

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

**Государственное автономное учреждение
дополнительного профессионального образования
Ростовской области «Институт развития образования»**

**ЦЕНТР ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ КАДРОВ
КАФЕДРА СОЦИАЛЬНЫХ КОММУНИКАЦИЙ И ТЕХНОЛОГИЙ**

УТВЕРЖДАЮ

Ректор _____ А.Б. Котова

« 19 » июня 2026 года

**Дополнительная профессиональная программа
повышения квалификации**

«АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ШКОЛЕ»

Рассмотрена и утверждена на заседании ученого совета
Протокол от 19 июня 2026 года № 7

Рассмотрена на заседании кафедры
Протокол от 11 июня 2026 года № 11

Разработчик программы

Чернов Илья Владимирович,
доцент кафедры социальных коммуникаций и технологий
ГАУ ДПО РО ИРО, кандидат философских наук, доцент

Ростов-на-Дону, 2026

Внутренний эксперт

Кириленко Ирина Николаевна,
заведующий кафедрой педагогики и психологии
ГАУ ДПО РО ИРО, кандидат психогических наук, доцент

Внешний эксперт

Мануйленко Элеонора Владимировна,
заведующий кафедрой физического воспитания, спорта и туризма
ФГБОУ ВО «Ростовский
государственный экономический университет (РИНХ)»,
кандидат педагогических наук, доцент

1. Общая характеристика программы

1.1. Введение

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» предписывает создание специальных условий для обучения детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Госпрограмма «Доступная среда» конкретизирует статью закона в части обеспечения доступности объектов и услуг для маломобильных групп населения.

С 2022 года на основании приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 12 августа 2022 года № 732 в федеральные государственные образовательные стандарты (ФГОС) на всех уровнях общего образования предмет «Физическая культура» для детей с ОВЗ заменён на «Адаптивную физическую культуру», а также включён во внеурочную деятельность в рамках программы коррекционной работы.

В соответствии с Федеральным законом от 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Приказом Минспорта России от 21.11.2022 № 1080 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по адаптивному спорту» актуализированы требования к физкультурно-спортивной работе с лицами с ОВЗ.

Повышение эффективности педагогической деятельности в сфере адаптивной физической культуры представляет собой сложный и многогранный процесс, направленный на развитие профессиональных компетенций учителя физической культуры, позволяющих эффективно реализовывать образовательные задачи в условиях современной образовательной системы.

Данный процесс включает в себя ряд ключевых аспектов, требующих детального рассмотрения:

- освоение и совершенствование педагогических технологий, связанное с реализацией личностно-ориентированных подходов в образовательном процессе на уроках адаптивной физической культуры;
- применение дифференцированного и индивидуального подходов на уроках адаптивной физической культуры, включение обучающихся в проектную и исследовательскую деятельность;
- применение информационно-коммуникационных технологий и интерактивных методов обучения на уроках адаптивной физической культуры, что позволяет формировать у обучающихся критическое мышление, развивать творческий потенциал и коммуникативные компетенции;
- освоение современных знаний в области теории физического воспитания, знаний о медико-биологических основах двигательной деятельности, а также знаний о культурно-исторических аспектах адаптивной физической культуры и её роли в системе комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с ОВЗ;
- изучение нормативно-правовой базы, регламентирующей организацию и содержание адаптивного физического воспитания в образовательной организации, включая вопросы разработки адаптированных основных общеобразовательных программ (АООП) и индивидуальных учебных планов для обучающихся с ОВЗ.

Актуальность дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Адаптивная физическая культура в школе» также обусловлена процессами трансформации российского образования, направленными на обеспечение равных образовательных возможностей для всех категорий обучающихся, внедрение

инклюзивных практик в общеобразовательных организациях и реализацию государственной политики в сфере защиты прав детей-инвалидов и детей с ОВЗ.

Согласно данным Министерства просвещения РФ, численность обучающихся с ОВЗ в российских школах ежегодно увеличивается, что требует системной подготовки педагогических кадров к работе с данной категорией детей.

