МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №11
Российская Федерация, 350901, город Краснодар, улица Российская,10;
тел./факс (861) 252-50-37, e-mail school11@kubannet.ru

ОТЧЁТ О РЕАЛИЗАЦИИ ПЛАНА РАБОТЫ МИП
по теме

«Модель адаптивной физкультурно-оздоровительной работы с учащимися, имеющими ограничения в занятиях физической культурой»

3 ГОД

г. Краснодар 2020

Здоровье до того перевешивает все остальные блага жизни, что поистине здоровый нищий счастливее больного короля.
А.Шопенгауэр

ЭТАПЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Подготовительный этап:
1 сентября 2017 г. –
31 декабря 2017 г

Организационный этап:
1 января 2018 г. -
31 августа 2018 г.

Практический этап:
1 сентября 2018 г. –
1 сентября 2019г.

Аналитический этап:
1 сентября 2019 г.
– 31 декабря
2019г.

Состояние здоровья современных школьников характеризуется высоким % нарушения опорно-двигательного аппарата и костно-мышечной системы, сочетающихся с сопутствующими отклонениями: нарушением зрения, функциональными изменениями сердечно-сосудистой системы и пр.

Все это требует комплексного подхода к оздоровлению детей, у которых выявлены подобные отклонения, и необходимости разработки специальных адекватных методов в системе физического воспитания.

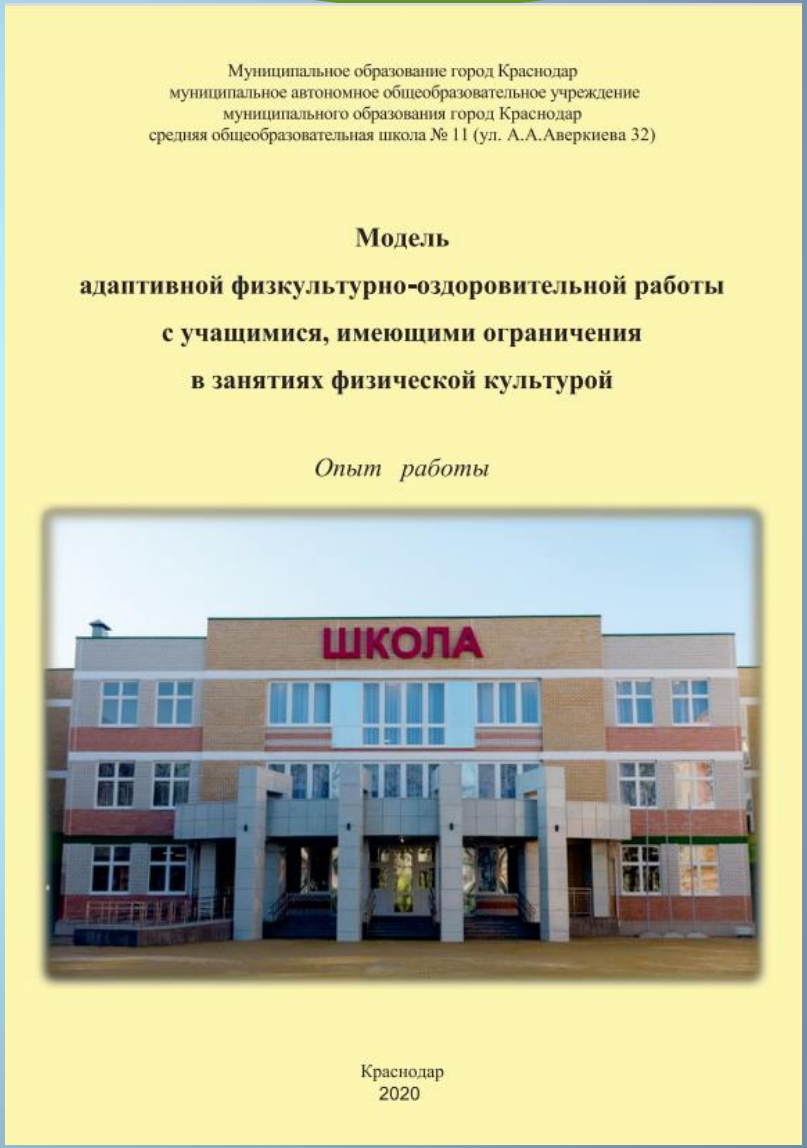
Укрепление здоровья и совершенствование физической подготовленности детей имеет приоритетное значение среди многочисленных проблем детства. В школьном возрасте закладывается фундамент здоровья детей, приобретаются базовые психофизические качества, формируются необходимые представления и умения.

ПРОБЛЕМА АКТУАЛЬНА

ЦЕЛЬ РАБОТЫ

Разработка и апробация индивидуально-ориентированных программ адаптивной физкультурно-оздоровительной работы, обеспечивающей ребенку, имеющему отклонения в состоянии здоровья, гармоничное развитие, сохранение и укрепление здоровья.

