

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНОЙ РАБОТЫ

ОТЧЕТ
ПО ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ
ПРАКТИКЕ

Студент:
гр. БФЗА-21-ФР

подпись

Кожемяко А.Г.
Ф.И.О.

Руководитель практики
к.п.н., доцент

подпись

Высовень Г.И.
Ф.И.О.

Руководитель практики от предприятия:
Директор КГОбУ «Специальной (коррекционной)
общеобразовательной школы-интерната
III-IV видов», г. Артём

подпись

Богнина Е.В.
Ф.И.О.



Владивосток 2024

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНОЙ РАБОТЫ

ЗАДАНИЕ
на производственную педагогическую практику

Студент Кожемяко А.Г.

1. Срок прохождения практики: 04.03.24-01.06.24; 24.06.24-13.07.24 (приказ № 1738 - с)

2. Содержание практики:

Задание 1. Ознакомиться с правилами внутреннего распорядка организации, требованиями охраны труда и пожарной безопасности.

Задание 2. Разработать документы планирования учебного процесса по адаптивной физической культуре для начальной (1-4 классы) и основной (5-9 классы) школы.

Задание 3. Провести уроки по адаптивной физической культуре в начальной (1-4 классы) и основной (5-9 классы) школе.

Задание 4. Провести диагностику плотности урока по адаптивной физической культуре, познавательных интересов на уроке и уровня физической подготовленности учащихся начальной и основной школы.

Задание 5. Оформить отчет и документы практики в печатном и электронном виде и представить на защиту в соответствии с требованиями организации и в установленные графиком практики сроки.

Дата выдачи задания: 04.03.2024

Руководитель практики
к.п.н., доцент



подпись

Высовень Г.И.
Ф.И.О.

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНОЙ РАБОТЫ

КОНТРОЛЬНЫЙ ЛИСТ
прохождения инструктажа по охране труда и пожарной безопасности

Студент Кожемяко А.Г.

Группы БФЗА-21-ФР

Кафедра физкультурно-оздоровительной и спортивной работы

Руководитель практики к.п.н., доцент Высовень Г.И.

Инструктаж по ознакомлению с требованиями охраны труда, техники безопасности,
противопожарной безопасности прошел  / О.А. Барабаш /

(подпись уполномоченного лица)

С правилами трудового распорядка ознакомлен (а)



подпись

Кожемяко А.Г.
Ф.И.О. (студента)

В период с 04 марта по 01 июня 2024 года и с 24 июня по 13 июля 2024 года в соответствии с графиком учебного процесса я проходил производственную педагогическую практику. В качестве задания на практику мне были зачтены различные виды работ. Виды и сроки выполненных работ представлены ниже.

ГРАФИК (ПЛАН)

прохождения производственной педагогической практики

Студент Кожемяко А.Г.

Группа БФЗА-21- ФР1

Сроки прохождения практики: 04.03.24-01.06.24; 24.06.24-13.07.24

| Виды работ | Структурное подразделение/ название проекта /мероприятие | Дата | Количество отрабо- танного времени | Наличие случаев опозданий и/или не своевременного выполнения заданий |
|--|---|-------------|---|---|
| Установочная конференция об организации практики в КГОБУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III-IV видов», г. Артём | Кафедра Физкультурно-оздоровительной и спортивной работы | 04.03.2024 | 2 | отсутствуют |
| Инструктаж по технике безопасности | Кафедра Физкультурно-оздоровительной и спортивной работы | 04.03.2024 | 2 | отсутствуют |
| Участие в работе КГОБУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III-IV видов», г. Артём | Ознакомится с деятельностью КГОБУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III-IV видов»: изучение официального сайта. Подбор источников информации по теме индивидуального задания. Формирование списка литературы. | 04.03.2024- | 10 | отсутствуют |
| | | 01.06.2024 | | |
| | | 24.06.2024- | | |
| | | 13.07.2024 | | |
| Разработать документы планирования учебного процесса по адаптивной физической культуре для начальной (1-4 классы) и основной (5-9 классы) школы. | | 26 | отсутствуют | |
| Провести уроки по адаптивной физической культуре в начальной (1-4 классы) и основной школе (5-9 классы). | | 46 | отсутствуют | |
| Провести уроки по адаптивной физической культуре в основной школе (5-9 классы). | | 46 | | |
| Провести диагностику | | 28 | отсутствуют | |

| | | | | |
|--|--|---------------------------|------------|-------------|
| | плотности урока по адаптивной физической культуре, познавательных интересов на уроке и уровня физической подготовленности у учащихся основной и средней школы. | | | |
| Оформление отчётных документов практики в печатном и электронном виде, представление на защиту в соответствии с требованиями и установленным графиком практики сроками | Загрузить отчет в СУЭД ВВГУ | Последняя неделя практики | 20 | отсутствуют |
| Итого: | | | 180 | |

Дата выдачи задания на практику 04.03.2024

Срок сдачи студентом готового отчета 13.07.2024

Руководитель практики
к.п.н., доцент

подпись

Высовень Г.И.
Ф.И.О.

Задание принял

подпись

Кожемяко А.Г.
Ф.И.О.

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНОЙ РАБОТЫ

ОТЗЫВ РУКОВОДИТЕЛЯ

на отчет по производственной педагогической практике студента группы БФЗА-21-ФР

Кожемяко Александра Германовича, направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура). Профиль Физическая реабилитация.

Руководитель производственной педагогической практики доцент кафедры физкультурно-оздоровительной и спортивной работы ВВГУ Высовень Г.И.

В данном отчете представлены документы, самостоятельно выполненные студентом:

- характеристика структуры образовательного учреждения КГБОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III-IV видов», г. Артём;
- документы планирования учебного процесса по адаптивной физической культуре для начальной (1-4 классы) и основной (5-9 классы) школы;
- диагностики плотности урока по адаптивной физической культуре, познавательных интересов на уроке и уровня физической подготовленности учащихся начальной и основной школы.

Кожемяко Александр Германович за время прохождения практики продемонстрировал вполне сформировавшуюся способность применять формы, методы, приёмы и средства организации учебной и воспитательной деятельности обучающихся. Он четко формулирует цели и задачи учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в соответствии с требованиями ФГОС. При проведении занятий по адаптивной физической культуре и диагностики познавательных интересов основной и средней школы применяет различные приемы мотивации и рефлексии.

Студент в полной мере предоставил все требуемые материалы прохождения производственной педагогической практики с результатом на оценку – «Отлично».

Оценка Отлично

Руководитель практики
к.п.н., доцент



подпись

Высовень Г.И.
Ф.И.О.

Содержание

| | |
|---|----|
| Введение | 3 |
| Раздел 1. Характеристика структуры образовательного учреждения КГОБУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III-IV видов», г. Артём | 5 |
| Раздел 2. Изучение нормативно-правовых документов работы с обучающимися с ОВЗ начальной (1–4-е классы), основной (5–9-е классы) школы КГОБУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III-IV видов», г. Артём | 11 |
| Раздел 3. Планы-конспекты уроков по адаптивной физической культуре для начальной (1–4-е классы), основной (5–9-е классы) школы КГОБУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III-IV видов», г. Артём | 18 |
| Раздел 4. Пульсометрия на уроке адаптивной физической культуры обучающегося 8 –го класса КГОБУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III-IV видов», г. Артём..... | 32 |
| Выводы | 36 |
| Список литературы | 37 |

Введение

Производственная педагогическая практика является необходимой частью подготовки бакалавров направления 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), профиль «Физическая реабилитация» проводится с целью овладения студентами профессиональными практическими навыками и компетенциями планирования и организации педагогического процесса путём непосредственного участия в деятельности образовательного учреждения.

Производственная педагогическая практика проходила на базе КГОБУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III-IV видов», г. Артём с 04.03.2024 по 01.06.2024 года и с 24.06.2024 по 13.07.2024 года. Руководитель производственной педагогической практики доцент кафедры физкультурно-оздоровительной и спортивной работы Высовень Г.И.

Содержательно практика представляла собой участие в различных видах физкультурно-массовой деятельности и проведение занятий по адаптивной физической культуре. Была изучена и дана характеристика структуры организации КГОБУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III-IV видов», г. Артём. Мной были проведены уроки по адаптивной физической культуре в 4-ом и 9-ом классах.