Практическая значимость данной программы заключается в целенаправленном развитии профессиональных компетенций учителя физической культуры, позволяющих повысить эффективность работы в образовательной организации:

- планировать и осуществлять учебный процесс по адаптивной физической культуре в соответствии с требованиями ФГОС и ФАОП;
- применять современные образовательные технологии в учебно-воспитательном процессе с учётом особых образовательных потребностей обучающихся;
- обучать школьников способам наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности;
- осуществлять диагностико-аналитическую деятельность, в том числе с применением цифровых технологий, для оценки динамики развития обучающихся с ОВЗ;
- разрабатывать и реализовывать коррекционно-развивающие программы средствами адаптивной физической культуры во взаимодействии с психолого-педагогическим консилиумом образовательной организации.

Повышение уровня профессиональных компетенций учителя физической культуры направлено на интеграцию новых методологических подходов (системно-деятельностного и личностно-ориентированного) в преподавательскую деятельность, что соответствует требованиям федеральных государственных образовательных стандартов и способствует успешной социализации, реабилитации и повышению качества жизни обучающихся с ограниченными возможностями здоровья средствами адаптивной физической культуры.

1.2. Цели реализации программы

Цель: совершенствование профессиональных компетенций педагогов в области адаптивной физической культуры в условиях реализации ФГОС общего образования.

1.3. Планируемые результаты обучения

Трудовая функция	Трудовое действие	Знать	Уметь
Общепедагогическая функция. Обучение. «Педагог» (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования), (воспитатель, учитель)	Осуществление профессиональной деятельности в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования	- Требования ФГОС и ФАОП к организации образовательного процесса по адаптивной физической культуре. - Особенности разработки адаптированных основных общеобразовательных программ (АООП) для обучающихся с ОВЗ. - Нормативно-правовые основы организации занятий по АФК (ФЗ №273, ФЗ №329, Приказы Минпросвещения)	Определять ключевые положения методологических, концептуальных и нормативно-правовых основ современного образования (в т.ч. по физической культуре), а также содержания и требований ФГОС

Общепедагогическая функция. Обучение. «Педагог» (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования), (воспитатель, учитель)	Разработка и реализация рабочих программ по физической культуре на основе ФРП соответствующего уровня образования	Структуру и содержание федеральных рабочих программ по физической культуре. - Принципы адаптации программного материала для обучающихся с различными нозологическими группами. - Методику планирования коррекционно-развивающей работы на уроках АФК	Отбирать содержание образования, разрабатывать учебные и внеурочные занятия с применением методов и технологий обучения и воспитания на основе системно-деятельностного, развивающего подходов
Общепедагогическая функция. Обучение. «Педагог» (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования), (воспитатель, учитель)	Организация, осуществление контроля и оценки учебных достижений, текущих и итоговых результатов освоения основной образовательной программы обучающимися	Основы педагогической диагностики, её формы и методы; особенности деятельностного характера контрольных заданий	Разрабатывать контрольно-измерительные материалы (задания) для оценки уровня достижений планируемых результатов (метапредметных и предметных)

1.4. Категория обучающихся: учителя физической культуры общеобразовательных учреждений, имеющие или получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование.

1.5. Срок освоения программы: 36 часов.

1.6. Форма обучения: очная, с применением дистанционных образовательных технологий.

2. Содержание программы

2.1. Учебный план

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

«АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ШКОЛЕ»

Цель: совершенствование профессиональных компетенций педагогов в области адаптивной физической культуры в условиях реализации ФГОС общего образования.

Категория слушателей: учителя физической культуры общеобразовательных учреждений, имеющие или получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование.

Объем программы: 36 часа.

Срок обучения: 1 неделя.

Режим занятий: 6–8 часов.

№ п/п		Наименование дисциплин (модулей)	Трудоёмкость в часах				Форма контроля
			Всего	В том числе			
				лекционные	практические	самостоятельная работа	
Входная диагностика			1			1	Тест
Инвариантная часть			22	10	12		
1	Модуль 1. Нормативно-правовое регулирование адаптивной физической культуры		4	2	2		
2	Модуль 2. Психолого-педагогические и медико-биологические основы АФК		4	2	2		
3	Модуль 3. Содержание и технологии адаптивного физического воспитания		12	6	6		
4	Модуль 4. Мониторинговые исследования в деятельности учителя АФК		2		2		
Вариативная часть			7	2	2	3	
Итого:			30	12	14	4	
Итоговая аттестация			6		6		Защита методической разработки
Всего:			36	12	20	4	

2.2. Учебно-тематический план

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

«АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ШКОЛЕ»

Цель: совершенствование профессиональных компетенций педагогов в области адаптивной физической культуры в условиях реализации ФГОС общего образования.

