

**муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 3 города
Каменск-Шахтинский**

ПРИНЯТО

решением МО кафедры
учителей гуманитарного,
художественно-
эстетического и
оздоровительного цикла

Протокол от 29.08.2025 г.
№ 2

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР
 Яценко Н.А.
29.08.2025 г.

АДАПТИВНАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета

«Физическая культура»

для обучающегося 9Б класса

Составители:
учитель физической культуры
Басакина Анастасия Евгеньевна

г. Каменск - Шахтинский

**Индивидуальная программа развития ребенка-инвалида,
Ученицы 9б класса
Пояснительная записка**

Дети – инвалиды традиционно одна из наиболее уязвимых категорий детей.

Получение детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми – инвалидами образования является их неотъемлемым законодательно закреплённым правом и основополагающим условием успешной социализации. Обеспечения полноценного участия в жизни общества, эффективной самореализации в доступных видах социальной деятельности, согласно Закону РФ «Об образовании» эти дети обладают дополнительными образовательными правами, на особые педагогические подходы и специальные образовательные условия, закреплёнными в ст.2,5,16, 29,31.

Обеспечение реализации прав детей с ОВЗ и детей – инвалидов на образование является одной из важнейших задач нашей школы.

Роль системы образования для этой категории людей как наиболее продуктивный путь к социализации в обществе существенно возрастает для каждого из детей – инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья. Образование решает задачи развития личности детей этой социальной группы, их реабилитации в условиях организованной общественной поддержки на пути к истинной интеграции.

Получение детьми данной категории полноценного образования способствует их социальной защищенности на всех этапах социализации, повышению социального статуса, становлению гражданственности и способности активного участия в общественной жизни и трудовой деятельности. Полноценное образование для детей (инвалидов) означает, что им создаются условия для вариативного вхождения в те или иные социальные роли, расширения рамок свободы выбора при определении своего жизненного пути.

В современных условиях учащиеся должны обладать не только высоким уровнем подготовки, но и набором определенных личностных качеств:

активностью,
самостоятельностью,
креативностью,
уверенностью в себе,
коммуникабельностью,
способностью быстро и успешно адаптироваться к новым условиям.

В период подросткового возраста происходит физическое и психическое развитие ребенка, формирование его личности, социализация и

интеграция в общество. Обучение, воспитание и образование являются основными путями её развития, реабилитации, социализации и интеграции в общество и обуславливают специфику формирования и реализации индивидуальной программы развития (ИПР). Индивидуальная программа развития направлена на развитие индивидуальных возможностей ребенка для получения полноценного образования, достижения максимальной адаптации, социальной реабилитации.

Цель программы: Формирование благоприятных условий для социализации детей – инвалидов и обеспечение прав детей на доступное и качественное образование. Психологическая поддержка ребенка и его семьи, воспитывающей ребенка (инвалида).

Задачи программы:

- Обеспечение максимально полного охвата детей - инвалидов качественным и доступным образованием в соответствии с их психофизическими возможностями в различных вариативных условиях: интегрированное, инклюзивное, дистанционное, надомное.
- Формирование и дальнейшее развитие оказания социально – психолого – педагогической помощи родителям и детям из данной категории семей в реальных условиях их проживания;
- Формирование активной педагогической позиции родителей;
- Активное привлечение к включению в учебный процесс, во внеурочную досуговую занятость детей;
- Привлечение внимания общественности к проблемам семей с детьми – инвалидами;
- Формирование толерантного отношения в школе к детям – инвалидам;
- Предупреждать родителей от наиболее распространенных ошибок в воспитании детей;
- Повышение правовой, психолого – педагогической грамотности родителей детей – инвалидов;
- Расширение возможностей детей – инвалидов, обучающихся в школе, для самореализации и социализации детей;
- Оказание помощи педагогам в развитии навыков формирования психологического комфорта при взаимодействии с родителями, воспитывающих ребёнка – инвалида;
- Повышение качества социальных услуг, предоставляемых семьям «группы риска»

Данная программа разработана с целью комплексного развития ребенка (инвалида) и комплексной помощи её родителям.

Предполагаемый результат:

- Совершенствование обучение детей – инвалидов.

