

**Программа реализации инновационного проекта  
«Адаптивная физическая культура: теория и практика»  
на базе ОГКОУ «Ивановская школа-интернат №2»**

**1. Исходные теоретические положения**

Физическая культура, являясь частью культуры общества, с каждым годом увеличивает свою значимость в деле физического и интеллектуального развития способностей обучающихся, совершенствования его двигательной активности и формирования культуры здорового образа жизни, социальной адаптации с помощью физического воспитания, подготовки и развития.

Согласно данным, приведенным в государственной программе Российской Федерации «Развитие образования» (утвержденной Постановлением Правительства РФ от 26 декабря 2017 г. N 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования») в Российской Федерации более 1,25 млн. обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и более 700 тыс. детей-инвалидов. Все они нуждаются в особых условиях для получения образования, в том числе и специальных предметах коррекционной направленности.

Учитывая, что одной из задач государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» и государственной программы Ивановской Области «Развитие Образования Ивановской Области» (утвержденной постановлением Правительства Ивановской Области от 13 ноября 2013 года N 450-п «Об утверждении государственной программы Ивановской области «Развитие образования Ивановской области») является укрепление здоровья школьников, то развитие, внедрение и усовершенствование системы занятий физической культуры, специально адаптированной для нужд и потребностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, в общеобразовательных организациях, в т.ч. коррекционных, представляется наиболее актуальным.

Министерство Просвещения России обеспечивает деятельность по защите прав обучающихся с особыми образовательными потребностями на

доступное качественное образование, комплексной поддержке коррекционных школ, созданию в массовых школах инклюзивной образовательной среды.

В системе общего образования Ивановской области функционируют 265 общеобразовательных организаций, в том числе 20 общеобразовательных организаций для детей с ограниченными возможностями здоровья, 1 оздоровительное образовательное учреждение санаторного типа для детей, нуждающихся в длительном лечении, 227 муниципальных дневных школ, 5 школ с очно-заочной формой обучения (вечерних) и 9 частных школ (включая 5 православных), в них обучается 102880 школьников<sup>1</sup>.

**Практическая значимость** исследования строится на том, что в каждом из этих учебных заведений есть обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья, нуждающиеся в профилактике и коррекции физического развития. Для подобных обучающихся необходима специально разработанная система физических упражнений, учитывающая их состояние здоровья и возможности. Поэтому опыт реализации занятий адаптивной физической культуры будет полезен учителям общеобразовательных школ.

Педагогам других коррекционных школ г. Иваново и Ивановской области мероприятия Региональной инновационной площадки, организованной на базе ОГКОУ «Ивановская школа-интернат №2» будет интересен в плане обмена педагогического опыта, межшкольного взаимодействия.

**Адаптивная физическая культура** — это комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, использующий средства физической культуры с лечебно-профилактической целью для восстановления здоровья.

Адаптивная физическая культура тесно связана с лечебно - восстановительным процессом, она воспитывает у детей сознательное отношение к использованию физических упражнений, прививает им

---

<sup>1</sup> Данные из государственной программы Ивановской Области «Развитие Образования Ивановской Области» (утвержденной постановлением Правительства Ивановской Области от 13 ноября 2013 года N 450-п «Об утверждении государственной программы Ивановской области «Развитие образования Ивановской области»)

гигиенические навыки, воспитывает правильное отношение к закаливанию организма, регулирует общий режим дня.

**Цели инновационной программы «Адаптивная физическая культура: теория и практика»:**

- выявление психолого-педагогических, спортивно-восстановительных условий, обеспечивающих оздоровление обучающихся;
- изучение оздоровительного потенциала разных видов здоровьесберегающей деятельности в образовательном процессе;
- повышение профессиональной компетенции педагогов;
- создание условий для повышения двигательной активности детей;
- формирование основ здорового образа жизни, сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся, формирование физической культуры личности подростков с учетом их индивидуальных особенностей, состояния здоровья и мотивации.
- создание условий в семье для развития двигательной активности детей, интереса к физической культуре и спорту.

**Программа «Адаптивная физическая культура: теория и практика» предусматривает решение следующих задач:**

- нивелирование отклонений в физическом развитии и двигательной сфере обучающихся;
- развитие функциональных возможностей организма обучающихся;
- укрепление и охрана здоровья обучающихся;
- обогащение двигательных умений, совершенствование жизненно необходимых двигательных навыков; обучающихся
- совершенствование основных физических качеств, формирование правильной осанки, походки обучающихся;
- коррекция навязчивых стереотипных движений обучающихся;
- сформированность навыков свободного безбоязненного передвижения в пространстве, развитие мышечного чувства обучающихся;
- развитие компенсаторных возможностей средствами физической культуры;

- продвижение учебно-методических, образовательных, информационных материалов, технологий по проблеме формирования здорового и безопасного образа жизни;
- совершенствование процесса повышения квалификации на основе проведения семинаров, открытых уроков и мастер-классов, пополнения базы методических и дидактических материалов.