ИТОГ



Муниципальное образование город Краснодар
муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
средняя общеобразовательная школа № 11 (ул. А.А.Аверкиева 32)

Модель

адаптивной физкультурно-оздоровительной работы

с учащимися, имеющими ограничения

в занятиях физической культурой

Опыт работы

Краснодар
2020

1. Изучен передовой опыт по данному направлению

Захарова Наталия Владимировна,
магистрант ФГБОУ ВПО «Череповецкий государственный университет», специальность 050400.68 «Психология образования», г. Череповец
natalija.zaharova2011@yandex.ru

Лосева Наталья Александровна,
кандидат педагогических наук, доцент кафедры дошкольного образования ФГБОУ ВПО «Череповецкий государственный университет», г. Череповец
losevana1972@yandex.ru

Оптимизация детско-родительских отношений как условие обеспечения эмоці

Аннотация. *Статья по родительских отношен детей с ОВЗ. Автори подчеркивают, что уд нормального психическ коррекции этой проблем гостиная, где в рамка игротерапии, драмотер задачи, принципы и кри родительской группе, пр*

Ключевые слова: *семе эмоциональное неблагог*

В связи с прин стандартов особое значе эмоционального благопо

Анализ обращений «Службы семейного соп беспокоят такие прояв возбудимость, негативиз эмоциях, устойчивое нега проявление тревожности

На наш взгляд, это дошкольного и младшего

По мнению А.Д. Коц

УДК 376.1:376.4

Пузанова Жанна Васильевна

доктор социологических наук,
профессор кафедры социологии
Российского университета дружбы народов

Puzanova Zhanna Vasilyevna

D.Phil. in Social Science,
Professor, Social Science Subdepartment,
Peoples' Friendship University of Russia

ПРОБЛЕМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ [1]

THE PROBLEMS OF EDUCATION ORGANIZATION FOR CHILDREN WITH DISABILITIES [1]

Аннотация:
В статье рассмотрены характеристики эффективного включения детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в образовательную среду. Данная проблема особенно актуальна и важна в современном обществе, так как касается вопросов разработки и подготовки средств, в том числе организационных, психологических, педагогических, кадровых, которые должны способствовать формированию толерантности в социальной среде дошкольного и школьного образовательного пространства. В работе определены цели, стоящие перед образовательными учреждениями в процессе организации инклюзивного образования.

Ключевые слова:
дети, детство, обучение, образование, дети с ограниченными возможностями здоровья, инклюзивное образование, коррекционная педагогика.

Summary:
The article deals with conditions of effective inclusion of children with disabilities in the educational environment. This problem is especially relevant and important in the contemporary society, since it concerns the issues of development of resources, including organizational, psychological, educational, personnel, which should contribute to the development of tolerance in the social environment of preschool and school education. The authors define the objectives of the educational institutions in the context of organization of inclusive education.

Keywords:
children, childhood, training, education, children with disabilities, inclusive education, correctional education.

Понятие «дети с ограниченными возможностями» охватывает категорию лиц, жизнедеятельность которых характеризуется какими-либо ограничениями или отсутствием способности осуществлять деятельность способом или в рамках, считающихся нормальными для человека данного возраста. Это явление характеризуется чрезмерностью или недостаточностью в поведении или деятельности по сравнению с обычными, может быть временным или постоянным, а также прогрессирующим и регрессивным. По мнению Т.В. Егоровой, дети с ограниченными возможностями здоровья – это дети, состояние здоровья которых препятствует освоению образовательных программ вне специальных условий обучения и воспитания [2].

К одной из важнейших задач учебного заведения инклюзивного типа относится построение системы, которая удовлетворяла бы потребности всех обучающихся. Под термином «инклюзивное образование» обычно понимают формирование и развитие такой системы общего образования, которая делает ее доступной для всех детей и имеет приспособления к особым нуждам де-