В данном Отчёте представлены результаты выполнения Задания по практике в образовательном учреждении:

- **организационная деятельность:** разработка индивидуального плана работы на период практики;

- **ознакомительная деятельность:** знакомство с деятельностью образовательного учреждения КГОБУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III-IV видов», (Приморский край, г. Артём, ул. Фрунзе, 4, Тел.: 8(42337) 3-09-20, электронная почта: kshi3-4@mail.ru), образовательной и предметной средой, правовыми и этическими нормами профессиональной деятельности педагогов, системой физического воспитания в образовательном учреждении;

- **профессионально-методическая деятельность:** разработка базовых компонентов планирования и учета учебно-воспитательного процесса по адаптивной физической культуре в КГОБУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III-IV видов», г. Артём;

- **профессионально-практическая деятельность:** анализ уроков, проведение занятий по адаптивной физической культуре, в качестве помощника учителя, для мальчиков и девочек

4-го и 9 – го классов КГ ОБУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III-IV видов», г. Артём. Возраст обучающихся 10 лет (4 класс), 15 лет (9 класс).

Работа осуществлялась по изучению и обзору литературных источников, ресурсов интернета. Задание было дано руководителем практики на установочной конференции по организации практики. В течение практики я получал обратную связь в виде оценивания и характеристики проделанной работы.

Результатом проделанной работы стало овладение профессиональными навыками по формированию компетенции: ПКВ-1 «Способность эффективно осуществлять комплексный индивидуальный маршрут реабилитации в соответствии с возможностями самого реабилитанта, его ближайшего окружения и средовых ресурсов»; ПКВ-2 «Способность проводить мониторинг результатов реабилитации и оперативную корректировку реабилитационных мероприятий для достижения прогнозных показателей завершённого реабилитационного случая».

Раздел 1. Характеристика структуры образовательного учреждения КГБОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III-IV видов», г. Артём

1.1 Общие сведения о базе практики

Дадим краткую характеристику образовательному учреждению КГБОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III-IV видов», г. Артём (Таблица 1)

Таблица 1 – Характеристика образовательного учреждения

| | | |
|----|---|--|
| 1) | Адрес образовательного учреждения | 692756, Россия, Приморский край, г. Артём, улица Фрунзе, дом 4 |
| 2) | Название образовательного учреждения | Краевое государственное общеобразовательное бюджетное учреждение «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III-IV видов», г. Артём |
| 3) | Руководитель образовательного учреждения | Директор Богнина Елена Валерьевна |
| 4) | Количество обучающихся | 157 человек |
| 5) | Педагогический состав сотрудников по физической культуре (указать ф.и.о., квалификация педагогов) | Беденко Наталья Николаевна, учитель физической культуры, квалификационная категория – высшая. Дахновская Светлана Викторовна, учитель физической культуры, квалификационная категория – высшая. |
| 6) | Средняя наполняемость классов | 8 человек (4-12 человек) |
| 7) | Общие сведения о занятости учащихся | График работы: Школа работает в режиме пятидневной учебной недели. Занятия проводятся в одну смену. Режим работы: круглосуточный с интернатным пребыванием. |

Таблица 2 – Организация воспитательного процесса

| | | |
|----|---|--|
| 1) | Перечень основных и дополнительных программ воспитательного процесса | Направления воспитательной работы: гражданско-патриотическое; воспитание социальной ответственности; экологическое воспитание и ЗОЖ; воспитание трудолюбия и профориентации; нравственное воспитание; эстетическое воспитание; воспитание книголюбия. |
| 2) | Содержание внеурочных форм деятельности учащихся и организация досуга | Внеурочная деятельность: кружки «В мире музыки», «Волшебная кисть», «Город мастеров»; вокальные группы «Вдохновение» (5-11 классы) и «Веселые нотки» (начальное звено), школьный хор (начальное звено); танцевальные ансамбли: «Радуга» (начальное звено), «Талисман» (среднее звено), «Ориентир» (для |

| | | |
|--|--|---|
| | | незрячих), спортивные кружки (скандинавская ходьба, диски здоровья, лыжи, эспандеры, бассейн). Досуг: интерактивные игры, викторины, концерты, выставки рисунков, чтение книг из библиотечного фонда и проч. |
|--|--|---|

Таблица 3 – Организация учебно-воспитательного процесса по адаптивной физической культуре

| | | |
|----|--|---|
| 1) | Система физического воспитания в школе | Направлена на обучение двигательным действиям, развитие физических качеств, коррекцию двигательных нарушений, имеющихся у учащихся с нарушениями зрения |
| 2) | Основная форма физического воспитания в школе | Уроки физической культуры |
| 3) | Перечень основных документов планирования уроков по адаптивной физической культуре | Учебный план, учебная программа, план-график учебного процесса, рабочий (тематический) план, расписание занятий, планы-конспекты занятий |
| 4) | Основные формы общешкольной физкультурно-оздоровительной деятельности | Утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные игры, спортивные секции, дни здоровья, спортивные праздники. Коррекционные занятия: ЛФК, ритмика, развитие зрительного восприятия, развитие коммуникативной деятельности, предметно - пространственная ориентировка, социально-бытовая ориентировка, тифлотехника, развитие мимики и пантомимики, развитие осязания и мелкой моторики. |

В условиях общеобразовательной школы большое значение придаётся двигательному режиму школьников. В связи со спецификой школы, учебно-воспитательный процесс по физической культуре имеет адаптивный уклон. В изучаемом нами учреждении представлены разнообразные формы общешкольной физкультурно-оздоровительной деятельности. Учащиеся обеспечены ежедневными занятиями по физической культуре и спорту, а также коррекционными занятиями. Чередование их с учебными занятиями обеспечивает обучающимся высокий уровень двигательной активности, снижает утомление, повышает эффективность учебной работы, помогает детям с нарушением зрения освободиться от эмоциональных барьеров, обеспечить эмоциональный комфорт, развить познавательные навыки, адаптироваться к нормальной социальной среде.

1.2 Программа образовательного учреждения

Дадим характеристику образовательной программы, применяемой в образовательном учреждении КГБОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III-IV видов», г. Артём.

Школа-интернат занимается обучением детей с нарушением зрения. В связи с этим рабочие программы учебного предмета «Адаптивная физическая культура» ориентированы на оздоровление, реабилитацию и адаптацию к нормальной социальной среде слепых и слабовидящих детей. Рабочие программы содержат учебный материал, обеспечивающий удовлетворение образовательных потребностей слепых и слабовидящих детей, индивидуально-ориентированное обучение с учетом особенностей психофизического развития, с учетом показаний офтальмологов к применению физических упражнений и освоение ими программы начального и основного общего образования.

Рабочие программы имеют следующую структуру:

1. Пояснительная записка (цели, задачи АФК)
2. Основное содержание (перечень тем, распределение учебных часов по разделам, перечень рекомендуемых занятий, методы обучения)
3. Методические указания о путях реализации программы, касающиеся методов, организационных форм, средств обучения, оценки знаний, навыков и умений, приобретаемых учащимися.

Цели программы:

- повышение двигательной активности и мобильности, достижение независимости обучающихся с депривацией зрения;
- обеспечение комплексного подхода к решению образовательных проблем ребенка, развитие его способностей (моторных, умственных), а также социально-бытовых навыков.

Задачи программы:

- формирование общей двигательной культуры, сохранение и укрепление здоровья обучающихся;
- предоставление слабовидящим обучающимся возможности накопления опыта самостоятельности и активности в реализации освоенных двигательных умений и навыков в урочной и внеурочной деятельности;
- организация физкультурно-оздоровительной деятельности обучающихся;
- развитие личности слабовидящих обучающихся в их индивидуальности с обеспечением преодоления ими возможных трудностей сенсорно - перцептивного, коммуникативного, двигательного, личностного развития, обусловленных негативным влиянием патогенного фактора, их успешной социальной адаптации и интеграции.

Формы организации образовательного процесса:

Основными формами организации образовательного процесса в начальной и основной школах являются:

- уроки физической культуры,
- физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня (гимнастика до занятий, физкультминутки, организованные перемены (игры, конкурсы),
- внеклассная работа (спортивные соревнования и праздники, занятия в спортивных секциях и кружках, самостоятельные занятия физическими упражнениями).

Рабочая учебная программа по курсу «Адаптивная физическая культура» в начальной (1-4 классы) школе разработана на срок реализации 2023 – 2028 гг.

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная система человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

С учетом этих особенностей целью программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Кроме основных задач программа начальной школы направлена на:

- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья и физическом развитии;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
- преодоление недостатков, возникающих на фоне зрительной патологии при овладении движениями (скованности, малоподвижности, неуверенности, боязни пространства);
- коррекцию здоровья путём применения специальных средств и методов, развивающих и восстанавливающих зрение и зрительно-двигательную ориентировку.

