**«Фасилитация социализации детей с ограниченными возможностями здоровья с расстройством аутистического спектра средствами адаптивной физической культуры»**

Описание содержательной основы инновационной практики,

реализуемой в МБУ ДО «Центр дополнительного образования»

г. Сасово Рязанской области

**Актуальность образовательной практики**

Аутизм – расстройство, характеризующееся выраженным и всесторонним дефицитом социального взаимодействия и общения, а также ограниченными интересами и повторяющимися действиями, то есть нарушениями физического и социального развития. Поэтому для таких детей необходимо создавать условия, которые позволяют им быть полноценными членами общества.  Наблюдаются расстройство «процессов коммуникации, неадекватное социальное поведение, замкнутость, трудности при формировании социальных контактов с окружающими и, как результат, нарушение процессов социализации и социальной адаптации».

Физическая культура, адаптированная к специфике аутичных детей, является не только необходимым средством коррекции двигательных нарушений, но и важным фактором социализации личности ребенка, а нормализация физического состояния – одним из важных аспектов социализации аутичных детей.  Как показывает практика, таким детям необходимы постоянные физические нагрузки для поддержания психофизического тонуса и снятия эмоционального напряжения.

Общение с педагогом и сверстниками способствует развитию социальных навыков и уверенности в коммуникативных ситуациях. Было установлено, что у детей с РАС возникают трудности к самостоятельным выполнениям тех или иных двигательных движений, необходимых для выполнения бытовых или предметных действий. Движения детей обычно могут быть вялыми или, наоборот, напряженно скованными или непроизвольными. Так же трудно даются действия и упражнения с мячами - это связано с нарушениями сенсомоторной координации и мелкой моторики рук. Так же они могут быть гиперактивными. Дети плохо усваивают словесные и наглядные (подражательные) инструкции, эмоционально реагируют на неловкость и собственные неудачи.

В этом случае практика реализации АДООП «Заряд» служит как одно из средств коррекции двигательной активности и для достижения результата фасилитации социализации детей с ограниченными возможностями здоровья с расстройством аутистического спектра. Программа адаптирована к детям с ограниченными возможностями здоровья, учитывает их индивидуальные особенности, способствует развитию двигательных и коммуникативных функций, коррекции имеющихся нарушений в психофизическом развитии.

Адаптивное физическое воспитание является относительно молодой и интенсивно развивающейся научной дисциплиной.

Термин «адаптивная физическая культура» в России был впервые введен в 1995 году профессором С. П. Евсеевым.

Адаптивное физическое воспитание призвано обеспечить условия для полноценного формирования детей с ограниченными возможностями здоровья. Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением занимает одно из важнейших мест в подготовке этой категории обучающихся к самостоятельной жизни, производительному труду, воспитывает положительные качества личности, способствует социальной интеграции детей в общество. (Алоин А.В., Виноградова Л.В.,– 2015) «Оценка общей моторной компетентности у подростков и молодёжи с расстройствами аутистического спектра низкого и среднего функционального уровня» // Адаптивная физическая культура.– № 3.

Специалисты в области АФК в настоящее время очень востребованы. В РГУ им. С.А. Есенина на факультете физической культуры и спорта есть направление, где осуществляется подготовка специалистов в области АФК - «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья», профиль – «Адаптивное физическое воспитание».

Исходя из актуальности и перспективности практики можно сформулировать цель.

**Цель практики**

Создание условий для успешной фасилитации социализации детей с ограниченными возможностями здоровья с расстройством аутистического спектра средствами адаптивной физической культуры

**Условия становления практики** комплексного сопровождения маршрута развития ребенка с расстройством аутистического спектра обусловлена несколькими факторами:

1. Личный интерес педагога дополнительного образования, соавтора представленной практики, к вопросам применения адаптивной физической культуры для развития и социализации детей с ограниченными возможностями здоровья, реализованный в написании дипломной работы «Развитие двигательных качеств у детей с задержкой психического развития» на основе полученного опыта в МБУ ДО «Центр дополнительного образования» в рамках реализации АДООП «Богатыри» для детей с ОВЗ ЗПР (2021-2022 уч.год) (соавтор представленной практики является выпускником РГУ им. С.А. Есенина, факультет физической культуры и спорта, 2018 - 2023г.)

