

МАОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа № 38»

Рассмотрен и рекомендована
методическим советом
ОУ Протокол №1 от 28.08.2025г

Принята педагогическим советом
Протокол №1 от 28.08.2025г

Утверждена приказом директора УО
№180а от 28.08.2025г.

Рабочая адаптированная общеобразовательная программа образования обучающихся по
учебному предмету «Адаптивная физическая культура»
ФГОС О У/О (И/Н), вариант 6.3 (1 дополнительный - 4 класс)

Составила:
Прохорова А.А.,
учитель адаптивной физической культуры

г. Череповец

Общее положение.

Адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 6.3) (далее – АООП НОО НОДА (вариант 6.3)) в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (далее - ФГОС НОО ОВЗ) и Федеральной адаптированной образовательной программой для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (далее – ФАОП НОО ОВЗ). АООП НОО НОДА (вариант 6.3) - это образовательная программа, учитывающая особенности психофизического развития детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата, их индивидуальные возможности, обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию.

Адаптированная основная общеобразовательная программа формируется с учётом особенностей уровня начального общего образования как фундамента всего последующего обучения и учетом особенностей развития обучающихся с НОДА.

АООП НОО НОДА (вариант 6.3) содержит дифференцированные требования к содержанию образования, структуре, ожидаемым результатам освоения программы и условиям ее реализации, обеспечивающие удовлетворение как общих, так и особых образовательных потребностей разных групп или отдельных обучающихся с НОДА, получение образования вне зависимости от выраженности нарушения опорно-двигательного аппарата.

Нормативно-правовая база разработки АООП НОО НОДА (вариант 6.3):

- Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Приказ Министерства образования и науки от 19.12.2014г. № 1598 «Об утверждении ФГОС начального общего образования обучающихся с ОВЗ»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022г. №1023 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- Письмо Министерства просвещения РФ от 20.02.2019г. № ТС- 551/04 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПиН 2.4.3648- 20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 № 28).

Пояснительная записка

АООП НОО НОДА (вариант 6.3) направлена на овладение обучающимися учебной деятельностью и формирование у них), в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями, общей культуры, обеспечивающей разностороннее развитие их личности (нравственно-эстетическое, социальноличностное, интеллектуальное, физическое).

Актуальность АООП заключается в том, что умение учиться, составляющее основу личностного развития обучающегося с НОДА с легкой умственной отсталостью, означает умение учиться познавать и преобразовывать мир, ставить проблемы, искать и находить новые решения; учиться сотрудничать с другими людьми на основе уважения и равноправия.

Цель реализации АООП НОО НОДА (вариант 6.3) - создание условий для максимального удовлетворения особых образовательных потребностей обучающихся, обеспечивающих усвоение ими социального и культурного опыта, комплексную коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию. Нарушениями опорно-двигательного аппарата самоорганизации, самоопределения, самовоспитания, обеспечивающих готовность к освоению содержания основного и полного общего среднего образования, раскрытие интеллектуальных и

творческих возможностей личности обучающихся через освоение фундаментальных основ начального образования.

АООП НОО НОДА (вариант 6.3) определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне начального общего образования и предполагает решение следующих задач:

- формирование общей культуры, обеспечивающей разностороннее развитие личности обучающихся (физическое);
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их социального и эмоционального благополучия;
- формирование основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся в соответствии с принятыми в семье и обществе духовнонравственными и социокультурными ценностями;
- формирование основ учебной деятельности (умение принимать, сохранять цели и следовать им в процессе решения учебных задач, планировать свою деятельность, контролировать ее процесс, доводить его до конца, адекватно оценивать результаты, взаимодействовать с педагогами и сверстниками);
- создание специальных условий для получения образования в соответствии с возрастными, индивидуальными особенностями и особыми образовательными потребностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого обучающегося как субъекта отношений в сфере образования;
- обеспечение вариативности и разнообразия содержания АООП НОО НОДА (вариант 6.3) и организационных форм получения образования обучающимися с учетом их образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья, типологических и индивидуальных особенностей;
- формирование социокультурной и образовательной среды с учетом общих и особых образовательных потребностей разных групп обучающихся.