Особенностью физических занятий младших школьников выступает акцент на решении образовательных задач: изучение движений, развитие простейших знаний о здоровом образе жизни и физической культуре.

Структура учебного предмета:

В соответствии со структурой двигательной (физкультурной) деятельности учебная программа включает в себя три основных учебных раздела:

- «Знания о физической культуре» (информационный компонент деятельности);
- «Способы двигательной (физкультурной) деятельности» (операциональный компонент деятельности);
- «Физическое совершенствование» (процессуально-мотивационный компонент деятельности).

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности и развитие личностных качеств, способностей (компетенций).

Рабочая учебная программа по курсу «Адаптивная физическая культура» в основной (5-9 классы) школе разработана на срок реализации 2023 – 2028 гг.

Как уже говорилось выше, главная цель образовательного процесса детей с различным нарушением зрения – освоение курса общеобразовательной школы с учетом специфических особенностей их физического и психологического развития, подготовка к интеграции в общество нормально видящих людей.

Задачи программы основной школы:

- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, воспитание целостных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- достижение возможного в данном возрасте уровня развития координации, точности и быстроты движений, функций равновесия, мышечной силы, скоростно-силовых качеств, скоростных, подвижности в суставах, гибкости и выносливости;
- обучение гимнастике с основами акробатики, играм, ходьбе по пересеченной местности, элементам легкой атлетики, элементам волейбола, баскетбола, футбола;
- развитие способности ориентироваться с помощью охранных анализаторов на слух;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей, основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств.

Таким образом, решая эти задачи и создавая коррекционно-развивающую среду в процессе адаптивного физического воспитания, мы создаем повышение уровня качества жизни подростков со зрительной депривацией.

В средней школе уроки физической культуры подразделяются на три типа: уроки с образовательно-познавательной направленностью, уроки с образовательно-обучающей направленностью и уроки с образовательно-тренировочной направленностью.

Уроки с образовательно-познавательной направленностью дают учащимся необходимые знания, знакомят со способами и правилами организации самостоятельных занятий, обучают навыкам и умениям по их планированию, проведению и контролю. Важной особенностью этих уроков является то, что учащиеся активно используют учебники по физической культуре, различные дидактические материалы.

Образовательное учреждение КГБОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III-IV видов», г. Артем осуществляет образовательный процесс в соответствии с требованиями ФГОС начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (2014), Федеральной адаптированной образовательной программой основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (2022) по общеобразовательным программам начального общего (1-4 классы), основного общего (5-9 классы) и среднего общего (10-12 классы) уровней образования.

Организация образовательного процесса в учреждении строится на основе учебного плана, разрабатываемого в соответствии с Федеральным базисным учебным планом для образовательных учреждений РФ, реализующих программы общего образования и документами Министерства образования РФ, регламентирующими расписание занятий, годовым календарным учебным графиком.

Раздел 2. Изучение нормативно-правовых документов работы с обучающимися с ОВЗ начальной (1–4-е классы), основной (5–9-е классы) школы

Изучены нормативно-правовые документы, используемые в работе с обучающимися специальных коррекционных школ: международного, федерального, правительственного, ведомственного, регионального уровня.

Таблица 4 – Нормативно-правовое обеспечение образования лиц с ОВЗ

| | Название документа | Статьи и пункты, касающиеся образования лиц с ОВЗ |
|-------------------------|--|---|
| Международные документы | | |
| 1 | Всеобщая декларация прав человека (1948) | Ст. 1- «Все люди рождаются свободными и равными в своем достоинстве и правах». Декларация является основой для международных правовых стандартов, касающихся инвалидов и лиц с ОВЗ. |
| 2 | Конвенция ООН о правах человека (1989) | Ст. 23 - неполноценный в умственном или физическом отношении ребенок должен вести полноценную и достойную жизнь в условиях, которые обеспечивают его достоинство, способствуют его уверенности в себе и облегчают его активное участие в жизни общества; ст. 28 признает право ребенка – инвалида на образование. |
| 3 | Всемирная декларация об образовании для всех (Джомтьен, 1990) | Ст. 3 - «Потребности инвалидов в образовании заслуживают особого внимания, в связи с чем государствам-участникам Конвенции необходимо принять меры по обеспечению равного доступа к образованию для всех категорий инвалидов как неотъемлемой части системы образования». |
| 4 | Саламанкская декларация о принципах, политике и практических действиях в сфере образования лиц с особыми потребностями (Испания, 1994) | Раздел 2: 1. Каждый ребёнок имеет право на образование. 2. Необходимо разрабатывать системы образования и выполнять образовательные программы с учётом широкого разнообразия особенностей и потребностей детей. 3. Лица, имеющие особые потребности в области образования, должны иметь доступ к обучению в обычных школах. 4. Обычные школы с инклюзивной ориентацией являются наиболее эффективным средством борьбы с дискриминацией и базой для построения |

| | | |
|--|---|---|
| 5 | Конвенция ООН о правах инвалидов (2006) | <p>инклюзивного общества.</p> <p>Ст. 24 - «Государства-участники признают право инвалидов на образование. В целях реализации этого права без дискриминации и на основе равенства возможностей государства-участники обеспечивают инклюзивное образование на всех уровнях и обучение в течение всей жизни.</p> <p>Образование должно быть направлено на:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие умственных и физических способностей в самом полном объеме; -обеспечение инвалидам возможности эффективно участвовать в жизни свободного общества; - доступ инвалидов к образованию в местах своего непосредственного проживания; -предоставление эффективных мер индивидуальной поддержки в общей системе образования, облегчающих процесс обучения; -создание условий для освоения социальных навыков. |
| Федеральные законы (законы РФ, кодексы) | | |
| 1 | Конституция РФ | <p>Ст. 43 - «Каждый имеет право на образование».</p> <p>Это означает, что право на образование принадлежит каждому человеку независимо от правового, социального, имущественного или иного статуса.</p> |
| 2 | Семейный кодекс РФ | <p>Ст. 63 – Родители обязаны обеспечить получение детьми общего образования.</p> |
| 3 | Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утв. Приказом Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 № 1598, редакция от 08.11.2022 | <p>Стандарт включает требования к содержанию адаптированных основных общеобразовательных программ для обучающихся с ОВЗ предметным дисциплинам, а также к рабочим программам учебных предметов и рабочим программам курсов внеурочной деятельности.</p> |
| 4 | Федеральный закон от 24.11. 1995 года № 181-ФЗ (ред. от 29.05.20240 "О социальной защите инвалидов в Российской Федерации" | <p>Ст. 19 – Образование инвалидов:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Государство поддерживает получение инвалидами образования и гарантирует создание инвалидам необходимых условий для его получения. - Поддержка общего образования, профессионального образования и профессионального обучения инвалидов направлена на: <p>1) осуществление ими прав и свобод</p> |

| | | |
|---|---|--|
| | | <p>человека наравне с другими гражданами;</p> <p>2) развитие личности, индивидуальных способностей и возможностей;</p> <p>3) интеграцию в общество.</p> <p>- Органы, осуществляющие управление в сфере образования, обеспечивают получение инвалидами общедоступного и бесплатного дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования и среднего профессионального образования, а также бесплатного высшего образования.</p> <p>- Обучение инвалидов осуществляется в соответствии с адаптированными образовательными программами.</p> <p>- Органы государственной власти и организации, осуществляющие образовательную деятельность, оказывают психолого-педагогическую поддержку при получении инвалидами образования.</p> |
| 5 | Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 -ФЗ (ред. от 19.12.2023) «Об образовании в Российской Федерации» | <p>- Ст. 27: Инклюзивное образование - обеспечение равного доступа к образованию для всех обучающихся с учетом разнообразия особых образовательных потребностей и индивидуальных возможностей.</p> <p>- Ст. 28: Адаптированная образовательная программа - образовательная программа, адаптированная для обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и при необходимости обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию указанных лиц.</p> <p>- Ст. 42: Психолого-педагогическая, медицинская и социальная помощь обучающимся, испытывающим трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации.</p> <p>- Ст. 79: Организация получения образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья.</p> |
| 6 | Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утв. Приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 № 1897 | Требования к результатам, структуре и условиям освоения основной образовательной программы, учитывающие образовательные потребности обучающихся с ОВЗ и инвалидов. |

