

**Информация о реализуемых программах адаптивной физической культуры и спорта  
для детей и молодежи с ограниченными возможностями здоровья и с инвалидностью**  
**Санкт-Петербург**  
(субъект Российской Федерации)

№ п/п	Организация, на базе которой реализуется программа АФК и адаптивного спорта (с указанием полного адреса, ФИО и контактных данных директора)		Целевая группа обучающихся (название категории детей/молодежи с ОВЗ, для которых разработана программа)	Название программы, краткая аннотация программы (с указанием срока проведения и количества часов)	Форма реализации (инклюзия, отдельные группы, индивидуальные занятия)	Результаты (достижения обучающихся с ОВЗ и инвалидностью)	Количество обучающихся, занимающихся по программе в течении года	Работники в области АФК и спорта		
	Образовательная организация (дошкольная, общеобразовательная, профессиональная образовательная, организация высшего образования)	Организация дополнительного образования						Организация сферы физической культуры и спорта	Всего	Из них имеющих профессиональное по АФК
1.	<p><b>Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение школа № 584 «Озерки» Выборгского района Санкт-Петербурга (ГБОУ школа № 584 «Озерки» Выборгского района Санкт-Петербурга)</b></p> <p>ул. Руднева д.8, корп. 3 литера А, Санкт-Петербург, 194291 Тел. (812) 558-76-76, факс (812) 417-25-95 email^<a href="mailto:info.sch584@obr.gov.spb.ru">info.sch584@obr.gov.spb.ru</a></p> <p>Директор: Супонина Людмила Геннадьевна</p>		<p>обучающиеся 2В, 3Г, 3Д, 4В, 5Г, 8Г, 10В классов с НОДА умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)</p>	<p>Рабочая программа по предмету «Физическая культура», 102 часа Содержание: Основы знаний о физической культуре: естественные основы, приёмы закаливания, основные средства физического воспитания, способы самоконтроля. Гимнастика с элементами акробатики: построения и перестроения, ОРУ с предметами и без, упражнения в равновесии, седы и упоры, упражнения в ползании, перелезании и лазании, элементы акробатических упражнений. Спортивные игры: освоение технических приёмов в баскетболе, волейболе, настольном теннисе, футболе, бочча. Лёгкая атлетика: ходьба и бег с элементами коррекционной направленности, метание малого мяча.</p>	Уроки ФК	<p>Обучающиеся должны иметь представление и возможно будут уметь: - значение физической культуры для физического развития человека; - выполнять метание малого мяча; - выполнять упражнения на ориентировку в пространстве; - выполнять некоторые приёмы адаптированных спортивных игр</p>	28	5	3	2

			сложным дефектом	<p>Гимнастика с элементами акробатики:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- общеразвивающие упражнения с предметами и без;</li> <li>- элементы корригирующей гимнастики.</li> </ul> <p>Лыжная подготовка:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- теоретические уроки</li> </ul> <p>Спортивные игры:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- освоение элементарных приёмов в баскетболе, волейболе, адаптированном настольном теннисе, мини-футболе, бочча;</li> </ul> <p>Лёгкая атлетика:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ползание с элементами коррекционной направленности;</li> <li>- броски мяча;</li> <li>- метание малого мяча.</li> </ul>		<p>развития человека;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять метание малого мяча;</li> <li>- выполнять упражнения на ориентировку в пространстве;</li> <li>- выполнять некоторые приёмы адаптированных спортивных игр</li> </ul>				
			обучающиеся 2А, 3А, 3Б, 4А, 5А, 6А, 7А, 8А, 8Б, 8В, 9А, 10А, 11А, 12А, 12Б классов с НОДА	<p>Рабочая программа по предмету «Физическая культура», 102 часа</p> <p>Содержание: Основы знаний о физической культуре</p> <p>Гимнастика с элементами акробатики</p> <p>Лыжная подготовка</p> <p><i>Примечание: в связи с трудностями, возникающими в ходе прохождения учебного материала, раздел «Лыжная подготовка» изучается на уроках физкультуры теоретически с просмотром презентаций, разработанных учителем.</i></p> <p>Подвижные и спортивные игры</p> <p>Лёгкая атлетика</p>	Уроки ФК	<p>Освоение системы двигательных координаций, развитие физических качеств и способностей, направленных на жизнеобеспечение, укрепление и совершенствование организма обучающихся.</p>	78	4	2	2
			обучающиеся 3В, 4Б, 5Б, 5В, 7Б, 10Б классов с НОДА с ЗПР	<p>Рабочая программа по предмету «Физическая культура», 102 часа</p> <p>Содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Элементарные знания о физической культуре;</li> <li>• Легкая атлетика;</li> <li>• Гимнастика;</li> <li>• Лыжная подготовка;</li> </ul>	Уроки ФК	<p>Поддержание оптимального уровня здоровья обучающихся с нарушениями опорнодвигательного аппарата (НОДА) путём увеличения их двигательной активности и коррекции недостатков и отклонений в</p>	25	3	2	1