Планируемые результаты освоения.

Процедура промежуточной оценки результатов АООП НОО НОДА (вариант 6.3) требует учета особых образовательных потребностей и личностных особенностей обучающегося и предполагают:

- учет текущего психического и соматического состояния обучающегося, адаптацию предлагаемого учебного материала;
- упрощение инструкции и формы предъявления (использование вербальной и невербальной коммуникации);
- оказание необходимой дозированной помощи педагога (стимулирующей, организующей, контролирующей, сопряженной).

Освоение обучающимися с НОДА АООП НОО НОДА (вариант 6.3), разработанной на основе ФГОС НОО ОВЗ, предполагает достижение ими двух видов результатов: предметных (минимальный и достаточный уровень) и личностных.

В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит личностным результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования - введения обучающихся с НОДА в культуру, овладение ими социокультурным опытом.

Личностные результаты освоения АООП НОО НОДА (вариант 6.3) включают индивидуально - личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки:

АООП НОО НОДА (вариант 6.3.) определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный.

Достаточный уровень освоения предметных результатов не является обязательным для всех обучающихся.

Минимальный уровень является обязательным для большинства обучающихся с НОДА с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Вместе с тем, отсутствие достижения этого уровня отдельными обучающимися по отдельным предметам не является препятствием к получению ими образования по этому варианту программы.

Предполагаемые результаты уровня подготовки учащихся по данному предмету.

Предметные результаты

Минимальный уровень	Достаточный уровень
- способность целенаправленно выполнять действия по инструкции педагога; - способность согласовывать свои действия и движения; - уметь выполнять действия по образцу и по подражанию; - уметь ориентироваться в элементарных пространственных понятиях; - уметь показывать части тела человека; - уметь выполнять исходные положения; - уметь бросать, перекладывать, перекачивать. - уметь выполнять простые задания без помощи учителя (бег, перепрыгивания) - уметь рассчитаться по порядку - выполнять повороты направо, налево, кругом при подсказке учителя.	- соблюдать правила по технике безопасности и правила пользования спортивными снарядами и тренажёрами; - строится в колонну, равняться в затылок, размыкаться на вытянутые руки вперёд; - расчёт по порядку, на первый – второй; - выполнять повороты направо, налево, кругом; - уметь выполнять действия по образцу и по подражанию; - адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях; - технически правильно осуществлять двигательные действия; - самостоятельно выполнять физические упражнения для развития физических навыков; - отвечать на вопросы учителя, уметь подготовить устное задание; - самостоятельно проводить зарядку для класса.

Средства мониторинга и оценки динамики обучения

Текущая аттестация обучающейся включает в себя оценивание в течении учебного года на каждом уроке (кроме 1 доп и 1 классов). Аттестация представляет собой оценку результатов каждую четверть, на основании которых выставляется годовая оценка.

Система оценки результатов отражает степень выполнения обучающимися взаимодействие следующих компонентов:

1. что обучающиеся знают и умеют на конец учебного периода,
2. что из полученных знаний и умений они применяют на практике,
3. насколько активно, адекватно и самостоятельно он их применяет.

Выявление результативности обучения происходит вариативно с учетом психофизического развития ребенка. При предъявлении и выполнении всех видов заданий обучающемуся должна оказываться помощь: разъяснение, показ, дополнительные словесные, графические и жестовые инструкции; задания по подражанию, совместно распределенным действиям и др. При оценке результативности достижений необходимо учитывать степень самостоятельности ребенка.

Оценка выявленных результатов обучения осуществляется в оценочных показателях с применением оценочной системы от 3 до 5, основанных на качественных критериях по итогам выполняемых практических действий:

3 балла – не выполняет действие по образцу.

4 балла – выполняет действие по образцу, инструкции (вербальной или невербальной).
5 баллов - выполняет действие самостоятельно

Материально-техническое обеспечение.