| | | |
|---|--|--|
| 1 | <p style="text-align: center;">Правительственные (постановления и распоряжения Правительства РФ)</p> <p>Постановление Правительства РФ от 12.03. 1997 г. (в ред. от 10.03.2009) «Об утверждении Типового положения о специальном (коррекционном) образовательном учреждении для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии».</p> | <p>Положение регулирует деятельность всех коррекционных образовательных учреждений для создания благоприятных условий воспитания, лечения, социальной адаптации и интеграции в общество.</p> |
| 2 | <p>Постановление Правительства РФ от 29.03.2019 №363 «Об утверждении государственной программы РФ «Доступная среда».</p> | <p>Одной из целей государственной политики является создание условий для предоставления детям-инвалидам с учетом особенностей их психофизического развития равного доступа к качественному образованию.</p> <p>Необходимым условием реализации указанной цели является создание в общеобразовательной организации универсальной безбарьерной среды, позволяющей обеспечить полноценную интеграцию детей-инвалидов.</p> |
| 3 | <p>Указ Президента РФ от 07.05.2012 г. № 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки».</p> | <p>Об увеличении доли образовательных учреждений СПО и высшего образования, здания которых приспособлены для обучения лиц с ограниченными возможностями с 3-х до 25%.</p> |
| | <p>Ведомственные (документы Министерства образования)</p> | |
| 1 | <p>Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации №1598 от 19.12. 2014.</p> | <p>«Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».</p> |
| 2 | <p>Приказ Министерства просвещения Российской Федерации № 1025 от 24.11.2022.</p> | <p>"Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».</p> |
| 3 | <p>Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 1309 от 09.11.2015.</p> | <p>«Об утверждении порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере образования, а также оказания им при этом необходимой помощи».</p> |
| 4 | <p>Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации №1399 от 02.12.2015</p> | <p>«Об утверждении Плана мероприятий («Дорожной карты») Министерства образования и науки Российской Федерации по повышению значений показателей доступности для инвалидов объектов и предоставляемых на них услуг в сфере образования»</p> |
| 5 | <p>Приказ Министерства просвещения Российской Федерации № 1025 от</p> | <p>"Об утверждении федеральной адаптированной образовательной</p> |

| | | |
|---|---|---|
| | 24.11.2022 | программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья». |
| Региональные (документы Министерства образования и молодежной политики) | | |
| 1 | Приказ Министерства образования Приморского края № 719-А от 13.07.2022 | «О работе по результатам оценки региональных механизмов управления качеством образования в Приморском крае: выявление, поддержка и развитие способностей и талантов у обучающихся с ОВЗ». |
| 2 | Распоряжение Правительства Приморского края № 119-рп от 15.03.2022 | «О плане мероприятий по внедрению инклюзивного общего и дополнительного образования, детского отдыха, созданию специальных условий для обучающихся с инвалидностью, с ограниченными возможностями здоровья на долгосрочный период (до 2030 года). |
| 3 | Устав КГОБУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III-IV видов», утв. Распоряжением Министерства имущественных и земельных отношений Приморского края от 18.04.2023 № 298-ри. | Раздел 2- обеспечение обучения и воспитания, преодоления отклонений в развитии обучающихся с нарушениями зрения; обеспечение условий для получения качественного общего образования. |
| Муниципальные | | |
| 1 | Приказ Управления по работе с муниципальными учреждениями образования администрации города Владивостока от 11.08.2022 №222-а | «Об организации специальных (коррекционных) классов для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в муниципальных общеобразовательных учреждениях» |
| 2 | Приказ Управления по работе с муниципальными учреждениями образования администрации города Владивостока от 22.07.2021 №185-а | «Об организации ресурсных классов для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в муниципальных общеобразовательных учреждениях» |
| 3 | Приказ Управления по работе с муниципальными учреждениями образования г. Владивостока от 08.07.2014 № 638-а | «Об открытии групп кратковременного пребывания для детей с ОВЗ в муниципальных образовательных учреждениях города Владивостока в целях реализации муниципальной программы «Доступная среда» на 2014-2018 гг.» |
| Локальные акты | | |
| 1 | Положение об интернате, утв. директором КГОБУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III-IV видов» 01.09.2016 | Раздел 1- п. 1.5 – обеспечение гарантий получения доступного обязательного общего образования для слепых и слабовидящих детей; создание оптимальных условий для организации образовательного и воспитательного процесса. |

| | | |
|---|---|--|
| 2 | Положение о формах получения образования в КГ ОБУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III-IV видов», утв. Директором 29.08.2019 | Разделы 2-7 – формы обучения по адаптированным программам: очная, заочная, очно-заочная, семейная. |
| 3 | Положение о годовом календарном графике КГ ОБУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III-IV видов», утв. директором 30.08.2019. | Раздел 1- организация здоровьесберегающего образовательного пространства и оптимизация учебного процесса для слепых и слабовидящих детей. |
| 4 | Адаптированная рабочая программа воспитания, 2021 | Раздел 1 – особенности организуемого в школе воспитательного процесса детей с нарушением зрения. |
| 5 | Правила внутреннего распорядка для учащихся, утв. директором 09.01.2019 | Раздел 2- режим образовательного процесса (продолжительность учебного года, каникул, бесплатное пользование учебниками, средствами обучения и проч.) Раздел 4 – система поощрений за безупречную учебу, достижения на олимпиадах, конкурсах). |

Среди общепризнанных прав и свобод человека особое место занимает его право на образование. Каждый человек может воспользоваться этим правом, даже наличие умственного или физического недостатка не может стать препятствием на пути его реализации. Обеспечение реализации права детей с ограниченными возможностями здоровья на образование рассматривается как одна из важнейших задач государственной политики Российской Федерации.

В современной России образование лиц с ограниченными возможностями здоровья опирается на многоуровневую нормативно-правовую базу. Нормативно-правовые основы Российской Федерации в области защиты прав детей с ОВЗ и детей-инвалидов строятся с учетом существования 5 уровней:

- международного
- федерального
- регионального
- местного
- уровень образовательной организации

В процессе прохождения практики нами были проанализированы и изучены основные нормативно-правовые акты в области образования лиц с ОВЗ международного уровня, нормативно-правовые основы образования лиц с ОВЗ в Российской Федерации, Приморском

крае, а также локальные документы, используемые в работе КГ ОБУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III-IV видов», г. Артём.

Таким образом, можно сделать вывод, что нормативно-правовая база содействует качественной работе сложившейся системы специального образования для детей с ограниченными возможностями здоровья и направлена на обеспечение равных возможностей получения качественного образования всеми обучающимися, в том числе и детьми с ограниченными возможностями здоровья.

Раздел 3. Планы-конспекты уроков адаптивной физической культуры начальной (1–4-е классы), основной (5–9-е классы) школы в КГБОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III-IV видов», г. Артём

Цель: разработать за период практики Планы-конспекты урока по адаптивной физической культуре в соответствии с требованиями ФГОС и Тематическим планом для начальной школы (4 класса) и основной школы (9 класса), согласовать с педагогом по физической культуре, утвердить конспекты уроков у руководителя по практике.

План – конспект урока адаптивной физической культуры в 4 классе

Тема: Гимнастика

Задачи урока:

- 1) Оздоровительная: укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию достижение достаточного уровня работоспособности (мышечной и общей), общее развитие и укрепление органов дыхания, профилактика плоскостопия.
- 2) Образовательная: обучение комплексу корригирующей гимнастики.
- 3) Воспитательная: воспитание достаточно устойчивого интереса и привычки к занятиям физической культурой, положительных морально-волевых качеств.
- 4) Развивающие: развитие двигательных способностей - гибкости, координации движений, развитие внимательности и двигательной памяти, необходимых для успешного овладения гимнастическими упражнениями.
- 5) Коррекционная: коррекция ориентировки в пространстве.

Инвентарь: маты

Время проведения: 8:50 – 9:30 (40 мин.)