Категория слушателей: учителя физической культуры общеобразовательных учреждений, имеющие или получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование.

Объем программы: 36 часа.

Срок обучения: 1 неделя.

Форма обучения: очная, с применением дистанционных образовательных технологий.

№ п/п	Наименование дисциплин (модулей)	Трудоёмкость в часах				Форма контроля
		Всего	В том числе			
			лекционные	практические	самостоятельная работа	
1	2	3	4	5	6	7
	Входная диагностика	1			1	Тест
	Инвариантная часть	22	10	12		
1	Модуль 1. Нормативно-правовое регулирование адаптивной физической культуры	4	2	2		
1.1.	Нормативно-правовые основы деятельности педагога по АФК	2	2			
1.2.	Профессиональные стандарты и требования к организации занятий АФК в школе	2		2		
2	Модуль 2. Психолого-педагогические и медико-биологические основы АФК	4	2	2		
2.1.	Особенности психофизического развития обучающихся с ОВЗ	2		2		
2.2.	Медицинские группы здоровья и распределение физической нагрузки	2	2			
3	Модуль 3. Содержание и технологии адаптивного физического воспитания	12	6	6		
3.1.	Методика преподавания АФК обучающимся с нарушениями ОДА и ДЦП	4	2	2		
3.2.	Методика преподавания АФК обучающимся с нарушениями психического и интеллектуального развития	4	2	2		
3.3.	Методика преподавания АФК обучающимся с нарушениями зрения	4	2	2		

1	2	3	4	5	6	7
4	Модуль 4. Мониторинговые исследования в деятельности учителя АФК	2		2		
4.1.	Диагностика и контроль физической подготовки обучающихся с ОВЗ	2		2		
Вариативная часть		7	2	2	3	
1	Современные технологии физической реабилитации в работе с лицами с ОВЗ					
2	Инклюзивный подход в физическом воспитании					
Итого:		30	12	14	4	
Итоговая аттестация		6		6		Защита методической разработки
Всего:		36	12	20	4	

2.3. Календарный учебный график

№ п/п	Наименование ДПП	Категория слушателей	Форма обучения (очная, очно-заочная, заочная)	Объём программы (часы)	Трудоёмкость (часы)	Общая продолжительность программы (месяцы, недели, дни)
1	Адаптивная физическая культура в школе	Учителя физической культуры общеобразовательных учреждений, имеющие или получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование	Очная, с применением дистанционных образовательных технологий	36	36	1 неделя

2.4. Рабочая программа

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

«АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ШКОЛЕ»

Инвариантная часть

Модуль 1. Нормативно-правовое регулирование адаптивной физической культуры

Тема 1.1. Нормативно-правовые основы деятельности педагога по АФК (лекция – 2 ч.)

Лекция. Обзор нормативно-правовой базы, которая регулирует работу педагога по адаптивной физической культуре (АФК) в школе.

1. Федеральные законы, задающие общие правовые рамки:

- «Об образовании в РФ» (условия обучения (включая АФК), рекомендации ПМПК, для детей-инвалидов – ИПРА). «Специальные условия»: адаптированные программы, особые методы, спецсредства, услуги ассистента, доступ в здания.

- «О физической культуре и спорте в РФ» (для обучающихся с ОВЗ в школах организуются занятия с использованием средств АФК с учётом их индивидуальных способностей и состояния здоровья).

- «О социальной защите инвалидов в РФ» (влияние ИПРА на планирование занятий АФК. ФГОС и федеральные адаптированные программы).

2. ФГОС и федеральные адаптированные программы (ФАОП):

- ФГОС для обучающихся с ОВЗ задают требования к адаптированным основным общеобразовательным программам (АООП), куда входит модуль по АФК.

- Федеральные адаптированные образовательные программы (ФАОП) как база, на основе которой школа разрабатывает свою АООП.