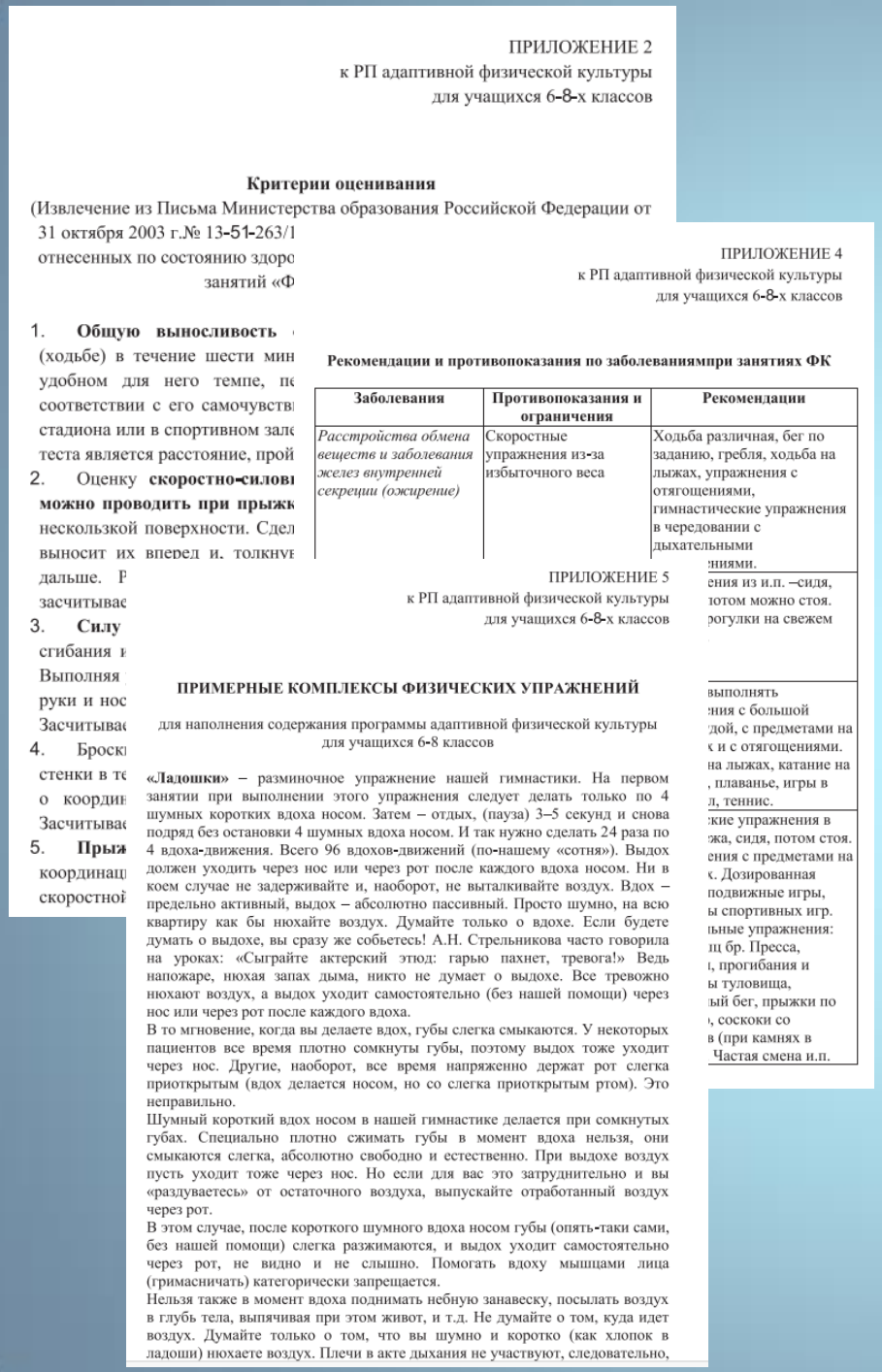
Список литературы и интернет-ресурсов:

1. Вайнбаум Я.С. Дозирование физических нагрузок школьников.- М.: Просвещение, 1991 г.
2. Коданёва Л.Н., Шуть М.А.методика физкультурных занятий в специальной медицинской группе общеобразовательного учреждения: Практическое пособие/под общ. ред. В.Н.Фурсовой. – М.: АРКТИ, 2006. – 64 с. (Школьное образование)
3. Программа для учащихся специальной медицинской группы общеобразовательных учреждений/ А.П. Матвеев, Т.В. Петрова, Л.В. Каверкина. – М.: Дрофа, 2004 г.
4. Ефимова Н.С. «Психология физического воспитания и спорта»/методическое пособие для педагогов физической культуры/ Московский институт открытого образования/ кафедра физической культуры, Москва 2006
•5. Инструктивно-методическое письмо «Организация занятий и итоговая аттестация по физической культуре учащихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья» ЦОМОФВ Департамента образования г. Москвы, Департамент образования г. Москвы 2005 г
6. Методические рекомендации «Об орагнизации и аттестации по физической культуре обучающихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья».
7. Стандарт основного общего образования по физической культуре. https://infourok.ru/standart-obrazovaniya-po-fizicheskoy-kulture-1748169.html
8. Безруких, Н.А. О сущности здорового образа жизни /Н.А.Безруких //Культура здоровья и безопасность жизнедеятельности: сборник статей по материалам Всероссийской с международным участием научно-практической конференции. - Балашов: Изд-во «Арья», 2011, с.593.

Болезнь – медицинская категория, а здоровье – педагогическая…

консультант-рецензент врач-педиатр Карагёзов А.П

Существует ряд факторов, которые определяют здоровый образ жизни: прежде всего, физическая культура и спорт, активный труд и отдых; рациональное питание; личная и общественная гигиена; отказ от вредных привычек (алкоголь, курение). Очень важно также соблюдать общий двигательный режим, для этого мы организовали занятия со здоровьесберегающей направленностью, применяя физические упражнения для профилактики заболеваний.