				<ul style="list-style-type: none"> <li>Спортивные игры</li> </ul>		физическом развитии данной категории детей, а так же формирование физической и нравственной культуры, социальная адаптация и интеграция их в общество				
		обучающиеся П1А, 1А класса с НОДА	<p>Рабочая программа по предмету «Физическая культура», 99 часов</p> <p>Содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Элементарные знания о физической культуре:</li> <li>Основы движений (ходьба, бег, метания и бросания предметов) и адаптивная гимнастика:</li> <li>Подвижные игры с элементами спортивных игр:</li> <li>Гимнастика с элементами акробатики:</li> <li>Лёгкая атлетика</li> </ul>	Уроки ФК	Освоение системы двигательных координаций, развитие физических качеств и способностей, направленных на жизнеобеспечение, укрепление и совершенствование организма обучающихся.	10	2	2	0	
		обучающиеся П1Б, 1Б, 1В класса с НОДА с ЗПР	<p>Рабочая программа по предмету «Физическая культура», 99 часов</p> <p>Содержание:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Основы знаний о физической культуре</li> <li>Гимнастика</li> <li>Подвижные и спортивные игры</li> <li>Лёгкая атлетика</li> <li>Лыжная подготовка</li> </ol> <p><b>Примечание:</b> в связи с трудностями, возникающими в ходе прохождения учебного материала, раздел «Лыжная подготовка» изучается на уроках физкультуры теоретически с просмотром презентаций, разработанных учителем</p>	Уроки ФК	Поддержание оптимального уровня здоровья обучающихся с нарушениями опорнодвигательного аппарата (НОДА) путём увеличения их двигательной активности и коррекции недостатков и отклонений в физическом развитии данной категории детей, а так же формирование физической и нравственной культуры, социальная адаптация и интеграция их в общество	14	3	1	2	
		обучающиеся 1Г, класса с НОДА умственной	<p>Рабочая программа по предмету «Физическая культура», 99 часов</p> <p>Содержание: Основы знаний о физической культуре: естественные основы, приёмы закаливания, основные средства физического воспитания, способы</p>	Уроки ФК	Обучающиеся должны иметь представление и возможно будут уметь: - значение физической культуры для физического развития человека;	7	1	0	1	

				отсталостью (интеллектуальными нарушениями)	самоконтроля. Гимнастика с элементами акробатики: построения и перестроения, ОРУ с предметами и без, упражнения в равновесии, седы и упоры, упражнения в ползании, перелезании и лазании, элементы акробатических упражнений. Спортивные игры: освоение технических приёмов в баскетболе, волейболе, настольном теннисе, футболе, бочча. Лёгкая атлетика: ходьба и бег с элементами коррекционной направленности, метание малого мяча		- выполнять метание малого мяча; - выполнять упражнения на ориентировку в пространстве; - выполнять некоторые приёмы адаптированных спортивных игр				
				обучаемые 1А класса с ОВЗ НОДА	Рабочая программа внеурочной деятельности коррекционный курс «Адаптивная физическая культура», 66 часов. Содержание: Инструктаж по ТБ. Тестирование двигательных навыков. Коррекция нарушений осанки. Развитие ориентировки в собственной «схеме тела» и окружающем пространстве. Коррекция патологических установок конечностей и предупреждение деформаций в суставах. Коррекция основных движений. Развитие манипулятивной деятельности рук. Совершенствование сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Развитие навыков самообслуживания. Профилактика плоскостопия, коррекция стоп. Игровая деятельность (малоподвижные, подвижные, адаптированные спортивные игры: настольный теннис, мини-футбол, волейбол сидя, бочча) . Скандинавская ходьба.	Факультативные занятия АФК	Планируемые результаты: формирование следующих умений: - развитие мотивов занятий физической культурой; - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. - освоение первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры.	5	1	1	0
				обучаемые 1Б класса с ОВЗ НОДА	Рабочая программа внеурочной деятельности коррекционный курс «Адаптивная физическая культура», 66 часов. Содержание: Инструктаж по ТБ.	Факультативные занятия АФК	Планируемые результаты: формирование следующих умений: - развитие мотивов занятий физической культурой;	6	1	1	0