- Создание условий для интеграции детей данной категории в общество.
- Повышение авторитета родителей и их роли в воспитании, образовании детей.
- Умение замечать и принимать индивидуальные проявления ребенка, семьи данной категории.
- Накопление педагогического опыта в работе с семьями, имеющими детей – инвалидов.
- Оказание консультационной помощи.
- Увеличение доли числа детей – инвалидов, вовлечённых в досуговую деятельность в системе дополнительного образования
- Увеличение результативности участия детей – инвалидов, обучающихся в школе, в различных проектах по самореализации и социализации детей.

По итогам работы Программы провести анкетирование и выяснить какую бы ещё форму работы с семьёй, с детьми данной категории могли бы предложить сами родители, дети и оценить на сколько необходима помощь социально – психолого - педагогической направленности семьям, детям и на сколько она важна для них и полезна.

2.5.5.2. Особенности реализации программы:

Обучение ребенка затруднено в связи с быстрой утомляемостью и пониженной работоспособностью. Родителям оказывается помощь в выполнении домашних заданий.

Обучение направлено на усвоение социального опыта с учетом недостатков психического и физического развития ребенка.

Особое внимание уделено психологической реабилитации ребенка-инвалида. Акцент в значительной степени смещен на семейную психологическую реабилитацию т. К. семья является ближайшим окружением ребенка, ее заинтересованность, отношение к ребенку, включенность в реабилитационный процесс определяют эффективность реабилитации. Поэтому индивидуальная программа развития направлена не только на ребенка-инвалида, но и на его семью, на ее информирование, обучение реабилитационным мероприятиям, коррекцию семейных взаимоотношений.

Родители – основные участники реабилитации. Задача родителей – помочь ребенку в сложных условиях болезни раскрыть весь заложенный в него природой потенциал развития, сформировать компенсаторные возможности, помочь в приготовлении домашних заданий ,подготовке к экзаменам в процессе школьного обучения и в перспективе к максимальной интеграции в обществе. Решение возложенных на родителей задач невозможно без специальных знаний об особенностях развития детей, специфике их воспитания и обучения, методах коррекционной работы. Консультацию об особенностях развития ребенка и помощь в проведении реабилитационных мероприятий, воспитании и обучении получают у

учителя, школьного психолога, ведущих ребенка, в соответствии с рекомендациями ИПР.

Один раз в четверть необходимо проводить школьный психолого-педагогический консилиум с анализом результатов реализации данной программы.

Участники программы: родители, классный руководитель, педагог-психолог, учителя школы, ученики школы, заместитель директора по УВР, заместитель директора по ВР.

К концу обучения **в 9 классе** обучающийся научится:

проводить анализ причин зарождения современного олимпийского движения, давать характеристику основным этапам его развития в СССР и современной России;

объяснять положительное влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание личностных качеств современных обучающихся, приводить примеры из собственной жизни;

объяснять понятие «техника физических упражнений», руководствоваться правилами технической подготовки при самостоятельном обучении новым физическим упражнениям, проводить процедуры оценивания техники их выполнения;

составлять планы самостоятельных занятий физической и технической подготовкой, распределять их в недельном и месячном циклах учебного года, оценивать их оздоровительный эффект с помощью «индекса Кетле» и «ортостатической пробы» (по образцу);

изучить теорию лазанье по канату в два приёма (юноши) и простейшие акробатические пирамиды в парах и тройках (девушки);

составлять комплекс степ-аэробики, включающий упражнения в ходьбе, прыжках, спрыгивании и запрыгивании с поворотами, разведением рук и ног (девушки);

изучать методику и подводящие упражнения стойку на голове с опорой на руки и включать её в акробатическую комбинацию из ранее освоенных упражнений (юноши);

изучать теорию беговые упражнения с преодолением препятствий способами «наступление» и «прыжковый бег»;

изучать теорию метание малого мяча на точность в неподвижную, качающуюся и катящуюся с разной скоростью мишень;

тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей;

наблюдать и использовать технические действия спортивных игр:

баскетбол (передача и ловля мяча после отскока от пола, броски мяча двумя руками снизу и от груди в движении, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности), (теория);

волейбол (передача мяча за голову на своей площадке и через сетку, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности), (теория);

футбол (средние и длинные передачи футбольного мяча, тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности), (теория).

План поэтапной реабилитации.

