическая утрата слуха, требующая полного перехода на зрительное, жестовое и тактильно-вестибулярное восприятие окружающей среды и команд.

Компенсаторные возможности организма – способность сохранных анализаторов (зрительного, вестибулярного, проприоцептивного) брать на себя функции нарушенного (слухового) при систематическом развитии и тренировке.

Нарушение слуха – стойкое снижение слуха (тугоухость) или полная глухота, требующее применения специальных методов обучения (жестовый язык, визуальная сигнализация) и адаптации спортивной среды.

ОВЗ (ограниченные возможности здоровья) – особенности физического и (или) психического развития, подтверждающиеся психолого-медико-педагогической комиссией и требующие создания специальных условий для получения образования.

Партнёрская поддержка – форма взаимодействия, при которой ребёнок без ОВЗ или инструктор обеспечивает безопасность, визуальную обратную связь, демонстрацию движений и эмоциональную поддержку участнику с нарушением слуха на всех этапах занятия.

Сенсорная компенсация – педагогический приём, направленный на замещение недостающей сенсорной информации (слуховой) через усиленное развитие других анализаторов (зрительного, вестибулярного, тактильного).

Слабослышание – нарушение слуха, при котором возможно использование остаточного слуха в сочетании со зрительным восприятием, чтением с губ и жестовой коммуникацией.

Сурдопедагогика – раздел специальной педагогики, изучающий закономерности обучения и воспитания детей с нарушением слуха, разрабатывающий методы компенсации слухового дефекта.

2.4. Список литературы

1. Апанасенко, Г. Л. Валеология: Учебное пособие. – СПб.: Издательство «Лань», 2018. – 320 с.
2. Боскин, А. А. Адаптивная физическая культура для лиц с нарушением слуха: учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2019. – 214 с.
3. Куренёва, И. А. Инклюзивное образование в сфере физической культуры: методическое пособие. – М.: Просвещение, 2021. – 184 с.
4. Назарова, Н. М. Психолого-педагогические основы адаптивной физической культуры. – М.: Академия, 2019. – 272 с.
5. Приказ Минпросвещения России от 24.12.2020 № 732 «Об утверждении федеральных государственных требований к программам дополнительного образования детей» (зарегистрирован Минюстом России 09.02.2021 № 62293).
6. СанПиН 2.4.2.3210-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям дополнительного образования детей».
7. Речицкая, Е. Г. Сурдопедагогика: учебник для вузов. – М.: Владос, 2020. – 432 с.
8. Федеральные методические рекомендации по организации занятий адаптивной физической культурой в организациях дополнительного образования. – М.: Минпросвещения России, 2023.