ПРИЛОЖЕНИЕ 2
к РП адаптивной физической культуры
для учащихся 6-8-х классов

Критерии оценивания

(Извлечение из Письма Министерства образования Российской Федерации от 31 октября 2003 г.№ 13-51-263/1
отнесенных по состоянию здоро
занятий «Ф

1. **Общую выносливость** (ходьбе) в течение шести мин удобном для него темпе, по соответствии с его самочувств стадиона или в спортивном зал теста является расстояние, прой
2. Оценку **скоростно-силов можно проводить при прыжк** нескользкой поверхности. Сдел выносит их вперед и. толкнуе дальше. Р засчитывае
3. **Силу** сгибания и Выполняя руки и нос Засчитывае
4. Броск стенки в те о координ Засчитывае
5. **Прыж** координац скоростной

ПРИЛОЖЕНИЕ 4
к РП адаптивной физической культуры
для учащихся 6-8-х классов

Рекомендации и противопоказания по заболеваниямпри занятиях ФК

Заболевания	Противопоказания и ограничения	Рекомендации
Расстройства обмена веществ и заболевания желез внутренней секреции (ожирение)	Скоростные упражнения из-за избыточного веса	Ходьба различная, бег по заданию, гребля, ходьба на лыжах, упражнения с отягощениями, гимнастические упражнения в чередовании с дыхательными

ПРИЛОЖЕНИЕ 5
к РП адаптивной физической культуры
для учащихся 6-8-х классов

ПРИМЕРНЫЕ КОМПЛЕКСЫ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ

для наполнения содержания программы адаптивной физической культуры
для учащихся 6-8 классов

«Ладошки» – разминочное упражнение нашей гимнастики. На первом занятии при выполнении этого упражнения следует делать только по 4 шумных коротких вдоха носом. Затем – отдых, (пауза) 3–5 секунд и снова подряд без остановки 4 шумных вдоха носом. И так нужно сделать 24 раза по 4 вдоха-движения. Всего 96 вдохов-движений (по-нашему «сотня»). Выдох должен уходить через нос или через рот после каждого вдоха носом. Ни в коем случае не задерживайте и, наоборот, не выталкивайте воздух. Вдох – предельно активный, выдох – абсолютно пассивный. Просто шумно, на всю квартиру как бы нюхайте воздух. Думайте только о вдохе. Если будете думать о выдохе, вы сразу же собьетесь! А.Н. Стрельникова часто говорила на уроках: «Сыграйте актерский этюд: гарью пахнет, тревога!» Ведь напожаре, нюхая запах дыма, никто не думает о выдохе. Все тревожно нюхают воздух, а выдох уходит самостоятельно (без нашей помощи) через нос или через рот после каждого вдоха.

В то мгновение, когда вы делаете вдох, губы слегка смыкаются. У некоторых пациентов все время плотно сомкнуты губы, поэтому выдох тоже уходит через нос. Другие, наоборот, все время напряженно держат рот слегка приоткрытым (вдох делается носом, но со слегка приоткрытым ртом). Это неправильно.

Шумный короткий вдох носом в нашей гимнастике делается при сомкнутых губах. Специально плотно сжимать губы в момент вдоха нельзя, они смыкаются слегка, абсолютно свободно и естественно. При выдохе воздух пусть уходит тоже через нос. Но если для вас это затруднительно и вы «раздуваетесь» от остаточного воздуха, выпускайте отработанный воздух через рот.

В этом случае, после короткого шумного вдоха носом губы (опять-таки сами, без нашей помощи) слегка разжимаются, и выдох уходит самостоятельно через рот, не видно и не слышно. Помогать вдоху мышцами лица (гримасничать) категорически запрещается.

Нельзя также в момент вдоха поднимать небную занавеску, посылать воздух в глубь тела, выпячивая при этом живот, и т.д. Не думайте о том, куда идет воздух. Думайте только о том, что вы шумно и коротко (как хлопок в ладоши) нюхаете воздух. Плечи в акте дыхания не участвуют, следовательно,

2. Разработан комплекс упражнений ЛФК с учётом групп освобождённых от основных занятий физической культурой и детей с ОВЗ, оформлено пять приложений к разработанной программе

Педагогический долг и обязанность учителя состоит в том, чтобы привлечь к регулярным занятиям даже тех детей, которые по состоянию здоровья частично или совсем освобождены от физкультуры или отнесены к специальной медицинской группе.

План работы с такими учащимися выстраивается в следующем направлении:

1) ознакомление с заключением о состоянии здоровья, рекомендации врача, совместное определение режима дня;

2) разработка программы учебной деятельности, включающая теоретическую часть и практическую (домашнее задание, судейство соревнований, проведение разминок, собственно занятия);

3) итоги, анализ сдвигов в состоянии здоровья, оценка.

Используемые технологии:

1. Дифференцированный подход в обучении.
2. Личностно-ориентированное обучение.
3. Здоровьесбережение.
4. Проблемное обучение.

3. Разработаны 102 технологические карты к урокам

Муниципальное образование город Краснодар
муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
средняя общеобразовательная школа № 11 (ул. А. А. Аверкиева 32)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 6-8 КЛАССОВ

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ К УРОКАМ

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА 1 УРОКА ПО АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Раздел: Дыхательная гимнастика

Базовый учебник: М.Я. Виленского, В.И. Ляха 5-9 классы. М.: Просвещение, 2016.

Тип урока: Комбинированный.