**Предмет исследования:** влияние адаптивной физической культуры на физическое и умственное развитие обучающихся, на адаптацию и социализацию в обществе.

## **2. Реализация программы региональной инновационной площадки**

### **2.1. Этапы реализации программы.**

#### **1. Первый этап – подготовительный (январь 2024 – август 2024 гг.):**

- многофакторный анализ исходной ситуации;
- формирование аналитической группы педагогов школы-интерната для разработки проекта программы региональной инновационной площадки;
- составление перспективного плана деятельности;
- разработка методического обеспечения деятельности РИП.

#### **2. Второй этап – основной (сентябрь 2024 – май 2026 гг.):**

- внедрение в образовательный процесс современных оздоровительных и профилактических технологий;
- укрепление кадровых и материальных возможностей для решения вопросов физического воспитания обучающихся;
- организация взаимодействия по формированию здоровьесберегающей образовательной среды в школе-интернате всех субъектов образовательного процесса;
- проведение мероприятий по распространению моделей здорового образа жизни обучающихся, в т.ч. информационного сопровождения на сайте школы-интерната;

- проведение мастер-классов, открытых уроков для слушателей курсов повышения квалификации в рамках сотрудничества с ГАУ ДПО Ивановской области «Университет непрерывного образования и инноваций»;

- проведение мастер-классов, открытых уроков для студентов ВУЗов и СУЗов г. Иваново и Ивановской области

### **3. Третий этап – заключительный (июнь 2026 – декабрь 2026 гг.):**

- проведение контрольного мониторинга эффективности деятельности региональной инновационной площадки;

- анализ основных результатов деятельности региональной инновационной площадки;

- размещение материалов региональной инновационной площадки в информационных источниках, в том числе программного материала урочной и внеурочной деятельности.

#### **2.2. Используемые методы деятельности.**

- теоретические (анализ научно-методической литературы по теме региональной инновационной площадки, теоретическое моделирование);

- эмпирические (педагогический эксперимент, методы опроса (анкетирование), педагогическое тестирование, методы статистики).

- практические (семинары, практикумы, вебинары, мастер-классы, квест-игры; деловые игры, дискуссии, круглый стол, открытая практика педагогов, публикации, внутренняя экспертиза.

#### **2.3. Необходимые условия организации работ**

1. Библиотечный фонд (книгопечатная продукция):

- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Министерства просвещения РФ от 19 декабря 2014 года М№ 1598);

- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения РФ от 31.05.2021 № 287;

- Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования (Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации №371 от 18 мая 2023 года «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования»);

- Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28);

- Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2).

2. Печатные пособия (таблицы, карты) по стандартам физического развития и физической подготовленности и др.

3. Экранно-звуковые пособия (видеофильмы, слайды, транспаранты): видеофильмы по основным разделам темам учебного предмета «Физическая культура», «Адаптивная физическая культура».

4. Аудиозаписи (для проведения гимнастических комплексов, обучения танцевальным движениям; проведения спортивных соревнований и физкультурных праздников).

5. Технические средства обучения (компьютер, проектор, средства телекоммуникации и др).

6. Учебно- практическое оборудование: гимнастические скамейки, шведская стенка, маты, скакалки, мячи, коврики для выполнения статических упражнений и проведения сеанса психофизической релаксации, спортивный инвентарь; тренажеры; предметы (платочки, погремушки, ленты, флажки); модульные массажные коврики, массажная дорожка, тренажер-массажные валики, набор балансиров, бордюр-балансир, скамья для пресса, спортивное полотно гусеница.

#### **2.4. Средства контроля и обеспечения достоверности результатов**

Средствами контроля и обеспечения достоверности результатов деятельности региональной инновационной площадки выступают отчеты о проведенных мероприятиях в соответствии с календарным планом, размещение материалов на сайте ОГКОУ «Ивановская школа-интернат №2», наличие методических и информационных материалов.

Управление и контроль над реализацией проекта осуществляет педагогический совет совместно с методическим советом.