- Примерные рабочие программы по АФК для разных нозологий (для глухих, слабослышащих, слепых, с НОДА, ЗПР, РАС и др.).

4. Подзаконные акты и методические документы:

- СанПиН (требования к безопасности).

- Приказ Минспорта России от 03.08.2022 № 635 (особенности организации образовательной деятельности для обучающихся с ОВЗ по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта).

- Письма и разъяснения Минпросвещения (единообразное толкование сложных норм в практической деятельности).

5. Локальные акты общеобразовательной организации:

- локальные акты школы:

- адаптированная основная общеобразовательная программа (АООП);

- рабочая программа по АФК;

- положения об организации учебного процесса для детей с ОВЗ.

Тема 1.2. Профессиональные стандарты и требования к организации занятий АФК в школе (практическое занятие – 2 ч.)

Практическое занятие:

1. Анализ требований профессиональных стандартов «Педагог» (учитель физической культуры) (применительно к предмету АФК) и «Тренер-преподаватель по АФК» (применительно к школе).
2. Обсуждение основных положений (дискуссия).
3. Практическое задание (отработка навыка):
 - разработка локального акта об использовании технических средств при работе с детьми с ОВЗ;
 - групповая защита локального акта.

Модуль 2. Психолого-педагогические и медико-биологические основы АФК

Тема 2.1. Особенности психофизического развития обучающихся с ОВЗ (практическое занятие – 2 ч.)

Практическое занятие:

1. Актуализация знаний (работа с таблицей нозологических групп):
 - ряд общих и специфических закономерностей психофизического развития детей с ОВЗ;
 - выделение ключевых характеристик по каждому нарушению в трёх плоскостях (физической, сенсорной, эмоционально-волевой).
2. Работа по адаптации упражнений к обучающимся с ОВЗ.
Фиксация в таблице: «Исходное упражнение → Изменения → Почему это важно для данной нозологии».
3. Разбор кейсов «Диагноз – не приговор, а стартовая точка», дискуссия:
 - сильные стороны и зоны риска для занятий АФК;
 - один и тот же диагноз может по-разному проявляться у разных детей (важность индивидуального подхода).

Тема 2.2. Медицинские группы здоровья и распределение физической нагрузки (лекция – 2 ч.)

Лекция. Нормативно-правовая база определения медицинских групп.

Классификация медицинских групп, критерии отнесения и распределения по группам, а также учёт стадии заболевания.

Нагрузка по группам (принципы распределения физической нагрузки по группам).

Особенности организации занятий в специальной медицинской группе (СМГ).

Дифференциация и адаптация упражнений. Подбор средств АФК с учётом нозологии.

Медицинский и педагогический контроль.

Взаимодействие специалистов. Роль школьного врача, учителя АФК, классного руководителя и родителей.

Практические кейсы и типичные ошибки.

Модуль 3. Содержание и технологии адаптивного физического воспитания

Тема 3.1. Методика преподавания АФК обучающимся с нарушениями ОДА и ДЦП (лекция – 2 ч., практическое занятие – 2 ч.)

Лекция

Особенности контингента и дифференцированный подход:

- группы по тяжести нарушений;
- учет нозологии.

Коррекционно-развивающие задачи занятия.

Основные методические принципы: систематичность, строгая индивидуализация (на основе ПМПК и медицинских рекомендаций), постепенное увеличение нагрузки, непрерывность процесса; создание мотивации, поощрение, учет быстрого утомления.

Структура мотивационно-подготовительного этапа занятий с детьми с нарушениями ОДА и ДЦП:

- последовательность освоения движений: строгое следование этапам моторного онтогенеза (удержание головы → повороты → ползание → сидение → вставание → ходьба);

- дыхательная гимнастика, упражнения на расслабление спастичных мышц, корригирующие упражнения (формирование осанки, свода стоп), упражнения на равновесие и координацию;

- работа с суставами и конечностями: пассивные и активно-пассивные движения.

Специфика применения средств и методов:

- особенности применения игровых технологий;
- особенности использования инвентаря и технических средства реабилитации;
- вербализация всех действий педагога и обучающихся, речевое сопровождение действий.