Место проведения: спортивный зал Специальной (коррекционной) общеобразовательной школы-интерната III- VI вида, г. Артем

Таблица 5 – Ход урока

| Часть урока | Частные задачи | Содержание | Дозировка | Организационно - методические указания |
|----------------------------------|----------------|---|-----------|--|
| Подготовительная часть 12 мин | Построение | Построение в шеренгу, приветствие, расчёт по порядку, объяснение задач занятия. | 2 мин | Проверка внешнего вида (спортивной формы). Узнать самочувствие у занимающихся. |

| Часть урока | Частные задачи | Содержание | Дозировка | Организационно - методические указания |
|-------------|--|---|-----------|--|
| | Перестроение | «Направо!» «В обход по залу шагом марш!» | 30 сек | Следить за дисциплиной. |
| | ОРУ в ходьбе | И.п. – руки вверх ставь, ходьба на носках. | 8 раз | Спина прямая, руки прямые вверх. |
| | | И.п. – руки за голову ставь, ходьба на пятках. | 8 раз | Спина прямая, носки стоп тянуть наверх. |
| | | И.п. – руки на пояс ставь, ходьба перекатом с пятки на носок. | 8 раз | Спина прямая, работаю обе ноги. |
| | | И.п. – руки на пояс ставь, наклоны туловища вправо, влево на каждый шаг. | 8 раз | Ноги в коленях не сгибать, держать осанку. |
| | | Наклоны туловища к правой, левой ноге на каждый шаг. | 8 раз | Ноги в коленях не сгибать, наклон как можно ниже. |
| | Бег | Лёгкий бег | 1 мин | Дистанция два шага, держать широкий круг. Следим за дисциплиной. |
| | Восстановление дыхания | Ходьба | 30 сек | Дистанция два шага, держать широкий круг. |
| | Перестроение на ОРУ на месте | Расчёт на 1,2,3 «Первые номера на месте, вторые два шага вперёд, третьи четыре шага вперёд.» «На вытянутые руки разойтись!» | 1 мин | Следить за дисциплиной. |
| | ОРУ на месте. Развитие мышц верхнего плечевого пояса | Упр.1 И.п. – стойка ноги врозь, руки в стороны, кисти сжаты в кулаки. Круговые движения в кистевых суставах на 1-8 вперёд, на 1-8 назад. | 16 раз | Руки в локтевых суставах не сгибаются. |
| | | Упр.2 И.п. – тоже. Круговые движения в локтевых суставах на 1-8 вперёд, 1-8 назад. | 16 раз | Плечи вниз не опускаются. |
| | | Упр.3 | 16 раз | Руки в локтевых |

| Часть урока | Частные задачи | Содержание | Дозировка | Организационно - методические указания |
|-------------|------------------------|---|-----------|---|
| | | И.п. – стойка ноги врозь, руки вдоль туловища. На 1-8 круговые движения прямыми руками вперёд, 1-8 назад. | | суставах не сгибать. Спина прямая. |
| | Развитие мышц шеи | Упр.4 И.п. – стойка ноги врозь, руки на пояс. 1 – наклон головы вперёд; 2 - назад; 3 – вправо; 4 – влево. 5-8 тоже. | 16 раз | Плечи не напряжены. Наклоны выполнять плавно, в спокойном темпе. |
| | | Упр.5 И.п. – тоже. 1 – поворот головы направо; 2 – И.п.; 3 – поворот головы налево; 4 – И.п. 5-8 - тоже. | 16 раз | Плечи расслаблены. Повороты выполнять плавно, без резких движений. |
| | | Упр.6 И.п. – стойка ноги врозь, руки на пояс. Круговые движения головой вправо, влево. 1-4 - поворот головы вправо; 5-8 - влево. | 8 раз | Круговые движения выполнять плавно, без резких движений. Плечи расслаблены. |
| | Развитие мышц туловища | Упр.7 И.п. – стойка ноги врозь, правая рука вверху, левая на пояс. 1-2 - наклон туловища вправо; 3-4 - влево. 5-8 - тоже. | 16 раз | Прямая рука находится над головой и в локтевом суставе не сгибается. |
| | | Упр.8 И.п. – стойка ноги врозь, руки на пояс. 1-2 - наклон туловища вперёд; 3-4 - наклон назад. 5-8 - тоже. | 16 раз | Спину держать ровно. Взгляд прямо. |
| | | Упр.9 | 16 раз | Ноги в коленях |

| Часть урока | Частные задачи | Содержание | Дозировка | Организационно - методические указания |
|-------------|--|--|-----------|---|
| | | И.п. – широкая стойка ноги врозь, руки прямые в стороны. «Мельница». | | не сгибать. Правая рука тянется к левой ноге, а левая к правой. Наклоны как можно ниже. |
| | Развитие мышц нижних конечностей | Упр.10 И.п. – стойка ноги вместе, колени слегка согнуты, руки на коленях. 1-8 - круговые движения в коленных суставах вправо; 1-8 - влево. | 16 раз | Круговые движения делать с хорошей амплитудой и как можно глубже. Без резких движений. |
| | | Упр.11 И.п. – стойка ноги врозь, руки на пояс. 1 – выпад вперёд на правую ногу; 2 – И.п.; 3 – выпад на левую; 4 – И.п. 5-8 - тоже. | 16 раз | Угол колена во время выпада у впереди стоящей ноги не более 90 °. Задняя нога стоит на носке. Спина прямая. |
| | | Упр.12 И.п. – сед на правую ногу, левая прямая в сторону. Руки прямые перед собой, либо опираются о пол. 1 – перекат на левую ногу; 2 – на правую; 3-4 - тоже. | 8 раз | Во время перекатов из стороны в сторону нога, которая становится в сторону полностью выпрямляется и становится на пятку, носок стопы смотрит вверх. |
| | | Упр.13 И.п. – стойка ноги врозь, руки вдоль туловища. 1-4 - прыжки на правой ноге; 5-8 - на левой; 1-8 - на двух ногах. | 16 раз | Руки работают свободно вдоль туловища. |
| | Укладка матов и перестроение на основную часть | Учащиеся садятся по два человека на один мат. | 2 мин | Следить за дисциплиной. |

| Часть урока | Частные задачи | Содержание | Дозировка | Организационно - методические указания |
|---------------------------|--------------------------------|---|-----------|--|
| Основная часть 19 мин. | Гимнастика для глаз | Упр.1 «Бабочка» Учащиеся воображают, что их веки и ресницы – это крылья бабочки. Для того, чтобы бабочка взлетела необходимо быстро и очень легко моргать глазами. | 10 сек | Следить за дисциплиной. Голова во время упражнения не должна поворачиваться в стороны. |
| | | Упр.2 «Жмурки» По команде учителя задача учащихся сильно зажмурить глаза на 5-7 секунд, а затем открыть, расслабив их. | 4 раза | Следить за дисциплиной. Голова во время упражнения не должна поворачиваться в стороны. |
| | | Упр.3 «Светофор» Учащиеся представляют, что оба их глаза – это светофор на железнодорожном переезде. Задача моргать попеременно то одним, то другим глазом. | 10 раз | Помимо снятия напряжения, упражнение способствует развитию координации и улучшению кровообращения. |
| | | Упр.4 «Весёлые часики» И.п. – сидя на мате, голова прямо, глаза смотрят вперёд. Под ритмичное «тик-так», переводим взгляд двумя глазами то вправо, то влево. Затем по тому же принципу взгляд переводим то вверх, то вниз. | 16 раз | Голова во время упражнения не должна поворачиваться в стороны. |
| | Упражнения на коррекцию осанки | Упр.1 И. п. – лёжа на спине, руки в стороны, ноги согнуть в коленях и поставить в упор на стопы. Плечи и лопатки прижаты к полу. 1 – приподнимаем таз вверх; 2 – опускаем вниз. | 10 раз | Ноги стоят на полу врозь. Носки смотрят вперёд. Спину сильно не прогибать. |

| Часть урока | Частные задачи | Содержание | Дозировка | Организационно - методические указания |
|-------------|----------------|---|-----------|---|
| | | 3-4 - тоже. | | |
| | | Упр.2 «Берёзка» Из И. п. – упор присев, выполняем перекал назад, ставим ладони под поясницу, вытягиваем ноги вверх, ступни смотрят в потолок. Стоим на лопатках 10 сек, а затем выходим из И. п. | 3 раза | Носки натянуты в потолок, ноги в коленях не сгибать. Голова лежит на полу, руки держат поясницу, спина прямая. |
| | | Упр.3 «Кошка» И. п. – Стоя на четвереньках. На вдохе максимально выгнуть спину вверх и развести лопатки, на выдохе максимально прогнуться вниз и соединить лопатки. | 8 раз | Кисти рук под плечами, колени под тазобедренным суставом, шея прямая, взгляд в пол. |
| | | Упр.4 И. п. – Стоя на четвереньках. 1 – поднимаем и вытягиваем правую руку вперёд перед собой, одновременно поднимая и выпрямляя левую ногу назад. Остаёмся в этом положении на 2 сек, затем возвращаемся в И. п. и повторяем тоже самое с другой ногой и рукой. | 10 раз | Голова смотрит в пол. Во время выполнения упражнения туловище от кончиков пальцев рук до стоп должно составлять прямую линию. Поясница не должна прогибаться! |
| | | Упр.5 «Лодочка» И.п. – лёжа на животе, ноги прямые, руки прямые перед собой, взгляд прямо. 1 – отрываем от пола руки и ноги на 2 сек, приняв положение лодочки. 2 – И.п. | 8 раз | Руки в локтях не сгибать, ноги в коленях не сгибать, носки натянуты. |