Технологии:

- ***здоровьесберегающая:*** содействовать достижению гармоничности в физическом развитии;
- ***личностно- ориентированный подход:*** формирование знания по физической культуре, формирование двигательной подготовленности

Тема урока: Правила поведения и техники безопасности на занятиях. Комплекс дыхательной гимнастики №1.

Цель урока: демонстрировать технику выполнения прыжковых упражнений, технику спринтерского бега, личностное развитие обучаемых.

Задачи урока:

Воспитательная: формировать навыки самостоятельной работы, способствовать развитию правильного дыхания.

Оздоровительная:улучшать работу органов дыхания посредством специальных дыхательных упражнений.

Образовательная:

1. формировать практические знания, умения, навыки и рациональные приёмы правильного дыхания.
2. Закрепление навыков дыхательной гимнастики.
3. Прививать интерес к игре и занятиям физической культурой.

Место проведения: Спортивный зал

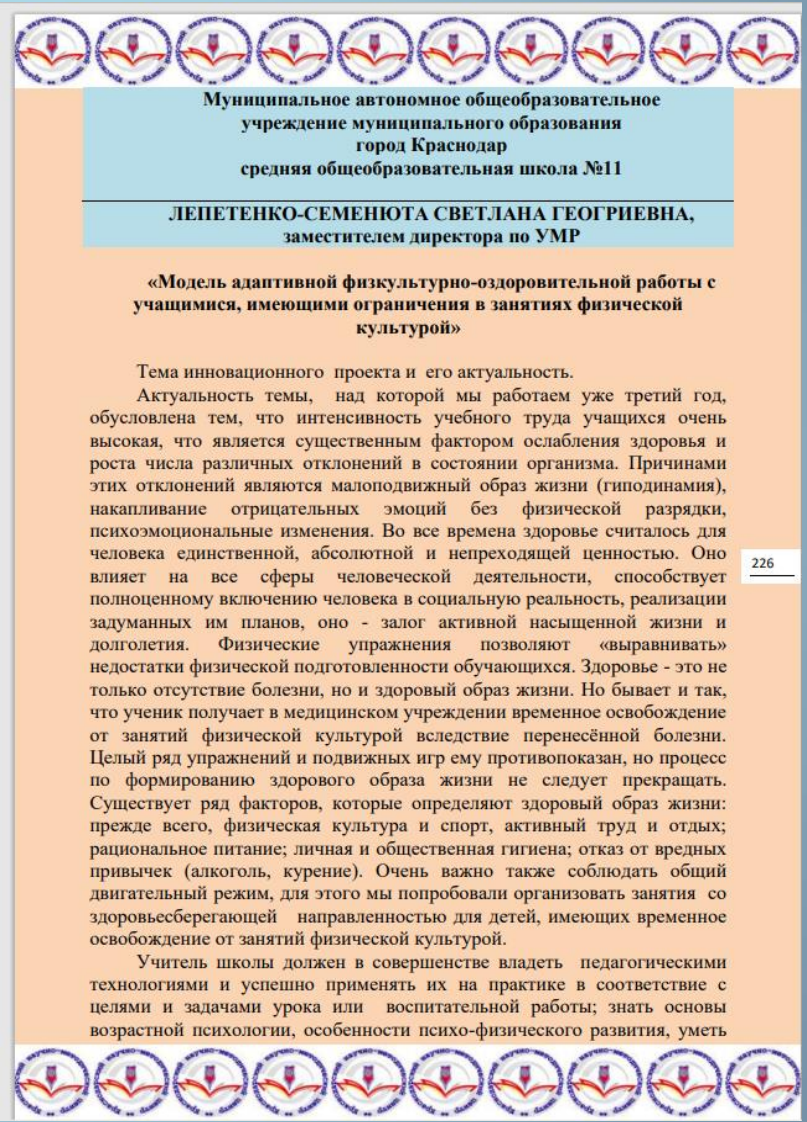
Инвентарь (образовательные ресурсы): гимнастический коврик, гимнастический мяч, свисток

ХАРАКТЕРИСТИКА ЭТАПОВ УРОКА

Этап образовательного процесса	*Деятельность учителя*	*Деятельность учащегося*			
		Личностная	*Регулятивная*	*Познавательная*	*Коммуникативная*
1	2	3	4	5	6
Подготовительный этап (17-19 мин.)					
Постановка целей и задач на урок.	Ознакомить учащихся с целью и задачами урока, настроить на урок.	Установить роль разминки при подготовке организма к занятию.	Предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик.	Использовать общие приемы решения задач.	Обсудить ход предстоящей разминки.
Разновидности ходьбы	Подготовить организм учащихся к работе к	Уточнить влияние разминки на готовность	Определить последовательность и	Контролировать и оценивать процесс и	Взаимодействие при выполнении разминки, как со

Разновидности ходьбы	Подготовить организм учащихся к работе к основной части урока.	Уточнить влияние разминки на готовность к выполнению упражнений	Определить последовательность и приоритет разминки мышечных групп.	Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	Взаимодействие при выполнении разминки, как со сверстниками, так и с учителем.
ОРУ на месте	Контроль за верным выполнением упражнений.	Осознание осваиваемого на уроке приема учебной деятельности, как ценности.	Определять последовательность и приоритет мышечных групп.	Использовать общие приемы решения задач.	Адекватно применять речевые средства для решения коммуникативных задач.
Основной этап (18-21мин.)					
Начинать комплекс с проверки осанки (пятки вместе, носки врозь,	Описывать технику изучаемых действий	Следить за правильным выполнением вдоха и	Вносить необходимые коррективы в	Формировать мыслительные	Распределять функции во время работы.