Мониторинг эффективности занятия.

Практическое занятие

Работа с таблицей дифференциации:

- знакомство с таблицей содержания программы для вариантов АООП НОДА (тяжёлая, средняя, лёгкая);

- заполнение сводной таблицы по трём степеням тяжести ОВЗ (исходные положения, дозировка, характер помощи).

Таблица 1

Степень нарушения	Исходное положение	Дозировка	Характер помощи
Тяжёлая			
Средняя			
Лёгкая			

Тема 3.2. Методика преподавания АФК обучающимся с нарушениями психического и интеллектуального развития (лекция – 2 ч., практическое занятие – 2 ч.)

Лекция

Характеристика нарушений:

- задержка психического развития (ЗПР);
- расстройства аутистического спектра (РАС);
- умственная отсталость (УО).

Основные принципы методики работы с детьми с нарушениями психического и интеллектуального развития: индивидуализация, мотивация и поощрение, наглядность и простота инструкций, эмоциональная вовлечённость.

Коррекционно-развивающие задачи на занятиях АФК:

- развитие двигательной сферы;
- сенсорное развитие;
- развитие коммуникативных навыков.
- развитие эмоционально-волевой сферы.

Организация занятий: формы работы, структура занятия, взаимодействие с семьёй.

Особенности подбора упражнений для детей с ЗПР, детей с РАС, детей с УО.

Практическое занятие. Круглый стол «Индивидуальный подход к детям с психическими и интеллектуальными нарушениями на занятиях АФК».

В ходе круглого стола будут обсуждаться профессиональные кейсы, анализироваться поведенческие и моторные особенности детей с ЗПР, РАС и умственной отсталостью, а также разрабатываться индивидуальные алгоритмы вовлечения в занятия.

Тема 3.3. Методика преподавания АФК обучающимся с нарушениями зрения (лекция – 2 ч., практическое занятие – 2 ч.)

Лекция. Анализ особенностей физического развития незрячих и слабовидящих детей.

Особенности работы с детьми с нарушениями зрения (незрячие, слабовидящие, сочетанная патология).

Вторичные отклонения и особенности восприятия.

Задачи и принципы методики АФК.

Методы, средства и направления развития.

Организация и структура занятий.

Практическое занятие. Разработка технологической карты учебного занятия для детей с нарушениями зрения (с включением комплекса зрительных тренингов).

Модуль 4. Мониторинговые исследования в деятельности учителя АФК

4.1. Диагностика и контроль физической подготовленности обучающихся с ОВЗ (практическое занятие – 2 ч.)

Практическое занятие: Разработка контрольных тестов для текущего, тематического, комплексного и итогового контроля. Оценка качества освоения обучающимися содержания программы обучения по адаптивной физической культуре.

Вариативная часть

Тема 1. Современные технологии физической реабилитации в работе с лицами с ОВЗ

Лекция. Коррекция двигательных нарушений и социальная адаптация лиц с ОВЗ. Индивидуализация программ с учётом нозологии, функциональных возможностей и медицинских противопоказаний. Базовые реабилитационные технологии, адаптивная физическая культура (АФК) и лечебная физическая культура (ЛФК). Сенсорная интеграция (тактильные дорожки, балансиры, мячи) для развития координации и проприоцепции (мышечного чувства). Игровые и сюжетно-ролевые тех-

нологии. Использование технических средств, адаптированного инвентаря, тренажёров с минимальной нагрузкой, звуковых/тактильных ориентиров. Взаимодействие учителя физической культуры, дефектолога, логопеда, медработника. Мониторинг эффективности через контрольные тесты, дневники самоконтроля, видеоанализ движений.

Практическое занятие. Разработка методических материалов для проведения занятия по выбранной теме по адаптивной физической культуре с обучающимися, имеющими определённую категорию заболевания.

Тема 2. Инклюзивный подход в физическом воспитании

Практическое занятие:

1. Анализ потенциальных возможностей применения инклюзивного подхода в физическом воспитании детей с ОВЗ. Адаптация содержания занятия под конкретного ребёнка.

2. Моделирование функциональных зон в спортивных залах для занятий с детьми с ОВЗ.

3. Организация взаимодействия детей с ОВЗ с одноклассниками.