| Часть урока | Частные задачи | Содержание | Дозировка | Организационно - методические указания |
|-----------------------------|----------------|--|-----------|---|
| | | <p>Упр.6 «Коробочка» И.п. – лёжа на спине, ноги согнуты в коленях стоят в упоре, руки держаться за щиколотки. 1 – перекаат через правую сторону, лечь на живот; 2 – перекаат в И.п.; 3 – перекаат через левую сторону, лечь на живот; 4 – перекаат в И.п. Четыре раза в одну сторону, четыре в другую.</p> | 8 раз | Руки не должны в процессе выполнения упражнения разъединяться с ногами. |
| Заключительная часть, 9 мин | Подвижная игра | <p>«Совушка». На одной стороне зала – гнездо совушки. В гнезде помещается водящий – совушка. Остальные играющие изображают птиц и бабочек, они разлетаются по всему залу. Через некоторое время педагог произносит: «Ночь!». Играющие останавливаются на месте в той позе, в какой их застала ночь. Совушка вылетает из своего гнезда, машет крыльями и смотрит, кто шевелится. Того, кто пошевелился, уводит в свое гнездо, а педагог произносит: «День!». Бабочки и птицы оживают и опять начинают кружить и летать. После двух вылетов на охоту подсчитывается количество пойманных. Выбирается другая совушка.</p> | 7 мин | Следить за дисциплиной. |

| Часть урока | Частные задачи | Содержание | Дозировка | Организационно - методические указания |
|-------------|----------------|---|-----------|---|
| | Построение | Подведение итогов. Расчёт по порядку. Прощание. | 2 мин. | Узнать самочувствие у учащихся после занятия. Повторить вслух, что прошли на занятии и чему научились. |

Анализ проведенного урока адаптивной физической культуры для учащихся 4 класса по теме: «Гимнастика» показал, что план - конспект оформлен грамотно, тема урока совпадает с программным материалом по занятиям на текущую четверть. Используемые средства в каждой части урока соответствуют поставленным задачам с учетом психофизиологических и педагогических закономерностей обучения, а также с уровнем физического развития учащихся.

Подготовительная часть. Подбор общеразвивающих, подготовительных и подводящих упражнений способствуют функциональной подготовке организма учащихся к выполнению основных задач урока. Моторная плотность высокая за счет применения безостановочных методов, учащиеся хорошо подготовлены к предстоящей работе.

Основная часть урока решала частично поставленные образовательные и оздоровительные задачи. Необходимо отметить высокое качество решения воспитательных задач. Моторная плотность упала за счет объяснения правил игры.

В заключительной части урока проведена игра средней интенсивности «Совушка».

Таким образом, общая моторная плотность урока - средняя, что соответствует типу урока. Поставленные образовательные и оздоровительные задачи на уроке реализованы в достаточной мере.

План – конспект урока адаптивной физической культуры в 9 классе

Тема: Баскетбол, освоение техники элементов баскетбола

Задачи урока:

- 1) Оздоровительная: укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию, достижение достаточного уровня работоспособности (мышечной и общей), общее развитие и укрепление органов дыхания.
- 2) Образовательная: закрепление навыков ведения мяча в движении, остановки и поворотов с мячом, совершенствование техники передачи мяча в парах от груди.

- 3) Воспитательная: воспитание коллективизма, товарищества, дисциплинированности, положительных морально-волевых качеств, трудолюбие через практические учебные задания.
- 4) Развивающие: развитие двигательных способностей - координации движений, развитие внимательности и двигательной памяти.
- 5) Коррекционная: коррекция ориентировки в пространстве.

Инвентарь: баскетбольные мячи

Время проведения: 10:00 – 10:40 (40 мин.)

Место проведения: Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III- VI вида, г. Артем (спортивный зал)

Таблица 6 – Ход урока

| Часть урока | Частные задачи | Содержание | Дозировка | Организационно-методические указания |
|--------------------------------|---|--|--|---|
| Подготовительная часть 15 мин. | Организация занимающихся. Воспитание сознательности, двигательной активности, трудолюбия. | Построение. Техника безопасности. | 2 мин | Проверить внешний вид, самочувствие. Проверить явку. |
| | Подготовка организма к основной части. | Лёгкий бег. | 2 мин | Следить за дистанцией. |
| | Активизировать функции организма. Повторить элементы: Стойка. Перемещение. Умение работать по сигналу. Развивать координацию движений. Развивать ловкость и скоростные качества. Укреплять мышцы ног. | - Перемещение в стойке баскетболиста правым, левым боком и спиной вперед приставными шагами. Бег по заданиям: - приставными шагами; - шаг-подскок; - с поворотом в другую сторону, «бег обратно». - с выбеганием и возвратом в строй. | 1 мин 2 мин 30 сек 30 сек 30 сек | Следить за интервалом и правильным выполнением. Следить за дистанцией. Следить за соблюдением строя. Все команды сопровождаются звуковым сигналом «свисток». |
| | Организовать учащихся к ОРУ на месте без предметов. | Ходьба с перестроением в колонну по 3-4. | 30 сек | Следить во время перестроения за интервалом и дистанцией. |
| | ОРУ на месте. Развитие мышц верхнего плечевого пояса. | Упр.1 И.п. – стойка ноги врозь, руки в стороны, кисти сжаты в кулаки. Круговые движения в кистевых | 16 раз | Руки в локтевых суставах не сгибаются. |

| | | | | |
|-------------------------|--|--|--------|--|
| | | суставах на 1-8 вперёд, на 1-8 назад. | | |
| | | Упр.2 И.п. – тоже. Круговые движения в локтевых суставах на 1-8 вперёд, 1-8 назад. | 16 раз | Плечи вниз не опускаются. |
| | | Упр.3 И.п. – стойка ноги врозь, руки вдоль туловища. На 1-8 круговые движения прямыми руками вперёд, 1-8 назад. | 16 раз | Руки в локтевых суставах не сгибать. Спина прямая. |
| Развитие мышц шеи. | | Упр.4 И.п. – стойка ноги врозь, руки на пояс. 1 – наклон головы вперёд; 2 - назад; 3 – вправо; 4 – влево. 5-8 тоже. | 16 раз | Плечи не напряжены. Наклоны выполнять плавно, без резких движений. |
| | | Упр.5 И.п. – тоже. 1 – поворот головы направо; 2 – И.п.; 3 – поворот головы налево; 4 – И.п. 5-8 - тоже. | 16 раз | Плечи не напряжены. Наклоны выполнять плавно, без резких движений. |
| | | Упр.6 И.п. – стойка ноги врозь, руки на пояс. Круговые движения головой вправо, влево. 1-4- поворот головы вправо; 5-8 влево. | 8 раз | Плечи не напряжены. Движения выполнять плавно. |
| Развитие мышц туловища. | | Упр.7 И.п. – стойка ноги врозь, правая рука вверху, левая на пояс. 1-2 - наклон туловища вправо; 3-4 - влево. 5-8 - тоже. | 16 раз | Прямая рука находится над головой и в локтевом суставе не сгибается. |
| | | Упр.8 И.п. – стойка ноги врозь, руки на пояс. 1-2 - наклон туловища вперёд; 3-4- наклон назад. 5-8 - тоже. | 16 раз | Спину держать прямой. Взгляд направлен вперёд. |
| | | Упр.9 | 16 раз | Ноги в |