4. Участвовали в конкурсах, семинарах, делились опытом



Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение муниципального образования город Краснодар средняя общеобразовательная школа №11

ЛЕПЕТЕНКО-СЕМЕНЮТА СВЕТЛАНА ГЕОГРИЕВНА, заместителем директора по УМР

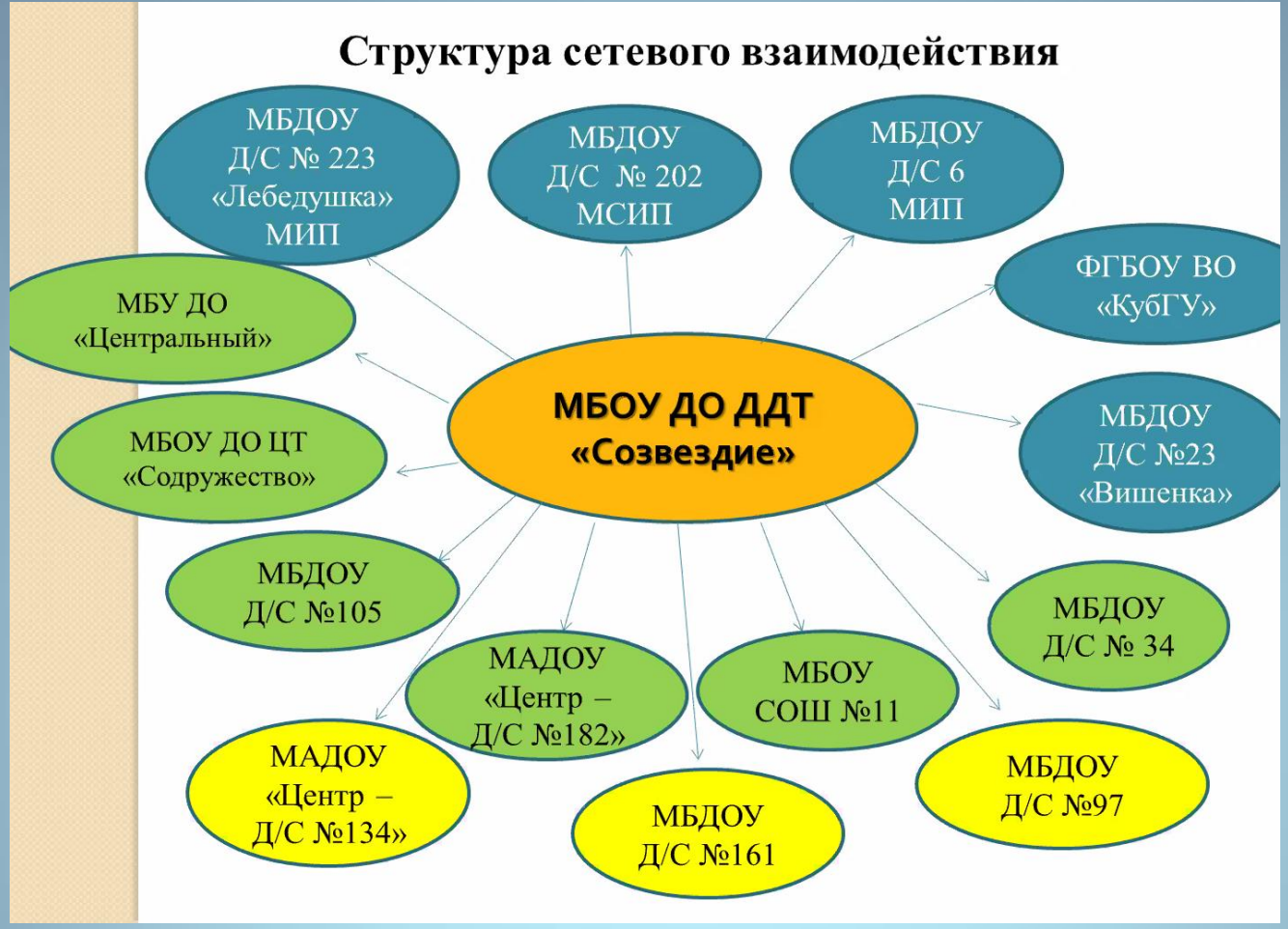
«Модель адаптивной физкультурно-оздоровительной работы с учащимися, имеющими ограничения в занятиях физической культурой»

Тема инновационного проекта и его актуальность.