№	Оборудование	Количество
1.	Разноуровневый ковер (Доброшкола)	4
2.	Мячи для рук различной жесткости	24
3.	Гимнастические маты	3
4.	Горка для ходьбы (Доброшкола)	1
5.	Модульный массажный коврик (Доброшкола)	4
6.	Массажная дорожка (Доброшкола)	4
7.	Набор мячей балансиров (Доброшкола)	21
8.	Тактильная дорожка	4
9.	Тактильные платформы (Доброшкола)	6
10.	Комплект цилиндров - пufов (Доброшкола)	12
11.	Набор мячей для спортивных игр	6
12.	Массажный коврик (Доброшкола)	4
13.	Мячи мягкие	3
14.	Магнитофон	1
15.	Шведская стенка	2
16.	Гимнастические палки	7
17.	Обручи	5

Доброшкола.

Большая часть спортивного инвентаря и оборудования для спортивного зала было предоставлено по программе «Доброшкола». Это поспособствовало улучшению качества проведения уроков адаптивной физической культуры, увеличило заинтересованность учеников в выполнении упражнений, в том числе упражнения на профилактику заболеваний опорно – двигательного аппарата (ОДА) на специальных массажных дорожках, тактильных платформах, массажных ковриках. Горка для ходьбы улучшает навык подъема и спуска по лестнице, тк у некоторых детей это вызывает трудности на момент поступления в школу. Комплекс цилиндров – пufов дает возможность ученикам отдохнуть после выполнения физических упражнений; а также это удобно при показе фильмов/ мультфильмов о спорте и выдающихся спортсменов России и Вологодской области, просмотре методического материала; удобно вести диалог учителю с учениками, задавать вопросы об изученном материале на уроке, подводить итоги урока и повторять технику безопасности в начале урока и в конце. Разноуровневый ковер позволяет ученикам изучать формы; учиться перешагивать препятствия различной формы и высоты, развивает воображение во время игр (постройка домиков, фигур); дает возможность изучать цвета; удобно при обозначении места каждого ученика в строю (каждый ученик выбирает себе фигуру любого цвета в начале урока и кладет ее на пол перед собой – это актуально для учеников 1 доп классов).

Оборудование используется активно, каждый день. Благодаря этому уроки получается разнообразными, интересными и дают возможность развивать все сферы познавательной деятельности учеников.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

1. Аксенова О. Э. Адаптивная физическая культура в школе. Начальная школа/ О. Э. Аксенова, С. П. Евсеев// Под общей редакцией С. П. Евсеева, СПб ГАФК им. П. Ф. Лесгафта. СПб., 2003.
2. Андрющенко Н. В.Монтессори-педагогика и Монтессори-терапия. — СПб.: Речь, 2010.
3. Баряева Л.Б. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. СПб ЦДК. 2011.
4. Баряева Л. Б., Гаврилушкина О. П., Зарин А., Соколова Н. Д. Программа воспитания и обучения дошкольников с интеллектуальной недостаточностью. — СПб.: КАРО, 2007.
5. Григорьев Д. В. Совершенствование двигательных способностей школьников в условиях общеобразовательной школы. — СПб.: Наука-Питер, 2005.
6. Дмитриев А. А. Физическая культура в специальном образовании: Учебное пособие для студ. Высш. Пед. Учеб. Заведений/ А. А. Дмитриев.- М.: Академия, 2002
7. Евсеев С.ТТ., Шапкова Л. В.Адаптивная физическая культура. — М.: Советский спорт, 2000.
8. Забрамная С. Д., Исаева Т. Н. Психолого-педагогическая дифференциация детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. — 2009. — № 1. — С. 49-53.
9. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями развития/ Под общей редакцией проф. Л. В. Шапковой, М.: Советский спорт, 2002
10. Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта: Программно-методические материалы / Под ред. И. М. Бгажноковой. — М.: ВЛАДОС, 2010.
11. Основные направления и содержание обучения детей и подростком с особыми образовательными потребностями в ЛПЦ г. Пскова / Под ред. С. В. Андреевой. — Псков, 2000.
12. Дмитриев А.А. Физическая культура в специальном образовании: Уч. пособие.- М.: Академия, 2002
13. Мозговой В.М. Уроки физической культуры в начальных классах: пособие для учителя спец (корр) образовательных учреждений VIII вида. М.: Просвещения, 2009
14. ЭОР <http://www.school-collection.edu.ru>
15. <http://videouroki.net>