Наименование этапа	Цель этапа	Ответственные	Сроки исполнения	Форма отчетности
Социальное обследование семьи, установление проблемы	Сбор необходимых сведений о семье и ребенке	Классный руководитель	сентябрь	Карта социального обследования семьи
Разработка индивидуального плана реабилитации (ИПР)	Координация реабилитационных мероприятий	Специалисты согласно ИПР	сентябрь	Записи в журналах регистрации реабилитационных мероприятий
Корректировка ИПР	Пересмотр ИПР с учетом изменения возраста, здоровья,	Команда специалистов и родителей	В течение учебного года	ИПР (новый вариант)

	семейной ситуации			

Индивидуальная программа реабилитации:

Компоненты реабилитационного воздействия	Задачи	Формы	Ответственный
Социальная реабилитация	Обеспечить социальное, эмоциональное, интеллектуальное и физическое развития ребенка, и попытаться максимально раскрыть его потенциал для обучения.	1. Интеграция в совместную деятельность детей с ограниченными возможностями, и детей, не имеющих проблем со здоровьем.	Классный руководитель
Психолого-педагогическая реабилитация	Обследование актуального уровня психического и речевого развития, определение зоны ближайшего развития. Внимание: устойчивость, переключаемость с одного вида деятельности на другой, объем, работоспособность. Мышление: визуальное (линейное, структурное); понятийное (интуитивное, логическое); абстрактное, речевое, образное. Память: зрительная, слуховая, моторная, смешанная. Быстрота и прочность запоминания; индивидуальные особенности; моторика;	А) психологическая поддержка и психологическое консультирование ребенка и взрослых членов семьи. Ознакомление их с основами психологических знаний, спецификой воспитания ребенка-инвалида (индивидуальные беседы, лекционная форма работы в режиме of-line консультации с помощью	Педагог-психолог

	речь. Своевременно оказывать психологическую помощь и поддержку ребенку и родителям информировать, обучать реабилитационным мероприятиям, корректировать семейные взаимоотношения.	электронной почты); б) решение семейных психологических проблем с участием, как взрослых членов семьи, так и ребенка-инвалида. Обучение рациональным способам самостоятельного решения внутрисемейных проблем.	
Образовательная реабилитация	формировать основы целостной эстетической культуры через развитие его способностей и задатков; 2) формировать умение учиться: организованность, выполнение требований педагогов, самостоятельная работа, самоконтроль; 3) формировать мотивы учебной деятельности: прилежание, отношение к отметке, похвале или порицанию учителя, воспитателя. 4) развивать наблюдательность у ребенка, способность живо откликаться на события окружающей действительности;	1. Обучение учащегося с учетом его возможностей (согласно учебному плану) 2. Психолого-педагогическая коррекция (согласно учебному плану) 3. Кружки, секции (согласно учебному плану)	учитель педагог-психолог. Учитель

	5) вырабатывать осознанное отношения к учебе и к труду, нравственное, интеллектуальное и физическое развитие личности;		
Творческая реабилитация, формирование и становление ребенка как творческой личности.	Постигать механизмы творческого процесса. Преодолевать одиночество. Помочь развитию чувства ощущения равенства с окружающим миром. Воспитывать социальный оптимизм в масштабах всей будущей жизни.	Посещение концертов, праздников, внеклассных мероприятий, литературных праздников в школе, привлечение к участию в различных муниципальных, международных конкурсах и олимпиадах для оптимизации самочувствия ребёнка, отвлечению от сосредоточенности на заболевании, пробуждению интереса к самостоятельному чтению книг как к одному из способов познания мира. Организация и проведение свободного времени, полноценное участие в	Классный руководитель Учитель, родители

		общественной и культурной жизни. Включение в процесс реабилитации и адаптации не только ребенка, но и членов его ближайшего окружения.	
--	--	---	--

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

- Физическая культура: 8-9-е классы: учебник, 8-9 классы/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура: 6-7-е классы: учебник, 6-7 классы/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура: 5-й класс: учебник / Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура, 5-9 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

Физическая культура, 5-9 класс/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В. и другие, Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство Просвещение»;

Физическая культура, 5-9 класс/Гурьев С.В.; под редакцией Виленского М.Я., ООО «Русское слово-учебник»;

Физическая культура. 5-9 класс/Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и другие; под редакцией Виленского М.Я., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

www.edu.ru

www.school.edu.ru

<https://uchi.ru>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 668457944626561634972740990882929036601482128234

Владелец Золотова Ирина Александровна

Действителен с 18.02.2025 по 18.02.2026