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.<br>- Особенности разработки адаптированных основных общеобразовательных программ (АООП) для обучающихся с ОВЗ.<br>- 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.<br>- Принципы адаптации программного материала для обучающихся с различными нозологическими группами.<br>- 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:** очно-заочная.

## 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 подготовленности 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 использование 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.