				ЗПР	Тестирование двигательных навыков. Коррекция нарушений осанки. Развитие ориентировки в собственной «схеме тела» и окружающем пространстве. Коррекция патологических установок конечностей и предупреждение деформаций в суставах. Коррекция основных движений. Развитие манипулятивной деятельности рук. Совершенствование сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Развитие навыков самообслуживания. Профилактика плоскостопия, коррекция стоп. Игровая деятельность (малоподвижные, подвижные, адаптированные спортивные игры: настольный теннис, мини-футбол, волейбол сидя, бочча) . Скандинавская ходьба.		- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. - освоение первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры.				
				обучающиеся 2А, 3А, 3Б, 4А, 4Б, 5Б, 7А, 8А, 8Б, 8В класса с ОВЗ НОДА	Рабочая программа внеурочной деятельности коррекционный курс «Адаптивная физическая культура», 68 часов. Содержание: Инструктаж по ТБ. Тестирование двигательных навыков. Коррекция нарушений осанки. Развитие ориентировки в собственной «схеме тела» и окружающем пространстве. Коррекция патологических установок конечностей и предупреждение деформаций в суставах. Коррекция основных движений. Развитие манипулятивной деятельности рук. Совершенствование сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Развитие навыков самообслуживания. Профилактика плоскостопия, коррекция стоп. Игровая деятельность (малоподвижные, подвижные, адаптированные спортивные игры: настольный теннис, мини-футбол, волейбол сидя, бочча) . Скандинавская ходьба.	Факультативные занятия АФК	Планируемые результаты: формирование следующих умений: - развитие мотивов занятий физической культурой; - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. - освоение первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры.	55	3	2	1
				обучающ	Рабочая программа внеурочной	Факультета	Планируемые результаты:	12	2	1	1

				<p>иеся 3В, 5В, 7Б класса с ОВЗ НОДА ЗПР</p> <p>деятельности коррекционный курс «Адаптивная физическая культура», 68 часов. Содержание: Инструктаж по ТБ. Тестирование двигательных навыков. Коррекция нарушений осанки. Развитие ориентировки в собственной «схеме тела» и окружающем пространстве. Коррекция патологических установок конечностей и предупреждение деформаций в суставах. Коррекция основных движений. Развитие манипулятивной деятельности рук. Совершенствование сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Развитие навыков самообслуживания. Профилактика плоскостопия, коррекция стоп. Игровая деятельность (малоподвижные, подвижные, адаптированные спортивные игры: настольный теннис, мини-футбол, волейбол сидя, бочча) . Скандинавская ходьба.</p>	<p>тивные занятия АФК</p>	<p>формирование следующих умений: - развитие мотивов занятий физической культурой; - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. - освоение первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры.</p>				
			<p>обучающ иеся 1 Г класса с ОВЗ НОДА умственн ая отсталост ь (интеллектуальны е нарушения)</p>	<p>Рабочая программа внеурочной деятельности коррекционный курс «Адаптивная физическая культура», 66 часов. Содержание: Формирование навыка правильной осанки, Коррекция основных движений Развитие ориентировки в собственной «схеме тела» и окружающем пространстве, Коррекция патологических установок конечностей и предупреждение деформаций в суставах, Развитие манипулятивной деятельности рук, навыков самообслуживания Совершенствование сердечно-сосудистой и дыхательной систем; ОФП. Игровая деятельность.</p>	<p>Факультативные занятия АФК</p>	<p>Планируемые результаты: формирование следующих умений: - развитие мотивов занятий физической культурой; - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. - освоение первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры.</p>	7	1	0	1
			<p>обучающ иеся 1В</p>	<p>Рабочая программа внеурочной деятельности коррекционный курс</p>	<p>Факультативные занятия</p>	<p>Планируемые результаты: формирование следующих</p>	5	1	0	1