Актуальность темы, над которой мы работаем уже третий год, обусловлена тем, что интенсивность учебного труда учащихся очень высокая, что является существенным фактором ослабления здоровья и роста числа различных отклонений в состоянии организма. Причинами этих отклонений являются малоподвижный образ жизни (гиподинамия), накапливание отрицательных эмоций без физической разрядки, психоэмоциональные изменения. Во все времена здоровье считалось для человека единственной, абсолютной и непреходящей ценностью. Оно влияет на все сферы человеческой деятельности, способствует полноценному включению человека в социальную реальность, реализации задуманных им планов, оно - залог активной насыщенной жизни и долголетия. Физические упражнения позволяют «выравнивать» недостатки физической подготовленности обучающихся. Здоровье - это не только отсутствие болезни, но и здоровый образ жизни. Но бывает и так, что ученик получает в медицинском учреждении временное освобождение от занятий физической культурой вследствие перенесённой болезни. Целый ряд упражнений и подвижных игр ему противопоказан, но процесс по формированию здорового образа жизни не следует прекращать. Существует ряд факторов, которые определяют здоровый образ жизни: прежде всего, физическая культура и спорт, активный труд и отдых; рациональное питание; личная и общественная гигиена; отказ от вредных привычек (алкоголь, курение). Очень важно также соблюдать общий двигательный режим, для этого мы попробовали организовать занятия со здоровьесберегающей направленностью для детей, имеющих временное освобождение от занятий физической культурой.

Учитель школы должен в совершенстве владеть педагогическими технологиями и успешно применять их на практике в соответствие с целями и задачами урока или воспитательной работы; знать основы возрастной психологии, особенности психо-физического развития, уметь

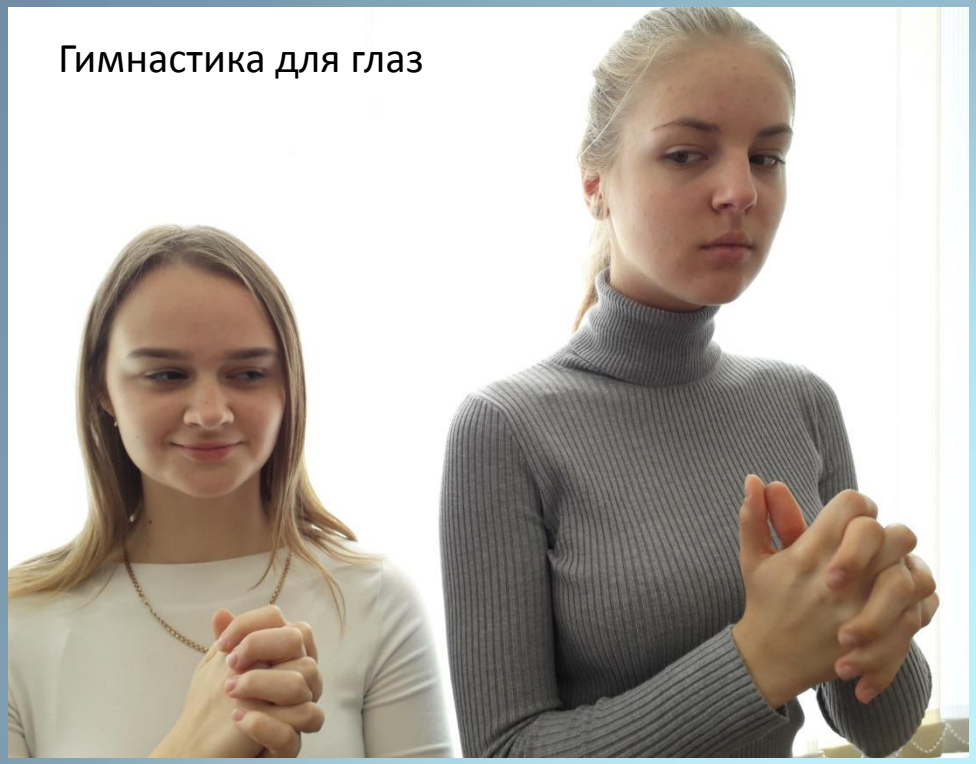
226



Между МБОУ СОШ №11 (с июня 2019 года – МАОУ СОШ №11) и МБОУ ДО ДДТ «Созвездие» заключён договор «О сетевом взаимодействии» №3 от 09.01.2018 г..

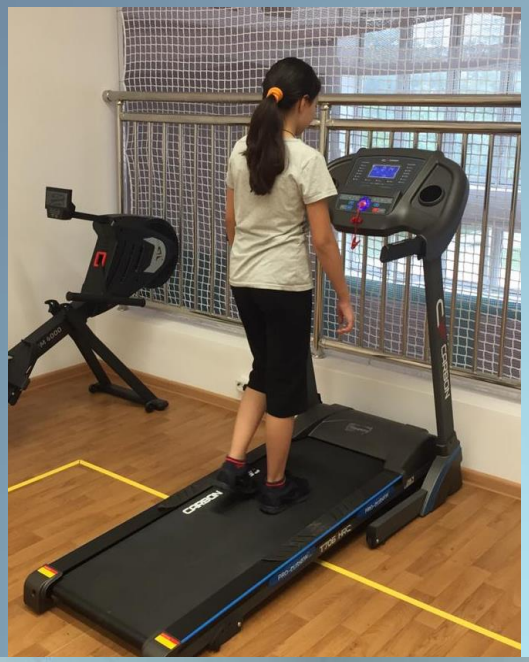
Договор №5 от 09.01.2019 года о сетевом взаимодействии с МАОУ СОШ №71

