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

Согласовано
Зам.директора по УВР
_____ Кругликовой Е.Р.

Утверждено
Директор МБОУ
Школа № 13 г. Феодосии
_____ Селявина О.П
приказ от «31» 08 2026г.№204

Адаптированная рабочая программа
по предмету « Адаптивная физическая культура»
для обучающегося 8-го класса
(вариант 6.3)
надомная форма обучения
Количество часов**:68 ч.**
(из них: аудиторные часы – 17 ч.; часы самостоятельной работы – 51 ч.)

Учитель: Резниченко Е.Н

С программой ознакомлен(а)
«____» _____ 2026 г. _____/ _____/
Подпись ФИО родителя (законного представителя)

г. Феодосия 2026г.

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по предмету «Адаптивная физическая культура» для обучающегося 8-А класса, с нарушением опорно-двигательного аппарата (вариант 6.3) составлена на основании

- коллегиального заключения ПМПК (от 14.09.2023г.№180);
- справки ВКК об обучении на дому (от 28.08.2026г.№676);
- 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 Минпросвещения России от 24.11.2022 N 1026 "Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы основного 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 2025/2026 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».

Краткая характеристика

Ученик обучается в 8-А классе МБОУ «Школа №!13 г Феодосия Республики Крым по АООП для детей обучающихся с НОДА вариант 6.3 (надомная форма обучения).

Семья ребенка состоит из четырех человек. Семья полная, социально-бытовые условия и материальное положение удовлетворительные. Режим дня школьника соблюдается. Вопросом воспитания и развития ребёнка в семье уделяется достаточно времени.

Внешний вид у школьника опрятный, ухоженный.

Карим испытывает сложности при овладении программным материалом, так как у ребенка тяжелая форма ДЦП.

Очень слабо развита крупная и мелкая моторика рук. У учащегося недостаточно полный объём знаний и представлений об окружающем мире. Навыки пространственной ориентировки сформированы неполно, слабо ориентируется в основных понятиях времени, затрудняется в установлении причинно-следственных отношений между явлениями действительности. Навыки письма отсутствуют.

Обучение учебного материала происходит с помощью наглядного материала и невербального общения (жесты, мимика.)

На уроках математики выполняет сложение и вычитание чисел при помощи карточек. Осуществляет прямой счёт в пределах 10. Примеры на сложение и вычитание решает с помощью наглядного материала (счетные палочки, карточки, игровые приемы, линейка).Знает геометрические фигуры

По русскому языку знает алфавит, складывает буквы в слоги. Понимает и различает термины: звук, буква, слово, предложение.

Из-за нарушения речи Карим не может читать самостоятельно. Поэтому используются альтернативные виды чтения: слушание аудиокниг (литературных произведений, чтение видеоизображений (видео- фильмы, мультфильмы, документальные фильмы о животных, о природе и т.д.).

Кариму требуется постоянная организующая помощь учителя в виде наводящих вопросов, подсказок, опора на наглядный материал. Мальчик принимает активное участие в ходе урока. В меру переживает за свои поступки, поведение, на критические замечания не реагирует и внешне никаких тревог не проявляет.

Повышенная утомляемость влияет на снижение концентрации внимания. Преобладает непроизвольное внимание.

Ребенок понимает смысл слов обиходного значения, простые инструкции, состоящие из одного звена, а сложные речевые инструкции с помощью, после повторения и разъяснения.

Общий темп деятельности медленный. Преобладающий тип настроения на уроке – спокойный, уравновешенный.

Данная программа по предмету « «Адаптивная физическая культура» составлена с учётом:

- Основной общеобразовательной программы начального общего образования.
- Адаптированной основной общеобразовательной программы ООО для детей с задержкой психического развития 5-9 классы «Сенсорная стимуляция детей и подростков» / Т.А. Алексеева, Л.И.Кайкина, Л.В.Капустянская и др; под. редакцией Н.Н. Яковлевой. – СПб.: 2012. – с.45

В 2026-2027 учебном году на реализацию программы по предмету «Адаптивная физическая культура» отводится 0,5 часа в неделю; 17 часа - аудиторных, 51 часов самостоятельных в год.

Срок реализации программы: 1 учебный год.