				<p>класса с ОВЗ НОДА ЗПР</p> <p>«Адаптивная физическая культура», 66 часов. Содержание: Инструктаж по ТБ. Тестирование двигательных навыков. Коррекция нарушений осанки. Развитие ориентировки в собственной «схеме тела» и окружающем пространстве. Коррекция патологических установок конечностей и предупреждение деформаций в суставах. Коррекция основных движений. Развитие манипулятивной деятельности рук. Совершенствование сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Развитие навыков самообслуживания. Профилактика плоскостопия, коррекция стоп. Игровая деятельность (малоподвижные, подвижные, адаптированные спортивные игры: настольный теннис, мини-футбол, волейбол сидя, бочча) . Скандинавская ходьба.</p>	АФК	<p>умений:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- развитие мотивов занятий физической культурой;</li> <li>- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.</li> <li>- освоение первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры.</li> </ul>					
			обучающиеся П1А класса с ОВЗ НОДА	<p>Рабочая программа внеурочной деятельности коррекционный курс «Адаптивная физическая культура», 33 часа. Содержание: Инструктаж по ТБ. Тестирование двигательных навыков. Коррекция нарушений осанки. Развитие ориентировки в собственной «схеме тела» и окружающем пространстве. Коррекция патологических установок конечностей и предупреждение деформаций в суставах. Коррекция основных движений. Развитие манипулятивной деятельности рук. Совершенствование сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Развитие навыков самообслуживания. Профилактика плоскостопия, коррекция стоп. Игровая деятельность (малоподвижные, подвижные, адаптированные спортивные игры: настольный теннис, мини-футбол,</p>	Факультативные занятия АФК	<p>Планируемые результаты: формирование следующих умений:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- развитие мотивов занятий физической культурой;</li> <li>- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.</li> <li>- освоение первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры.</li> </ul>	5	1	0	1	

				волейбол сидя, бочча) . Скандинавская ходьба.						
			обучающиеся П1В классов с НОДА умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)	Рабочая программа по предмету «Физическая культура» , 33 часа Содержание: Основы знаний о физической культуре: естественные основы, приёмы закаливания, основные средства физического воспитания, способы самоконтроля. Гимнастика с элементами акробатики: построения и перестроения, ОРУ с предметами и без, упражнения в равновесии, седы и упоры, упражнения в ползании, перелезании и лазании, элементы акробатических упражнений. Спортивные игры: освоение технических приёмов в баскетболе, волейболе, настольном теннисе, футболе, бочча. Лёгкая атлетика: ходьба и бег с элементами коррекционной направленности, метание малого мяча	Факультативные занятия АФК	Планируемые результаты: формирование следующих умений: - развитие мотивов занятий физической культурой; - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. - освоение первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры.	4	1	0	1
			обучающиеся 2В, 3Г, 3Д классов с НОДА умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)	Рабочая программа внеурочной деятельности коррекционный курс «Адаптивная физическая культура», 68 часов. Содержание: Формирование навыка правильной осанки, Коррекция основных движений Развитие ориентировки в собственной «схеме тела» и окружающем пространстве, Коррекция патологических установок конечностей и предупреждение деформаций в суставах, Развитие манипулятивной деятельности рук, навыков самообслуживания Совершенствование сердечно-сосудистой и дыхательной систем; ОФП. Игровая деятельность.	Факультативные занятия АФК	Планируемые результаты: формирование следующих умений: - развитие мотивов занятий физической культурой; - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. - освоение первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры.	13	1	1	0
			обучающиеся	Рабочая программа внеурочной деятельности коррекционный курс	Факультативные занятия	Коррекция двигательных нарушений, развитие	13	2	2	0



				3В,5А, 5Б, 5В. 7А, 8Б классов с НОДА	«Плавание» Содержание занятий строится в порядке возрастающей трудности, постепенного увеличения нагрузки, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей. Занятия могут проводиться как в обучающей, так и игровой форме. При повторении упражнений, использовать задания одного типа, но разного содержания.	АФК	потребностей здорового образа жизни для дальнейшего самосовершенствования и самореализации				
				обучающ иеся, 4В, 5Г, 8Г, 10В классов с НОДА умственн ой отсталост ью (интелле ктуальны ми нарушен иями)	Рабочая программа коррекционно- развивающих занятий АФК, 68 часов. Содержание: формирование следующих умений: развитие мотивов занятий физической культурой; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; освоение первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры.	Групповы е коррекцио нно- развиваю щие занятия АФК		15	2	2	0
				Обучаю щиеся 4Г и класса со сложным дефектом	Рабочая программа коррекционно- развивающих занятий АФК, 34 часа. Содержание: формирование следующих умений: развитие мотивов занятий физической культурой; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; освоение первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры.	Групповы е коррекцио нно- развиваю щие занятия АФК		4	1	0	1
				Обучаю щиеся 10Г и класса со сложным	Рабочая программа коррекционно- развивающих занятий АФК, 68 часов. Содержание: формирование следующих умений: развитие мотивов занятий физической культурой; формирование	Групповы е коррекцио нно- развиваю щие		4	1	1	0