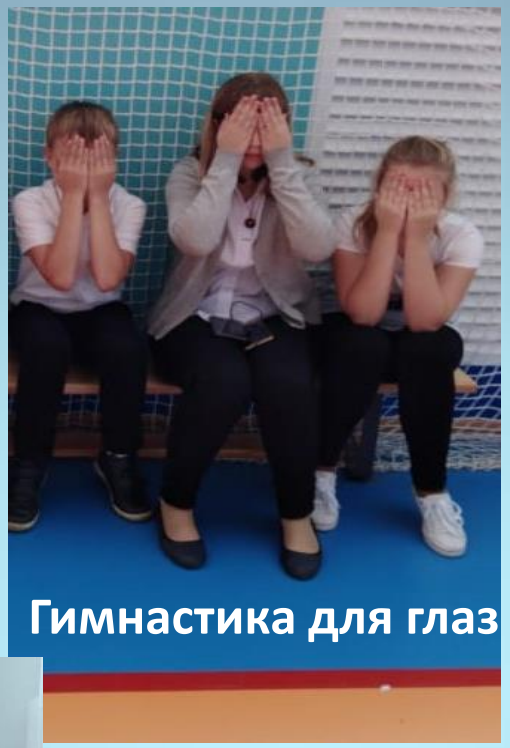
Участник всероссийского семинара-совещания ГБУ ДПО «Челябинский институт переподготовки и повышения квалификации работников образования» в ноябре 2019 года, секция «Инновационные аспекты интеграции ООП СОО и основной программы профессионального обучения (презентация проектов ОО – региональных инновационных площадок).

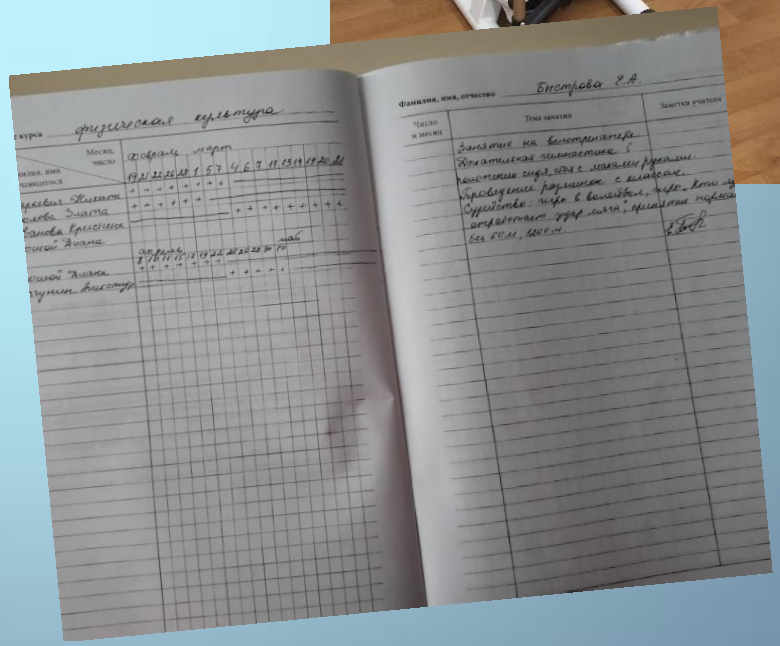


5. Проведение занятий.

Вынужденная длительная гиподинамия может ухудшить течение болезни и /или периода выздоровления и восстановления, вызвать ряд осложнений. Физические упражнения оказывают непосредственное лечебное действие, стимулируя защитные механизмы, улучшая обмен веществ и регенеративные процессы, с другой - уменьшают неблагоприятные последствия сниженной двигательной активности.




Гимнастика для глаз


Фамилия, имя, отчество
Быстрова Е.А.
Число и месяц
Тема занятия
Заметки учителя

Самое главное: *временно освобождённый от занятий по медицинским показаниям ученик вовлечён в постоянную двигательную активность, не сидит во время урока физкультуры в уголочке, не скачивает для получения оценки из Сети Интернет «рефераты», которые, по большей части, остаются не прочитанными ни им, ни учителем.*

Нельзя прыгать и бегать – делай упражнения для кистей рук, где сосредоточены активные точки, регулирующие работу многих внутренних органов, занимайся гимнастикой для глаз, что актуально в наше насыщенное информацией и гаджетами время, занимайся профилактикой плоскостопия. Помогай учителю в проведении разминки. Кроме того, и это ***не*** *маловажно, для ребёнка важна социальная активность, пусть это будет очередной урок физической культуры: помощь в судействе, проведение организационных моментов перед эстафетами, например. Разумеется, этот процесс не пущен на самотёк, а проходит под руководством учителя и в строгом соответствии с методикой, что отражено в нашей программе и приложениях к ней.*

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ

ВСЕМ УДАЧИ!

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!