Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа № 13 г. Феодосии Республики Крым»
(МБОУ Школа № 13 г. Феодосии)

Согласовано
Зам .директора по УВР
_____Кругликова Е.Р.

Утверждено
Директор МБОУ
Школа № 13 г. Феодосии
_____Селявина О.П.
Приказ от «31» 08 2026 №204

Адаптированная рабочая программа
по адаптивной физической культуре
для 5-го класса
надомная форма обучения (вариант 1)
Количество часов: 68
(из них аудиторных часов 17, часов для самостоятельного изучения 51)

Учитель
Кругликова Е.Р.

г. Феодосия 2026г.

Scanned by EasyScanner

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по адаптивной физической культуре для обучающейся 5 **класса Ф**И, с нарушением опорно-двигательного аппарата вариант 6.3.

Программа составлена на основании:

- коллегиального заключения ПМПК (**от 12 сентября 2024 года № 158**);
- справки ВКК об обучении на дому (**от 14августа 2026 № 607);**
- заявления родителя (законного представителя).

Нормативно-правовой основой программы являются:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон от 08.08.2024 г. № 315-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (дополнен перечень специальных условий для обучающихся с ОВЗ)
3. Федеральный закон от 24 июля 1998 г. N 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации".
4. Федеральный закон от 03.05.2012 г. № 46-ФЗ « О ратификации Конвенции о правах инвалидов».
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1023 "Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья".
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 06.11.2024 №778 «ОБ утверждении типового порядка организации деятельности по оказанию психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи, в том числе типового порядка деятельности центра психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи».
8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 « Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
9. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.04.2008 г. № АФ-150/06 «О создании условий для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми-инвалидами».
10. Письмо Министерства просвещения РФ от 13.06.2019 г. № ТС-1391/07 «Об организации образования учащихся на дому»
11. Письмо Минпросвещения России от 20.02.2019 N ТС-551/07 "О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью".
12. Приказ Минпросвещения России от 22.03.2021 N 115 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования".
13. Письмо ФС по надзору в сфере образования и науки от 07.08.2018 № 05-283 «Об обучении лиц находящихся на надомном обучении».
14. Закон Республики Крым от 06.07.2015 № 131-ЗРК/2015 «Об образовании в Республике Крым».

15. Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым Министерства здравоохранения Республики Крым от 15.07.2024 г. №1102/1076 «Об утверждении Порядка регламентации и оформления отношений государственной и муниципальной образовательной организации, и родителей (законных представителей) обучающихся, нуждающихся в длительном лечении, а также детей-инвалидов в части организации обучения по основным общеобразовательным программам на дому или в медицинской организации».
16. Учебный план МБОУ Школа № 13 г. Феодосии на 2026/2027 учебный год.
17. Адаптированная основная образовательная программа для детей с ограниченными возможностями МБОУ Школы № 13 г. Феодосии.
18. Рабочая программа воспитания МБОУ Школы № 13 г. Феодосии.
19. Устав Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Школа № 13 г. Феодосии Республики Крым».

Данная программа по адаптивной физической культуре составлена с учётом:

– Основной общеобразовательной программы начального общего образования.

В 2026-2027 учебном году на реализацию программы по физической культуре отводится 2 часа в неделю; 0,5 часа в году аудиторных и 1,5 часа для самостоятельного изучения.
Срок реализации программы: 1 учебный год.
Рабочая программа ориентирована на использование учебно-методического комплекта:

1. Ренато Хольц «Помощь детям с церебральным параличом». – М.: Теревинф, 2006.
2. Л.М. Шипицына И.И. Мамайчук «Детский церебральный паралич».
3. А.А. Потапчук «АФК в работе с детьми, имеющие нарушения опорно-двигательного аппарата при заболевании ДЦП» – Санкт-Петербург, 2003.
4. С.П. Евсеев «АФК в школе. Начальная школа» – Санкт-Петербург, 2003.
5. «Частные методики АФК» – М.:, Советский спорт, 2007.
6. С.П. Евсеев « Теория и организация АФК» – М.: 2010.
7. Л.Н. Растомашвили «Адаптивное физическое воспитание детей со смешанными нарушениями развития» – М: 2009.
8. А.А. Потапчук, Е.В. Клочкова, Т.Г. Щедрина «Физкультурно-оздоровительные технологии при нарушениях опорно-двигательного аппарата у детей» – Санкт-Петербург, 2004.
9. «Организация спортивно-массовой работы с лицами, имеющими нарушения функций спинного мозга» – М: Советский спорт, 1991.
10. «Восстановительное лечение детей с поражениями ЦНС и опорно-двигательногоаппарата». – Издательский дом Санкт-Петербург МАПО, 2004.
11. М. Шоо «Спортивные и подвижные игры для детей и подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата» – М: 2003.
12. Физическая культура. 5-9 классы. Лях В.И. 14-е изд. - М.: 2013. Физическая культура. Рабочие программы Предметная линия учебников В.И. Ляха 1-4 классов (авторы В.И. Лях, М.: Просвещение, 2014)

Цели и задачи по предмету.