2. Положительный опыт МБУ ДО ЦДО при реализации АДООП «Богатыри» для детей с ОВЗ ЗПР (представленная работа стала лауреатом регионального конкурса образовательных практик обновления содержания и технологий дополнительного образования детей в номинации «Физкультурно-спортивная», 11.2022 г)

3. Получение администрацией «Центра дополнительного образования» запроса от родителей на расширение условий для физического развития и социализации детей с ОВЗ ЗПР и создание условий для детей с расстройством аутистического спектра средствами адаптивной физической культуры. (2021-2022 г)

4. Приведение практики работы с детьми с ОВЗ в МБУ ДО ЦДО в соответствии с Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв.распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022г.№678-р) на первом этапе, которая подразумевает создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы. (2022г)

5. Разработка, утверждение и включение АДООП «Заряд» в перечень программ, реализуемых в образовательной организации муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр дополнительного образования». (08.2022 г.)

6. Реализация АДООП «Заряд» для детей с ОВЗ РАС в течение 2022-2023 уч.г. и текущего 2023-2024 уч.г., направленной на всестороннее развитие личности обучающихся с РАС в процессе приобщения их к физической культуре, коррекцию недостатков психофизического развития, расширение индивидуальных двигательных способностей, социальную адаптацию и получение положительных отзывов.

7. Приобретение специального спортивного оборудования для проведения занятий АФК с детьми ОВЗ РАС (2023 г)

8. Прохождение АДООП «Заряд» НОКО (08.2023г) и продолжение реализации программы в 2023-2024 уч.году.

**Технология работы** по адаптивной физической культуре для детей с расстройствами аутистического спектра по АДООП «Заряд» включает комплекс специальных методов и приемов при работе с детьми с РАС:

1. Дефицитарность ребенка оценивается по рекомендациям ПМПК, устанавливается статус ОВЗ РАС с рекомендациями по развитию.
2. Программа занятий строится с учетом индивидуальных потребностей обучающегося.
3. Технология практики оснащена методическими материалами для составления и реализации индивидуальных программ: диагностический инструментарий физического развития (входная диагностика, промежуточный контроль, итоговая диагностика), методические рекомендации для организации и построения занятий по адаптивной физической культуре, комплексы упражнений для коррекции двигательных нарушений и формирования правильной техники выполнения моторных действий.

При разработке практики, основанной на АДООП «Заряд», для проведения консультаций с родителями, при подготовке и проведении спортивных праздников взяты за основы теоретические и практико-ориентированные работы отечественных и зарубежных исследователей, занимавшихся проблемой развития моторных навыков, в том числе и при РАС.

АДООП «Заряд» включает разделы по развитию двигательных качеств (силы, гибкости, выносливости, координации, ловкости, быстроты, элементы коммуникативных спортивных игр, коррекции и профилактики осанки и плоскостопия). Используются специальные для детей с РАС методы обучения двигательным действиям (методы слова, методы показа и объяснения).

При построении занятий по адаптивной физической культуре в рамках реализации АДООП «Заряд», используются общие принципы построения движений, сформулированные Н.А. Бернштейном в его труде «О построении движений».

Разработанная программа, представляет собой систему занятий, направленных на гармоничное развитие моторной и коммуникативной сферы детей с РАС с учетом уровня их физической подготовленности.

При проведении консультаций с родителями используется руководство Д.С. Геслака «Адаптивная физкультура для детей с аутизмом. Методические основы и базовый комплекс упражнений». Родители могут использовать данные рекомендации для самостоятельной разработки программы упражнений в соответствии с потребностями своего ребенка.

При подготовке и проведении спортивных праздников используются труды авторов по адаптивной физической культуре для лиц с РАС и нарушениями интеллекта С.П. Евсеевой, Н.Л.Литош и Л.В. Шапковой, в которых подробно описаны методы развития физических качеств, сенсомоторных навыков и игровой деятельности.

**Порядок организации образовательной детятельности в рамках комплексной работы с детьми ОВЗ РАС в МБУ ДО ЦДО** состоит из нескольких этапов:

1. Получение запроса администрацией Центра от родителей детей с ограниченными возможностями здоровья с расстройством аутистического спектра (ОВЗ РАС) на предоставление условий для организации образовательного процесса в МБУ ДО «Центр дополнительного образования» в направлении адаптивной физической культуры.
2. Сбор документов МБУ ДО ЦДО (результаты медицинского обследования для выявления показаний/противопоказаний для занятий в объединении физкультурно-спортивной направленности, заключение и рекомендации ПМПК).
3. Составление и утверждение расписания занятий.
4. Подача заявок родителями на сайте р62.навигатор.дети в объединение «Заряд».
5. Зачисление детей Центром дополнительного образования в объединение «Заряд»

**Новизна практики** прослеживается на муниципальном уровне, так как АДООП «Заряд», является первым объединением дополнительного образования в г. Сасово работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья с расстройством аутистичского спектра, где дети занимаются адаптивной физической культурой. Занятия проводятся в индивидуальной форме. На индивидуальных занятиях проводится коррекционная работа с детьми, с применением специально подобранных упражнений.