4. На основе анализа заполнить таблицу 2 «Сравнение традиционного и инклюзивного подходов».

Таблица 2

Аспект сравнения	Традиционный подход	Инклюзивный подход
Цель		
Ценностная ориентация		
Организация занятий		
Оценка		
Роль учителя		

Самостоятельная работа. Разработка инклюзивного занятия. Заполнить таблицу.

Таблица 3

№ п/п	Часть занятия	Общее задание для класса	Адаптация для ребёнка с ОВЗ (указать нозологию)	Необходимые условия (инвентарь помощь)
1				
2				
3				

3. Формы аттестации и оценочные материалы

3.1. Входная диагностика, промежуточная аттестация

3.1.1. Входная диагностика

Форма: тест.

Описание, требования к выполнению: тест состоит из 15 вопросов, каждый верный ответ оценивается в 1 балл. Максимальное количество баллов – 15. Тест позволяет оценить уровень готовности слушателей к предстоящему процессу обучения и выявить имеющиеся профессиональные дефициты. Время для выполнения – 1 час.

Критерии оценивания: тест выполнен успешно, если 66 % заданий решены правильно.

Количество попыток: 3.

Примеры заданий

В каждом задании выбрать один или несколько вариантов правильных ответов.

1. Выберите корректное определение адаптивной физической культуры (АФК) с точки зрения системного подхода:

а) это раздел медицины, занимающийся восстановлением двигательных функций после травм;

б) это вид физической культуры, который использует двигательную деятельность как средство компенсации, коррекции и социализации лиц с ОВЗ, включая педагогический, психологический и социальный аспекты;

в) это упрощённая версия спортивной тренировки для детей-инвалидов.

2. Какой федеральный нормативно-правовой акт в первую очередь регулирует порядок организации образования детей с ОВЗ в общеобразовательной школе?

а) Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;

б) Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ) и ФГОС НОО для обучающихся с ОВЗ;

в) Конвенция ООН о правах инвалидов.

3. Какие категории детей с ОВЗ относятся к группе «со сложными (множественными) нарушениями развития» согласно классификации, принятой в специальной педагогике?

а) Только дети с нарушениями слуха и зрения одновременно;

б) дети, у которых сочетаются два и более первичных нарушения (например, ДЦП + нарушение интеллекта, глухота + аутизм), что требует комплексного коррекционного подхода;

в) дети с хроническими соматическими заболеваниями.

4. Что из перечисленного является обязательным условием для реализации инклюзивного подхода на уроке физической культуры?

а) Наличие в классе отдельного тьютора для каждого ребёнка с ОВЗ;

б) адаптированная образовательная программа (АООП), доступная среда, специальное оборудование и методики, а также взаимодействие с ПМПК;

в) полное отсутствие соревновательных элементов на уроке.

5. Ученик 3-го класса по результатам медосмотра отнесён к специальной медицинской группе «Б» (ЛФК). Ваши действия как учителя физической культуры на общешкольном уроке:

- а) освобождаете ученика от любых нагрузок, он сидит на скамейке;
- б) направляете его на занятия ЛФК в медицинском кабинете или специально организованной группе, а на уроке даёте строго дозированные упражнения из рекомендованного врачом перечня с контролем ЧСС;
- в) оставляете его в основной группе, но снижаете количество повторений.

6. Какой метод оценки физического развития является наиболее информативным при работе с детьми с ОВЗ?

- а) Индекс Кетле (вес/рост);
- б) сравнение динамики индивидуальных показателей с учётом нозологии и возрастных нормативов в конкретных тестах (например, проба Штанге, проба Генчи, тест Брукса, челночный бег с адаптацией);
- в) визуальная шкала оценки внешности.

7. ДЦП – это:

- а) заболевание периферической нервной системы;
- б) не прогрессирующее поражение центральной нервной системы, возникающее во внутриутробном, родовом или раннем постнатальном периоде и проявляющееся двигательными, психическими и речевыми нарушениями;
- в) дегенеративное заболевание мышц.