Средствами контроля и обеспечения достоверности результатов реализации является проведение ежегодного мониторинга результативности проекта с использованием разработанных критериев и показателей. Эффективность конкретного мероприятия оценивается количественно и качественно. Эффективность конкретного мероприятия оценивается количественно (модульная система оценивания). Количественная оценка предполагает учет числа слушателей, участвующих в проводимых мероприятиях. Качественная оценка предусматривает выявление активности слушателей (участников), желания участвовать в мероприятиях, положительные отзывы о проведенных встречах, актуальности и значимости рассматриваемых вопросов, привлекательность формы проведения встречи. Предполагается оценка с помощью рефлексивной анкеты для участников (слушателей). Критериями оценки определены: полезность/бесполезность, интерес/отсутствие интереса, уровень удовлетворения запроса.

Показателями эффективности реализации программы РИП выступают:

- наличие банка методических, дидактических, информационных материалов по вопросам адаптивной физической культуры;
- повышение эффективности здоровьесберегающей системы занятий с обучающимися;
- повышение уровня компетентности педагогов по вопросам возможностей адаптивной физической культуры;
- повышение уровня собственного здоровья и сформированности навыков здорового образа жизни обучающихся.

## **2.5. Перечень научных и (или) учебно-методических разработок по теме региональной информационной площадки**

1. Аветисов Э.С. Близорукость / Под общ. ред. Э.С. Аветисова. – 2-е изд., перераб. И доп. – М., 2002.
2. Демирчоглян Г.Г., А.Г.Демирчоглян А.Г. Специальная физическая культура для слабовидящих школьников. М., 2008.
3. Евсеев С.П., Шапкова Л.В. Адаптивная физическая культура: Учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2000.
4. Евсеев С.П., Л.М.Шипицына Л.М., Частные методики адаптивной физической культуры. М., издательство «Советский спорт», 2003.
5. Ермакова В.П. Примерное содержание коррекционных занятий в специальной общеобразовательной школе для слабовидящих детей.
6. Ермаков В.П., Якунин Г.А. Основы тифлопедагогики. Развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями зрением. — М., 2000.
7. Жуков Ю. Технологии адаптивной физической культуры в работе с лицами с сенсорными нарушениями (для слепых и слабовидящих), 2019.
8. Кофман, Л.Б. Педагогические принципы и модели организации физкультурно-спортивной деятельности детей и молодежи. М., 2012.
9. Лубышева, Л.И. Спорт в школе: новая образовательная траектория / Л.И. Лубышева // Дети России образованы и здоровы: материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции (г. Москва, 25-26 февраля 2010 г.). – М., 2010. – С. 92-95.
10. Столяров, В.И. Модернизация физического воспитания и физкультурно-спортивной работы в общеобразовательной школе / В.И. Столяров и др.; под общ. ред. В.И. Столярова. – М.: Теория и практика физической культуры, 2009.

## **2.6. Обоснование возможности реализации проекта (программы) в соответствии с законодательством об образовании**

Правовую основу деятельности региональной информационной площадки составляют нормативные правовые акты, в том числе:

1. Конституция Российской Федерации;



2. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
3. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации. Указ Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации».
4. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» (утвержденная Постановлением Правительства РФ от 26 декабря 2017 г. N 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования»).
5. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Министерства образования и науки РФ № 1598 от 19 декабря 2014 года «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья». Зарегистрирован в Минюсте № 35847 от 03. 02. 2015);
6. Федеральная адаптированная образовательная программа начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации № 1023 от 24 ноября 2022 года «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья». Зарегистрирован в Минюсте № 72654 от 21. 03. 2023);
7. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденного приказом Министерства просвещения РФ от 31.05.2021 № 287;
8. Примерная адаптированная основная образовательная программа основного общего образования слабовидящих обучающихся (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 18 марта 2022 г. № 1/22);

9. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования (Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации №371 от 18 мая 2023 года «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования»);

10. Приказ Минтруда России от 18.10.2013 г. № 544н (Зарегистрировано в Минюсте России 06.12.2013 г. № 30550) «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»».

11. Письмо Минобрнауки России от 28.12.2011 № 19-337 «О введении третьего часа физической культуры».

12. Письмо Минобрнауки России от 30.05.2012 № МД-583/19 «О методических рекомендациях «Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья»

13. Федеральный закон от 13 июня 2023 г. N 256-ФЗ «О внесении изменений в статью 7 Федерального закона «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» и статью 41 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации»».