| | | | |
|---|--|--------|---|
| | И.п. – широкая стойка ноги врозь, руки прямые в стороны. «Мельница». | | коленях не сгибать. Правая рука тянется к левой ноге, а левая к правой. Наклоны как можно ниже. |
| Развитие мышц ног. | Упр.10 И.п. – стойка ноги вместе, колени слегка согнуты, руки на коленях. 1-8 - круговые движения в коленных суставах вправо; 1-8 - влево. | 16 раз | Круговые движения делать с хорошей амплитудой и как можно глубже. Без резких движений. |
| | Упр.11 И.п. – стойка ноги врозь, руки на пояс. 1 – выпад вперёд на правую ногу; 2 – И.п.; 3 – выпад на левую; 4 – И.п. 5-8 - тоже. | 16 раз | Угол колена во время выпада у впереди стоящей ноги не более 90 ° Задняя нога стоит на носке. Спина прямая. |
| | Упр.12 И.п. – сед на правую ногу, левая прямая в сторону. Руки прямые перед собой, либо опираются о пол. 1 – перекат на левую ногу; 2 – на правую; 3-4 - тоже. | 16 раз | Во время перекатов из стороны в сторону нога, которая становится в сторону полностью выпрямляется и становится на пятку, носок стопы смотрит вверх. |
| | Упр.13 И.п. – стойка ноги врозь, руки вдоль туловища. 1-4 - прыжки на правой ноге; 5-8 - на левой; 1-8 - на двух ногах. | 16 раз | Руки работают свободно. |
| Организовать учащихся к комплексу упражнений с баскетбольными мячами на | Перестроить класс в одну колонну, по ходу движения взять мячи в руки и | 1 мин | Следить за дистанцией. Объяснить |

| | | | | |
|------------------------|---|--|--------------------|---|
| | месте. | построить в шеренгу по одному. | | смысл комплекса и команды при выполнении заданий. |
| Основная часть 22 мин. | Развивать координацию. Развивать технику ведения мяча на месте. Развивать чувство мяча. Учить правильно, поэтапно выполнять элементы баскетбола. | Комплекс упражнений с баскетбольными мячами на месте: - проводка мяча вокруг туловища; - «восьмерка» - вокруг туловища и «восьмерка». - подброс и ловля мяча с хлопками. - ведение мяча на месте: правой, левой, правой-левой. - музыкальное ведение мяча 1-2 и 1-2-3. | 7 мин | Объяснить смысл комплекса. Объяснить команды при выполнении комплекса: 1 свисток – начинаем выполнять, 2 свистка – закончили, мяч к бедру. Следить за правильным выполнением, за ошибками. По ходу исправлять ошибки. |
| | Закрепить навыки ведения мяча в движении. Научить слышать свисток. Закрепить навыки ведения мяча в движении с остановками и поворотами. | Ведение мяча в движении легким, семенящим шагом: - правой рукой - левой рукой - правой и левой рукой. Ведение мяча в движении с остановками и поворотами: - остановка в прыжке с поворотами - остановка в шаге с поворотами. | 3 мин 2 мин | Объяснить задание. Следить за дистанцией. Потерявший мяч становится последним. Начинаем по сигналу, меняем руки по сигналу и завершаем задание по сигналу «свистку». Следить за ошибками, по ходу выполнения задания исправлять ошибки. Индивидуальный подход, метод работы. |

| | | | | |
|-----------------------------|---|--|------------------------------------|--|
| | Закрепить технику элемента. Учить слышать свисток. Варианты ведения мяча. Закрепить технику ведения мяча на скорости. Развивать скоростные качества. | «Муравейник» ведение мяча с изменением направлений. «Свисток» - ведение мяча на месте в низкой стойке. Ведение на скорости с броском с двух шагов. | 2 мин 20 сек 2 мин | Следить за самочувствием, за ошибками, по ходу выполнения задания исправлять ошибки. |
| | Организация учащихся к выполнению учебного задания. | Построить и поделить класс на 2 команды. | 1 мин | Следить за дисциплиной. |
| | Совершенствовать навыки ловли и передачи мяча. Варианты ловли и передачи мяча. Развивать ловкость, быстроту и координацию через учебную игру. | Учебная игра «Десяточка» Варианты передачи и ловли мяча: - от груди; - из-за головы; - снизу; - из-за спины; - от пола. | 5 мин | Объяснить правила игры. Показать элементы ловли и передачи мяча. Следить за правилами игры и за правильным выполнением ловли и передачи мяча. По ходу игры исправлять ошибки. Следить за самочувствием учащихся. |
| Заключительная часть, 3 мин | Восстановить функциональное состояние организма. | Ходьба с восстановлением дыхания. Подведение итогов урока. Оценки за урок. Дать домашнее задание и рекомендации. Завершить урок. Уход в раздевалку. | 1 мин 1 мин 30 сек 30 сек | Следить за дыханием и самочувствием. Соблюдать дистанцию. Отметить детей похвалой, поблагодарить за урок. |

Анализ проведенного урока адаптивной физической культуры показал, что план-конспект оформлен грамотно, тема урока совпадает с программным материалом по занятиям на текущую четверть. Используемые средства в каждой части урока соответствуют поставленным задачам с учетом психофизиологических и педагогических закономерностей обучения, а также с уровнем физического развития учащихся.

Подготовительная часть проведена в соответствии с планом, правильный подбор общеразвивающих, подготовительных и подводящих упражнений способствовал функциональной подготовке организма учащихся к выполнению основных задач урока. Но на подготовительную часть урока время затрачено больше запланированного за счёт отсутствия четких организующих команд (перестроения в движении, изменения направлений движения, снижения темпа выполнения двигательных действий). Моторная плотность низкая.

Основная часть урока в полной мере решила поставленные образовательные и оздоровительные задачи. При выборе методических приемов успешно применялась работа класса в парах и группах. При распределении учеников учитывался как уровень физической подготовленности каждого учащегося, так и половые различия (мальчики, девочки). Моторная плотность – высокая.

В заключительную часть урока было включено простое и хорошо знакомое ученикам упражнение. Заключительные упражнения соответствовали содержанию урока. Моторная плотность – высокая.

Таким образом, общая моторная плотность урока - средняя, что соответствует типу урока. Поставленные образовательные и оздоровительные задачи на уроке реализованы не в полном объеме.

Раздел 4. Пульсометрия на уроке адаптивной физической культуры

Цель: использование пульсометрии на уроке адаптивной физической культуры для оценки соответствия нагрузки возрасту, особенностям организма отдельных учащихся, содержанию и условиям проведения занятий.

Данный метод исследования позволяет также оценить эффективность регулирования нагрузки (С.В. Барабашов, 2000).

Для наблюдения был выбран ученик 8-а класса, отвечающий следующим требованиям: дисциплинирован, исполнительен, активен, с нормальными показателями пульса в покое, не имеющий жалоб на плохое самочувствие.

Результаты проб (подсчет количества пульсовых ударов) фиксировали в протоколе учета пульсовых данных. Продолжительность подсчета одного измерения (пробы) равна 10 секундам. Каждое измерение пульса проводилось общепринятым способом на левой руке сразу же после выполнения школьником упражнения. Обработка протокола данных пульсометрии состояла из подсчета количества ударов за одну минуту и вычисления процентной величины к его показателю в спокойном состоянии. Интенсивность физических упражнений должна постоянно варьироваться, так как максимальные показатели ЧСС для учащихся с ограниченными возможностями здоровья ОВЗ младших классов могут быть не более 150-160 уд/мин, для учащихся средних и старших – до 160-170 уд/мин. По мнению А.А. Дмитриева, такая нагрузка может быть кратковременной и только в основной части урока (от 2-3 до 10-15 минут в зависимости от возраста, двигательных нарушений, состояния здоровья и физической подготовленности учащихся). Средние же показатели пульса должны находиться в пределах 100-140 уд/мин. В заключительной части показатели ЧСС должны составлять 90-100 уд/мин.

Результаты проведения пульсометрических измерений оформлены в виде специально разработанного протокола:

Протокол пульсометрии на уроке адаптивной физической культуры

Место проведения: спортивный зал Специальной (коррекционной) общеобразовательной школы-интерната III- VI вида, г. Артем.