Помимо непосредственной работы с детьми, имеющими РАС, обязательным блоком программы является **взаимодействие с родителями** (очно и онлайн), которое проводится по трем основным направлениям:

1. Обучение родителей взаимодействию со своим ребенком на занятиях АФК.

2. Обучение родителей основам теории адаптивной физической культуры и выполнению практических упражнений с ребенком.

3. Социализация всей семьи посредством участия в различных спортивных мероприятиях для детей с расстройством аутистического спектра.

Только комплексная работа педагога по АФК, включающая работу с родителями, может дать стабильные результаты в физическом воспитании детей с РАС.

На методическом уровне новизна выражается в этапности организации АФК.

- на начальном этапе занятия в рамках АДООП «Заряд» проходят в присутствии и при участии родителей ребенка;

- далее – возможно проведение занятий без участия родителей;

- итоговое совместное мероприятие проводится только в конце учебного года в форме спортивного праздника как итогового контроля.

- на последующих этапах работы при успешном результате при реализации коррекционной работы возможно проведение двух и более подобных совместных мероприятий в год.

Поэтому одной из задач по достижению цели по социализации детей с РАС объединения «Заряд» является постепенное увеличение частоты проведения спортивных праздников.

***Этапы обучения***

1. Первый этап: вводное занятие, ознакомление обучающихся с АДООП «Заряд» (сентябрь 2022г).
2. Второй этап: входной контроль (тестовые упражнения) [Приложение 1], для выявления дифицитарных двигательных нарушений обучающихся. (сентябрь 2022г.) Итоги входного контроля заносятся в протокол. [Приложение 6].
3. Третий этап: составление индивидуальных конспектов занятий на каждого обучающегося с учетом выявленных двигательных нарушений, с соблюдением учебного плана АДООП «Заряд» [Приложение 5].
4. Четвёртый этап: реализация программы, проведение занятий согласно учебному плану, с применением характерных форм и методов адаптивной физической культуры, предусмотренных АДООП «Заряд».
5. Пятый этап: проведение промежуточного контроля (тестовые упражнения)[Приложение 2] для выявления динамики развития двигательных навыков по итогам первого полугодия (декабрь 2022г.) в объединении «Заряд».Итоги контроля заносятся в протокол. [Приложение 6].
6. Шестой этап: Разработка конспекта итогового мероприятия (апрель 2022).
7. Седьмой этап. Проведение итогового контроля (тестовые упражнения)[Приложение 3]. в объединении «Заряд» для выявления динамики развития двигательных навыков у детей с ОВЗ РАС по итогам учебного года (май). [Приложение 6].
8. Восьмой этап. Проведение итогового мероприятия в объединении «Заряд» для детей с ОВЗ РАС, с целью создания условий для фасилитации социализации детей с расстройством аутистического спектра средствами адаптивной физической культуры в групповых упражнениях в рамках итогового физкультурно-спортивного праздника «Спорт – для всех!» (май). [Приложение 4].

***Анализ практики***

Уже получены измеримые результаты, слова благодарности как от родителей, так и от самих детей.

У детей наблюдается снижение уровня тревожности, самостимуляций, стереотипий в конце занятия и после за счет регуляции мышечного тонуса и работы сенсорных систем. Улучшение поведения на занятиях (следование инструкциям педагога, соблюдение правил поведения на занятиях).

1. В основном задачи учебного процесса (обучающие, развивающие, воспитательные, коррекционные) по созданию условий для гармоничного всестороннего развития детей с расстройством аутистического спектра решены. На протяжении всего учебного года, у детей наблюдалась положительная динамика в развитии:

* двигательных навыков;
* сенсомоторных функций;
* игровой сферы;

1. Комплексная работа с родителями на протяжении учебного года, позволила организовать и провести итоговое мероприятие «Спорт – для всех!» в объединении «Заряд». Результатом физкультурно-спортивного мероприятия послужило:

* Вовлечение всех присутствующих детей в мероприятие.
* Повышение интереса к адаптивной физической культуре у всех детей с ОВЗ и их родителей.
* Более успешное выполнение назначенных заданий в присутствии родителей и других детей, нежели в одиночку.

- Создание ситуации успеха и признания для каждого ребенка с ОВЗ (сертификаты).

* Повышение мотивации у детей с РАС и их родителей для посещения занятий в объединении физкультурно-спортивной направленности «Заряд» МБУ ДО ЦДО
* Заявки в объединение, намерения посещать занятия.