Рабочая программа ориентирована на использование учебно-методического комплекта

1. Андрющенко Н.В. Монтессори – педагогика и Монтессори – терапия. – СПб.:Речь, 2010.
2. Баряева Л.Б., Логинова Е.Т., Лопатина Л.В. Знакомимся с окружающим миром. - М.: ДРОФА, 2007.
3. Игры-занятия с водой и песком: Стол ванна для игр с водой и песком и набор аквапескотерапии /Под ред. Л.Б. Баряевой. - СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2008.
4. Коррекционная работа с детьми в обогащенной предметно-развивающей среде / Под ред. Л.Б. Баряевой, Е.В. Мусатовой. - СПб.: КАРО, 2006.

Цели и задачи по предмету

Цели: профилактика заболеваний сердечно-сосудистой, дыхательной системы и опорно-двигательного аппарата.

Задачи: освоение двигательных навыков и умений, необходимых для нормальной жизнедеятельности; формирование системы элементарных знаний о здоровом образе жизни, формирование правильной осанки, укрепление и сохранение гибкости позвоночника, предотвращение его деформации, укрепление и развитие мышечной системы, нормализация работы опорно-двигательного аппарата, постанова и выработка правильного дыхания при выполнении физических упражнений.

Воспитательные задачи – формирование физических и морально-волевых качеств личности, воспитание в детях чувства внутренней свободы, уверенности в себе, своих силах и возможностях своего тела.

Планируемые результаты освоения учебного предмета.

Личностные результаты

- развитие эстетических чувств;
- развитие навыков сотрудничества;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

- формировании е установки за безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- 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 меж предметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений **о** значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умением организовывать здоровье сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость, координация движений, гибкость).

Ученик научиться:

выполнять упражнения для профилактики нарушений осанки,; выполнять упражнения дыхательной гимнастики, психорегуляции; составлять при помощи взрослых индивидуальные комплексы упражнений для самостоятельных занятий физической культурой варьировать предложенные комплексы упражнений для утренней гигиенической гимнастики, физкультминуток.

Ученик получит возможность: организовывать и соблюдать правильный режим дня; подсчитывать частоту сердечных сокращений и дыхательных движений для контроля состояния организма во время занятий физическими упражнениями;

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

-исправлении недостатков физического и психического развития посредством коррекционных и специальных упражнений.

-коррекцию и компенсацию недостатков физического развития (осанка, плоскостопие, отставание в массе тела, росте);

-пространстве, точности движений, равновесия);

-устранение недостатков в развитии двигательных качеств(силы, ловкости, быстроты, выносливости, гибкости).

Содержание программы

Содержание программного материала занятий состоит из базовых и большого количества подготовительных, подводящих и коррекционных упражнений:

- упражнения для развития мелкой моторики рук;
- упражнения для формирования правильной осанки;

- комплекс упражнений для профилактики плоскостопия;
- упражнения для развития координации;
- упражнения для поддержания мышечного тонуса.

Занятия АФК направлены:

- на коррекцию наиболее распространенных дефектов (нарушение осанки, походки, слабость мышц брюшного пресса, туловища, конечностей);
- на развитие координационных способностей учеников, их уровень тренированности, способов выполнения упражнений (активно, с помощью, пассивно);
- на коррекцию и компенсацию недостатков физического развития (нарушения осанки, плоскостопие, отставание в росте, в массе тела и т.д.);
- на коррекцию нарушений в движениях (нарушение координации, ориентировки в пространстве, точность в движении, равновесия и т.д.);
- на устранение недостатков в развитии двигательных и иных качеств (силы, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости, прыгучести и т.д.);
- на формирование здорового образа жизни и дальнейшей социализации.

Модуль «Школьный урок»

Реализация школьными педагогами воспитательного потенциала урока предполагает следующее:

- установление доверительных отношений между учителем и его учеником, способствующих позитивному восприятию учащейся требований и просьб учителя, привлечению её внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации её познавательной деятельности;
- побуждение обучающейся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- привлечение внимания обучающейся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией;
– инициирование обсуждения, высказывания учащейся своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;
- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию обучающейся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения;
- применение на уроке интерактивных форм работы: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию;
- включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающейся к получению знаний, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока

Тематический план

№ п/п	Раздел	Кол-во часов	
		Ауд.	Сам.
1	Пальчиковые игры.	4	16
2	Простейшие упражнения для осанки.	8	18
3	Спортивные коррекционно – развивающие упражнения.	5	17
	Итого:	17	51