			дефектом	установки на безопасный, здоровый образ жизни; освоение первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры.	занятия АФК					
			обучающиеся 10Б класса с НОДА с ЗПР	Рабочая программа коррекционно-развивающих занятий АФК, 68 часов. Содержание: Инструктаж по ТБ. Тестирование двигательных навыков. Коррекция нарушений осанки. Развитие ориентировки в собственной «схеме тела» и окружающем пространстве. Коррекция патологических установок конечностей и предупреждение деформаций в суставах. Коррекция основных движений. Развитие манипулятивной деятельности рук. Совершенствование сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Развитие навыков самообслуживания. Профилактика плоскостопия, коррекция стоп. Игровая деятельность (малоподвижные, подвижные, адаптированные спортивные игры: настольный теннис, мини-футбол, волейбол сидя, бочча) . Скандинавская ходьба.	Групповые коррекционно-развивающие занятия АФК		3	1	0	1
			обучающиеся ОВЗ (легкая степень двигательных нарушений)	Рабочие программы индивидуальных коррекционно-развивающих занятий АФК. Плавание. Содержание: техника безопасности на занятии по плаванию, обучение плаванию кроль на груди, обучение плаванию кроль на спине, обучение плаванию брассом..	Индивидуальные коррекционно-развивающие занятия АФК. Плавание		99	3	2	1
			обучающиеся ОВЗ (средняя и тяжелая степень двигательных)	Рабочие программы индивидуальных коррекционно-развивающих занятий АФК. Плавание. Содержание: Техника безопасности на занятиях по плаванию, Коррекция патологических установок конечностей и предупреждение деформаций в суставах с элементами гидрореабилитации,	Индивидуальные коррекционно-развивающие занятия АФК. Плавание			4	3	1

				нарушен ий)	Коррекция основных движений с элементами гидрореабилитации.						
				обучающ иеся ОВЗ НОДА	Рабочие программы индивидуальных коррекционно-развивающих занятий АФК. Содержание: нормализация мышечного тонуса, снижение спастичности мышц; увеличение подвижности в суставах; коррекция порочных поз и установок опорно-двигательного аппарата; улучшение зрительно-моторной координации, равновесия, базальная стимуляция, дыхательная гимнастика, упражнения на расслабление и нормализацию поз головы и туловища.	Индивидуальные коррекционно-развивающие занятия АФК.		24	6	3	3
				обучающ иеся ОВЗ НОДА	Рабочая программа индивидуальных коррекционно-развивающих занятий АФК. РТК Biodex. Содержание: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Тестирование функционального состояния опорно-двигательного аппарата.</li> <li>• Обучение основам двигательных действий.</li> <li>• Совершенствование навыков владения упражнениями.</li> <li>• Развитие проприоцептивной чувствительности.</li> <li>• Профилактика развития контрактур, увеличение объема активного движения.</li> <li>• Укрепление мышечного корсета.</li> <li>• Увеличение силовой выносливости мышц</li> <li>• Улучшение контроля за физическим развитием каждого ребёнка с учётом возрастных и физических особенностей, связанных с заболеванием опорно-двигательного аппарата.</li> </ul>	Индивидуальные коррекционно-развивающие занятия АФК. РТК Biodex	<b>Планируемые результаты:</b> расширение двигательной сферы обучающихся; совершенствование двигательных навыков; выработка правильного двигательного стереотипа; выработка изолированных движений и торможение содружественных реакций.	49	1	1	0
				обучающ иеся ОВЗ	Рабочая программа индивидуальных коррекционно-развивающих занятий АФК.	Индивидуальные коррекцио	Формирование и развитие особенностей пострурального	76	1	1	0

				НОДА	Стабилоплатформа. Содержание: развитие координации движений, статико-динамического баланса, постурального контроля по удержанию позы, постуральной стабильности и контроля, расширять пределы постуральной устойчивости.	нно-развивающие занятия АФК. Стабил оплатфо рма	контроля, стабильности и пределов постуральной устойчивости. Фиксирование динамики показателей под влиянием тренировки в различных режимах био-стабилоплатформы				
--	--	--	--	------	---	--	--	--	--	--	--

*Исполнитель: Логишева Оксана Геннадьевна.*