Дата проведения: 15.05.2024

Инвентарь и оборудование: секундомер, ручка, тетрадь

Фамилия, имя испытуемого: Ти.....ко Иван

Характеристика испытуемого: мужской пол, возраст 15 лет, дисциплинирован, исполнитель, активен, с нормальными показателями пульса в покое, не имеющий жалоб на плохое самочувствие

Тип урока: оздоровительный (развивающий)

Задачи урока:

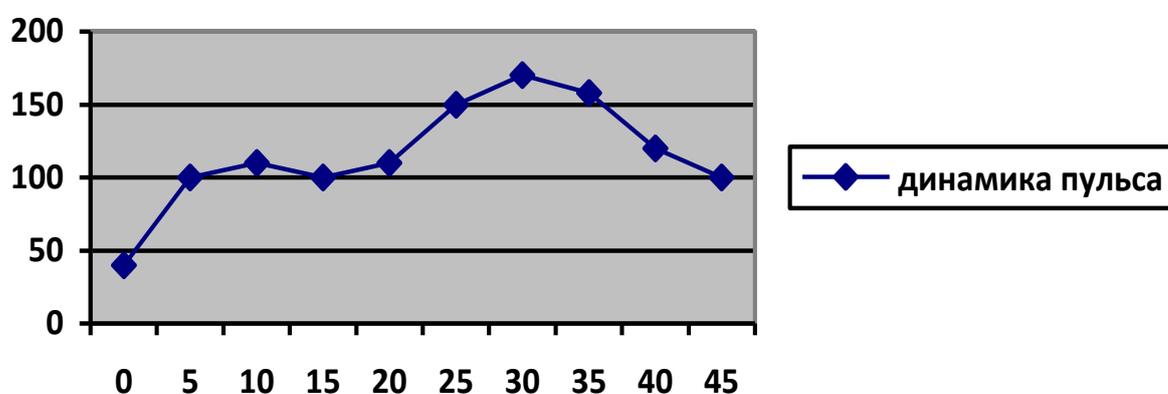
1. Обучить броску мяча в кольцо с двух шагов.
2. Совершенствовать передачу мяча от груди двумя руками в движении.
3. Профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата
4. Развивать скоростные способности и выносливость

Таблица 7 –Протокол учета пульсовых данных фрагмента урока физической культуры

| Наименование действий, предшествующих подсчёту пульса | Время подсчёта пульса от начала урока | Пульс | | Примечание |
|---|---------------------------------------|---------|----------|---------------------------|
| | | за 10 с | за 1 мин | |
| Перед входом в зал | 8:55 | 14 | 84 | |
| В начале урока (по звонку) | 9:00 | 18 | 108 | Бегал во время перемены |
| Окончание подготовительной части урока | 9:10 | 18 | 108 | |
| Выполнение упражнения № 1 | 9:15 | 16 | 96 | Изучение нового материала |
| Выполнение упражнения № 2 | 9:20 | 21 | 126 | |
| Выполнение упражнения № 3 | 9:25 | 27 | 162 | |
| Выполнение упражнения № 4 | 9:30 | 28 | 168 | Активно участвовал в игре |
| Выполнение упражнения № 5 | 9:35 | 23 | 138 | |
| После заключительной части урока | 9:40 | 19 | 114 | |
| Через 5 минут после окончания урока | 9:45 | 17 | 102 | |

Для графического отображения пульсовых данных составлен график пульсометрии урока. По вертикальной оси откладывается абсолютный показатель частоты пульса, по горизонтальной – продолжительность урока по минутам. Пользуясь расчетными цифрами из протокола учета пульсовых данных, по временному показателю замера пульса и величины самого пульса за минуту, находим координаты различных точек. Последовательно соединяя точки, получаем истинную кривую пульса ученика на уроке физической культуры.

ЧСС, уд/мин



Продолжительность урока, мин

Рисунок - График пульсометрии

Анализируя график пульсометрии Ти.....ко Ивана, ученика 8 класса, на уроке адаптивной физической культуры можно отметить, что подготовительная часть урока способствовала постепенной подготовке организма к выполнению нагрузки в основной части урока и решению поставленных в уроке задач, хотя следует отметить, что интенсивность упражнений могла быть более высокой при выполнении заданий поточным методом и выполнении упражнений в движении. Недостаточно высокой была нагрузка и в начале основной части урока, что объясняется изучением нового материала. Наибольший пик показателей ЧСС пришелся на 25-30 минуты, на время проведения учебной игры и составил 168 уд/мин. После которой наблюдается планомерное снижение интенсивности физической нагрузки за счет выполнения бросков в свободном темпе. Урок закончился своевременно, но снижения показателей ЧСС до первоначального значения не произошло, т. к. времени на

проведение заключительной части урока практически не осталось. Таким образом, задача восстановления организма была не решена.

В соответствии с вышесказанным, проводящему урок необходимо уделять внимание и заключительной части урока, так как она призвана обеспечивать целесообразное восстановление функций организма и переход к последующей деятельности. После выполнения игры на внимание обязательно следовало дать упражнения на дыхание и расслабление, что отсутствовало в данном уроке.

Выводы

За время прохождения производственной педагогической практики мы изучили организационную структуру образовательного учреждения КГБОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат III-IV видов», г. Артём. Ознакомились с его внутренними документами, образовательной и воспитательной деятельностью, правовыми и этическими нормами профессиональной деятельности педагогов, системой физического воспитания. Был собран материал, необходимый для написания отчета.

Нами изучены нормативно-правовые документы, регламентирующие организацию обучения детей с ОВЗ и используемые в работе специальных коррекционных школ.

За время прохождения практики нам удалось провести занятия по адаптивной физической культуре в качестве помощника учителя, научиться составлять планы – конспекты уроков, проводить анализ уроков.

Мы приобрели опыт проведения пульсометрии на уроке адаптивной физической культуры, дали оценку соответствия нагрузки урока возрасту и особенностям организма ученика, содержанию и условиям проведения занятий.

Данная практика явилась хорошим практическим опытом для дальнейшей самостоятельной деятельности в качестве педагога физической культуры.

Таким образом, цель достигнута, задачи выполнены.

Список литературы

1. Бегидова Т.П. Основы адаптивной физической культуры: учебное пособие для вузов /Т.П. Бегидова. -М.: Юрайт, 2020. - 191 с.
2. Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник/ С.П. Евсеев. - М.: Спорт, 2019. - 616 с.
3. Лях В.И. Физическая культура. 1-4 классы: учебник для общеобразоват. организаций/ В.И. Лях. - М.: Просвещение, 2019. - 176 с.
4. Матвеев А.П. Уроки физической культуры. Методические рекомендации. 8-9 классы: учеб. пособие для общеобразоват. организаций/ А.П. Матвеев. - М.: Просвещение, 2020. - 157 с.
5. Частные методики адаптивной физической культуры: Учебное пособие/Под ред. Л.В. Шапковой. - М.: Советский спорт, 2019. - 464 с.
6. Конституция Российской Федерации от 12 декабря 1993 года, с изменениями от 1 июля 2020 года [Электронный ресурс]- Режим доступа: <http://pravo.gov.ru>
7. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья: Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. N 1598 [Электронный ресурс] // СПС «Гарант». - Режим доступа: <https://base.garant.ru/70862366/53f89421bbdaf741eb2d1ecc4ddb4c33/>
8. Федеральная адаптированная образовательная программа основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья: Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. № 1025 [Электронный ресурс] // СПС «Гарант». - Режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/406486957/>
9. Кузнецов В.С. Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол: пособие для учителей и методистов / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. - М.: Просвещение, 2023. -112 с.
10. Литош Н.Л. Адаптивная физическая культура для детей с нарушениями в развитии: учебное пособие / Н.Л. Литош. - М.: Юрайт,2024. - 156 с.
11. Коняхина Г.П. Подбор физических упражнений для коррекции двигательных качеств для детей с ограниченными возможностями здоровья: учебно-методическое пособие/Г.П. Коняхина. - Челябинск: типография «Низких цен», 2022. - 75 с.
12. Жуков Ю.Ю. Технологии адаптивной физической культуры в работе с лицами с сенсорными нарушениями (для слепых и слабовидящих): учебное пособие/ Ю.Ю. Жуков. - М.: Изд-во Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма, 2019. - 187 с.

13. Ахметшина А.В. Методы адаптивной физической культуры для слепых и слабовидящих в условиях современной школы [Электронный ресурс] / А.В. Ахметшина, Ш.А. Шамсутдинов// Теория и практика современной науки: науч. электрон. журнал. - 2023. - № 4 (94). - Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/metody-adaptivnoy-fizicheskoy-kultury-dlya-slepyh-i-slabovidyaschih-v-usloviyah-sovremennoy-shkoly/viewer>

14. Рябина У.С. Особенности физического воспитания детей с депривацией зрения и их отношение к занятиям физической культурой и спортом [Электронный ресурс] /У.С. Рябина// Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт: науч. электрон. журнал. - 2020. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-fizicheskogo-vospitaniya-detey-s-deprivatsiey-zreniya-i-ih-otnoshenie-k-zanyatiyam-fizicheskoy-kulturoy-i-sportom/viewer>