### **2.7. Предложения по распространению и внедрению результатов инновационной деятельности в массовую практику**

- Практические семинары, мастер-классы, открытые уроки.
- Стажировка.
- Публикации.
- Размещение информации на сайте школы-интерната.
- Сетевые формы взаимодействия.
- Обобщение педагогического опыта.
- Выступления на научно-практических конференциях.
- Программы внеурочной деятельности.
- Сценарии праздников, спортивных мероприятий в рамках работы ОО.

## 2.8. Обоснование устойчивости результатов проекта (программы) после окончания его реализации, включая механизмы его (ее) ресурсного обеспечения

Основными критериями устойчивости инновационной программы являются:

- заинтересованные квалифицированные педагоги;
- заинтересованность родителей (законных представителей) в работе по формированию у обучающихся основ здорового образа жизни;
- ресурсное обеспечение проекта;
- развитие предметно-развивающей среды;
- использование современных форм взаимодействия ОГКОУ «Ивановская школа-интернат №2» с семьей, социальными партнёрами;
- наличие собственного сайта в сети Интернет, сообщества в ВКонтакте предоставляет родителям (законным представителям), обучающимся, педагогам возможность оперативного получения информации о жизнедеятельности школы-интерната.

### 3. Календарный план реализации программы

№ п/п	Перечень запланированных мероприятий	Содержание работы	Сроки	Характеристика полученных результатов, тиражируемых продуктов
<b>I этап январь 2024 г. – июнь 2024 г.</b>				
1	Многофакторный анализ исходной ситуации	Анализ имеющихся данных	01.2024-02.2024	Отчет о проделанной работе
2	Формирование аналитической группы педагогов школы-интерната для разработки проекта программы региональной инновационной площадки	Подбор и оценка кадровых ресурсов	03.2024	Приказ о создании Аналитической группы в ОО
3.	Составление перспективного плана деятельности	Разработка программы реализации РИП	04.2024	Программа реализации РИП
4.	Разработка методического обеспечения деятельности РИП	Подбор дидактического, научного и др. материалов	05.2024-08.2024	Банк дидактических, методических, информационных и др. материалов по деятельности РИП

<b>II этап сентябрь 2024 г. – май 2026 г.</b>				
1.	Внедрение в образовательный процесс оздоровительных и профилактических мероприятий	Проведение мастер-классов, открытых мероприятий, изменение планов работы ОО	В течение всего этапа	Улучшение имеющийся системы занятий по адаптивной физической культуры
2.	Укрепление кадровых и материальных возможностей для решения вопросов физического воспитания обучающихся	КПК, профессиональная переподготовка, вебинары и др.	В течение всего этапа	Прохождение педагогами КПК, профессиональной переподготовки
3.	Организация взаимодействия по формированию здоровьесберегающей образовательной среды в школе-интернате всех субъектов образовательного процесса	Проведение круглых столов, открытых мероприятий, переоборудование кабинетов (при финансовой возможности)	В течение всего этапа	Повышение осведомленности всех субъектов образовательного процесса о возможностях и пользе АФК
4.	Проведение мероприятий по распространению моделей здорового образа жизни обучающихся, в т.ч. информационного сопровождения на сайте школы-интерната	Вебинары, лекции, открытые уроки для гостей школы-интерната	В течение всего этапа	Распространение имеющегося опыта и знаний в области АФК. Увеличение количества вовлеченных в инновационную деятельность.
5.	Проведение мастер-классов, открытых уроков для слушателей курсов повышения квалификации в рамках сотрудничества с ГАУ ДПО Ивановской области «Университет непрерывного образования и инноваций»	Участие в проведении КПК	В течение всего этапа	Распространение имеющегося опыта и знаний в области АФК для педагогической аудитории. Увеличение количества вовлеченных в инновационную деятельность.
6.	Проведение мастер-классов, открытых уроков для студентов ВУЗов и СУЗов г. Иваново и Ивановской области	Участие в проведении преддипломной практики для студентов	В течение всего этапа	Распространение имеющегося опыта и знаний в области АФК для студентов. Увеличение количества вовлеченных в инновационную деятельность
<b>III этап 01.09. 2026 г. – 31.12. 2026 г.</b>				
1.	Проведение контрольного мониторинга эффективности деятельности региональной инновационной площадки	Проведение контрольных мероприятий	09.2026	Аналитическая справка по результатам мониторинга
2.	Анализ основных результатов деятельности региональной инновационной площадки	Проведение аналитической работы по всем аспектам реализации программы РИП	10.2026	Аналитический отчет
3.	Размещение материалов региональной инновационной площадки в информационных источниках, в том числе программного материала урочной и внеурочной деятельности	Распространение опыта работы по теме РИП	11.2026-12.2026	Материалы, Методические пособия на сайте ОО