8. Ребёнку с нарушением зрения (миопия высокой степени) на уроке физкультуры категорически противопоказаны:

- а) упражнения на осанку и равновесие;
- б) кувырки вперёд/назад, стойка на голове, прыжки вниз с высоты, резкие наклоны головы с запрокидыванием;
- в) ходьба на месте и упражнения с мячом.

9. Укажите возрастной интервал, который считается сенситивным для развития координационных способностей у детей:

- а) 1–3 года;
- б) 7–10 лет (младший школьный возраст);
- в) 14–16 лет.

10. При разработке индивидуального маршрута для ребёнка с РАС (расстройство аутистического спектра) на занятии АФК необходимо в первую очередь учитывать:

- а) только физические параметры (силу, выносливость);
- б) сенсорные особенности, ритуализацию поведения, потребность в структурированной среде, визуальной поддержке и постепенном введении нового двигательного опыта;
- в) желание родителей и наличие спортивных достижений.

11. Какая форма контроля на курсах повышения квалификации предназначена для определения корректировки образовательной траектории слушателя?

- а) Итоговая аттестация;
- б) входная диагностика;
- в) промежуточный зачёт.

12. Какие варианты программ предусмотрены для детей с ОВЗ в зависимости от тяжести нарушений, согласно федеральной адаптированной образовательной программе (ФАОП)?

- а) Один универсальный вариант;
- б) несколько вариантов (от 1 до 4), различающихся по объёму, содержанию и результатам освоения, от цензового до индивидуального;
- в) только вариант коррекционно-развивающего обучения.

13. Как называется процесс целенаправленного использования физических упражнений для восстановления временно утраченных или нарушенных функций организма?

- а) Адаптивный спорт;
- б) физическая реабилитация;
- в) лечебная педагогика.

14. В каком документе зафиксированы рекомендованные виды двигательной активности и ограничения для конкретного ребёнка-инвалида?

- а) В классном журнале;
- б) в индивидуальной программе реабилитации и абилитации (ИПРА);
- в) в медицинской карте школы (форма 026/у).

15. Выберите верное утверждение о соотношении понятий «адаптивная физическая культура» и «лечебная физическая культура»:

- а) это полностью идентичные понятия;
- б) АФК шире ЛФК, так как включает не только лечебно-восстановительный аспект, но и социализацию, воспитание, досуг, коррекцию и спорт, тогда как ЛФК – это преимущественно медицинская дисциплина;
- в) ЛФК шире, чем АФК, так как она применяется ко всем пациентам.

3.2. Итоговая аттестация

Форма: защита методической разработки – технологической карты урока или внеурочного занятия по адаптивной физической культуре.

Описание, требования к выполнению: слушатель публично защищает методическую разработку урока или внеурочного занятия, разработанную по форме технологической карты, представляя её содержание в форме электронной презентации. В презентации также публикуется дидактический материал по теме урока или внеурочного занятия (схемы, рисунки, фото, таблицы, диаграммы, видео и др.). Время для защиты на каждого слушателя – до 10 минут.

Критерии оценивания: каждый из семи критериев оценивается баллом от 0 до 2 (0 – критерий не представлен; 1 – критерий представлен частично; 2 – критерий

представлен полностью). Оценка «зачтено» ставится, если набрано 8 баллов, и «не зачтено», если набрано менее 7 баллов. Критерии:

- 1) соблюдена форма технологической карты;
- 2) выдержана последовательность этапов технологии (технология на выбор преподавателя);
- 3) содержание деятельности учителя соответствует заявленной цели и задачам урока (занятия);
- 4) содержание деятельности обучающихся соответствует заявленным планируемым результатам урока (занятия);
- 5) средства, методы физического воспитания, дозировка физической нагрузки соответствует возрасту и полу обучающихся;
- 6) дидактический материал соответствует теме, цели и задачам урока, отвечает принципу наглядности;
- 7) текст написан грамотно, профессиональным языком в тезисном формате.

Количество попыток: 1.

Примеры заданий

Форма технологической карты урока или внеурочного занятия по АФК.

1. Тема урока (занятия).
2. Цель урока (занятия).
3. Задачи урока:
 - Образовательные.
 - Коррекционно-развивающие.
 - Воспитательные.
4. Планируемые результаты:
 - Предметные.
 - Метапредметные.
 - Личностные.
5. Материально-техническое обеспечение.
6. Учебно-методическое и информационное обеспечение.