Стремление к нормализации двигательной деятельности, способствующей, ускорениюсоциальной реабилитации детей. Достижение такого уровня развития двигательных навыков, который даст возможность минимально зависеть от посторонней помощи, вести более активный образ жизни, общаться с другими людьми.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения предмета

Личностные результаты:

- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смыслаучения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основепредставления о нравственных нормах;
- развитие этических качеств доброжелательности и эмоционально-нравственнойотзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения несоздавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о еепозитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- взаимодействие со сверстниками по правилам поведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение технических действий из базовых паралимпийских видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Коррекционная работа и адаптация учебного материала исходя из индивидуальных особенностей диагноза:

- при необходимости, дробление инструкций;
- систематического повторения изученного (закрепления навыка);
- опоры на жизненный опыт ребенка и т.д.

Психолого-педагогическая характеристика

ФИ обучается в МБОУ школа № 13 на надомной форме обучения в 5 классе по адаптированной основной общеобразовательной программе, вариант 6.3 ФГОС начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Семья ребенка полная, благополучная, состоит из 3 человек. Воспитанием дочери занимаются оба родителя. Внешний вид опрятный.

Имеет тяжелые опорно-двигательные нарушения неврологического генеза

Самостоятельно не работает, импульсивна в деятельности. Познавательный интерес неустойчивый, обучение возможно лишь при условии активного внешнего организующего стимулирования и смены деятельности. Работоспособность во время уроков резко снижается при умственной нагрузке, низкий уровень продуктивности.

Сенсорное развитие: по названию не знает геометрические фигуры, не сопоставляет предметы путем наложения. При наложении изображения предметов 1 из 5, не видит недостающие. Не знает основные цвета. Не дифференцирует право, лево.

Двигательная координация: не сформировано прямостояние и ходьба, захват и удержание предметов, навыками самообслуживания не владеет. Движения плохо координированы, неуклюжи, импульсивны. Общая и мелкая моторика грубо нарушена. Графическая деятельность отсутствует.

Все параметры внимания *(устойчивость, переключение, распределение)* – грубо нарушены. Объем внимания сужен. Не показывает времена года. Не знает времена суток, дни недели.

Зрительное восприятие величины, формы и цвета предмета: по названию не знает геометрические фигуры, не сопоставляет путем наложения больше- меньше, длиннее-короче, шире- уже. Цвета не знает *(показывает наугад)*.

Слуховая и зрительная память – плохо сформированы.

Целенаправленность и координация мыслительного процесса - нарушены. Основные мыслительные операции сформированы на низком уровне. Уровень обобщения отсутствует.

Девочка не говорит. Анартрия.

Эмоционально - волевая сфера: эмоции неустойчивы, переживания поверхностные. Проявляет живую эмоциональную реакцию на события. Волевая регуляция поведения затруднена. Настроение неустойчивое, меняется от незначительных причин. В деятельности пассивна, не проявляет самостоятельность.

Навыками самообслуживания не владеет. В туалет просится. При мытье рук нуждается в помощи взрослого. Снимает отдельные предметы одежды, самостоятельно не одевается.

Содержание основных тем и разделов программы.

Раздел «Развитие двигательных способностей (ОФП)» направлен на развитие физических качеств и на формирование возрастных локомоторно-статических функций, необходимых прежде всего в быту, в учебном процессе и трудовой деятельности.

Упражнения с предметами в силуих особого значения для детей, вынесены в данный раздел и представлены большим практическим материалом, который необходимо освоить с учениками для обогащения их двигательного опыта. Это упражнения с гимнастическими палками, малыми мячами, с флажками.

Из подвижных игр в настоящую программу включены наиболее распространенные игры среди младшего школьного возраста, проводить которые можно по упрощенным правилам в зависимости от состава класса, а также баскетбол на колясках, бочча, настольный теннис, дартс.

Раздел «Легкая атлетика» включает:

бег на колясках, метание малого мяча, толкание набивного мяча,

Раздел «Гимнастика с элементами акробатики» включает:

группировка, лежа на спине, перекаты в группировке вперед-назад, вправо-влево; ОРУ (общеразвивающие упражнения) на развитие силы мышц туловища и плечевого пояса.

Система адаптивной физической культуры направлена на обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, улучшение функциональных двигательных возможностей всех возрастов, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и поддержание здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья.

Сложившаяся система включает:

- полноценную и эффективную работу с учащимися на уроках АФК
- рациональную организацию на уроках АФК
- организацию утренней зарядки, физкультминуток на уроках

способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности.

Модуль «Школьный урок» (начальная школа)

Реализация школьными педагогами воспитательного потенциала урока предполагает следующее:

- установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;
- побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;
- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;
- применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; дидактического театра, где полученные на уроке знания обыгрываются в театральных постановках; дискуссий, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми;
- включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;
- организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;
- инициирование и поддержка исследовательской деятельности детей младшего школьного возраста в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст школьникам возможность приобрести начальный навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.

Тематический план

№ п/п	Название раздела	Кол-во аудиторных часов	Кол-во часов на самостоятельное изучение
1.	Общая физическая подготовка	3	12
2.	Гимнастика с элементами акробатики	4	7
3.	Подвижные игры	4	15

4.	Легкоатлетические упражнения	6	12
	Итого: 68	**17**	**51**