Этап урока	Время	Деятельность учителя (минимальное количество повторений и др.)	Деятельность обучающихся	Коррекционная направленность (дифференциация по группам)	Форма контроля/диагностики

4. Организационно-педагогические условия реализации программы

4.1. Материально-технические условия

Наличие доступа к информационно-телекоммуникационной сети Интернет.
Наличие у слушателей компьютерного оборудования.

4.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Нормативные документы

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон от 19.12.2023 № 618-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
4. Федеральный закон от 24.11.1995 № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации».
5. Указ Президента РФ от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
6. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года».
7. Приказ Министерства образования и науки России от 17 мая 2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования».
8. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 18 октября 2013 г. № 544н «Об утверждении профессионального стандарта “Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)”».
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования».
10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».
11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022 № 569 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования», утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 года № 286».
12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022 № 568 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 года № 287».
13. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 12.08.2022 № 732 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный

стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413».

14. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования».

15. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 370 «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования».

16. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 371 «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования».

17. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.12.2023 № 1028 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования и среднего общего образования».

18. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22.01.2024 № 31 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных государственных образовательных стандартов начального общего образования и основного общего образования».

19. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 01.02.2024 № 62 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ основного общего образования и среднего общего образования».

20. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 19.02.2024 № 110 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования».

21. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 19.03.2024 № 171 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования».

22. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.10.2024 № 704 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования».

23. Приказ Министерства просвещения РФ от 12.02.2025 № 93 «О внесении изменения в подпункт 18.3.1 пункта 18.3 федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413».

24. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 18 октября 2013 г. № 544н «Об утверждении профессионального стандарта “Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего

общего образования) (воспитатель, учитель)»» (с изменениями и дополнениями от 25 декабря 2014 г., 5 августа 2016 г.).

25. Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»» (с изменениями и дополнениями).

Список литературы

1. **Виленский, М.Я.** Физическая культура: учебник для учащихся 5–7 классов / М. Я. Виленский, И. М. Туревский, Т. Ю. Торочкова. – Москва: Просвещение, 2023. – 255 с. – Текст: непосредственный.

2. **Евсеев, С.П.** Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник / С.П. Евсеев. – 3-е изд. – Москва: Спорт, 2023. – 616 с. – Текст: непосредственный.

3. **Лях, В.И.** Физическая культура: учебник для учащихся 10–11 классов общеобразовательных учреждений / В.И. Лях. – Москва: Просвещение, 2020. – 250 с. – Текст: непосредственный.

4. **Мельников, Ю.А.** Подвижные игры в физическом воспитании: учебно-методическое пособие / Ю.А. Мельников, Н.З. Феофилактов. – Ижевск: Издательский центр «Удмуртский университет», 2021. – 80 с. – Текст: непосредственный.

5. **Рипа, М.Д.** Методы лечебной и адаптивной физической культуры: учебное пособие для среднего профессионального образования / М.Д. Рипа, И.В. Кулькова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2022. – 158 с. – Текст: непосредственный.

6. **Сазонова, С.Л.** Педагогическое целеполагание в сфере физической культуры и спорта / С.Л. Сазонова. – Текст: непосредственный // Теория и практика физической культуры. – 2021. – № 4. – С. 6–8.

7. **Щуркова, Н. Е.** Воспитательный потенциал урока физической культуры / Н.Е. Щуркова. – Текст: непосредственный // Физическая культура в школе. – 2018. – № 7. – С. 7–11.

Интернет-ресурсы

1. Министерство просвещения Российской Федерации: официальный сайт. – URL: <http://edu.gov.ru/>.

2. Консультант Плюс: справочная правовая система: сайт. – URL: <http://www.consultant.ru>.

3. Педагогическая библиотека: сайт. – URL: <https://www.pedlib.ru>.

4. Портал федеральных государственных образовательных стандартов: официальный сайт. – URL: <http://fgos.ru/>.

5. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». – URL: <https://www.gto.ru>.

6. Журнал «Адаптивная физическая культура». – URL: <https://afkonline.ru>.

7. Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания. – URL: <http://фцомофв.рф>.