1. Практика реализации АДООП «Заряд» служит как одно из средств коррекции двигательной активности и для достижения результата фасилитации социализации детей с ограниченными возможностями здоровья с расстройством аутистического спектра.
2. Был разработан диагностический инструментарий, позволяющий определить уровень физической подготовленности ребенка и построить тренировочную программу в зонах ближайшего развития, а также позволяющий провести промежуточную и итоговую контрольную диагностику в длительном тренировочном процессе (учебном году).

Приложение 1

**Входной контроль**

**Тестовые упражнения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование | Направленность | Дозировка |
| 1 | Приседания классические | Укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие крупной моторики. | 10 раз |
| 2 | Прыжки классические в высоту на месте | Развитие скоростно-силовых качеств, выносливости, координации движений. | 10раз |
| 3 | Ходьба по гимнастической скамье | Развитие координации, чувства равновесия. | 6 метров |
| 4 | Ползанье на гимнастической скамье (с отталкиванием от скамьи двумя руками) | Развитие координации, силы, укрепление опорно двигательного аппарата. | 6 метров |
| 5 | Броски и ловля мяча | Развитие координации, ловкости, ритмичности, пространственной ориентировки | 10 бросков |
| 6 | Подъём ног из положения лёжа на спине | Развитие силы, выносливости, укрепление мышц живота и ног. | 10 раз |

Приложение 2

**Промежуточный контроль**

**Тестовые упражнения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование | Направленность | Дозировка |
| 1 | Приседания классические (с набивным мячом 1 кг) | Укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие крупной моторики | От 0 до 10 раз |
| 2 | Прыжки (с запрыгиванием-спрыгиванием) на степ | Развитие скоростно-силовых качеств, выносливости, координации движений | От 0 до 10 раз |
| 3 | Ходьба по гимнастической скамье ( с предметами) | Развитие координации, чувства равновесия | 6 метров |
| 4 | Ползанье на гимнастической скамье (отталкивания с поочерёдной сменой рук) | Развитие координации, силы, укрепление опорно двигательного аппарата | 12 метров |
| 5 | Броски и ловля мяча от пола | Развитие координации, ловкости, ритмичности, пространственной ориентировки | 10 бросков |
| 6 | Подъём ног из положения лёжа на спине | Развитие силы, выносливости, укрепление мышц живота и ног | 15 раз |

Приложение 3

**Итоговый контроль**

**Тестовые упражнения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование | Направленность | Дозировка |
| 1 | Приседания классические (с набивным мячом 3 кг) | Укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие крупной моторики | От 0 до 10 раз |
| 2 | Прыжки вперёд на степ-платформе | Развитие скоростно-силовых качеств, выносливости, координации движений | От 0 до 12 раз |
| 3 | Ходьба по гимнастической скамье ( с предметами) | Развитие координации, чувства равновесия | 12 метров |
| 4 | Ползанье на гимнастической скамье (с попеременной сменой рук) | Развитие координации, силы, укрепление опорно двигательного аппарата | 6 метров |
| 5 | Броски и ловля мяча от пола | Развитие координации, ловкости, ритмичности, пространственной ориентировки | 10 бросков |
| 6 | Подъём ног из положения лёжа на спине с отягощением (манджеты 800гр. ) | Развитие силы, выносливости, укрепление мышц живота и ног | 6 раз |

Приложение 4

***Итоговое физкультурно-спортивное мероприятие для детей с ОВЗ РАС***

***«Спорт – для всех!»***

**Место проведения**: МБУ ДО «Центр дополнительного образования»

**Материально техническая база:**

* игольчатые массажные мячики (Су-джок);
* фитболы;
* кинезеологические мешочки;
* гимнастические коврики;
* корзины;
* маты;
* мягкие модули (кубики);
* гимнастическая палка;
* конусы;
* мячи игровые;
* обручи;

**Аудитория:** родители и дети с ОВЗ, педагоги.

**Продолжительность:**  40 минут

**Цель:**

* Создание условий для социализации детей с расстройством аутистического спектра средствами адаптивной физической культуры в групповых упражнениях в рамках итогового физкультурно-спортивного праздника «Спорт – для всех!».

**Задачи:**

* Закрепление двигательных навыков и умений.
* Развитие чувства темпа и ритма, координации движений.
* Воспитание правильного отношения к здоровому образу жизни.
* Содействие развития интереса к адаптивной физической культуре у детей с ОВЗ и их родителей.
* Содействие социализации и адаптации детей с ОВЗ РАС в обществе.
* Создание ситуации успеха и признания для каждого ребенка с ОВЗ.

**Ход мероприятия**

**Педагог**:Здравствуйте, дорогие друзья! Сегодня особенный день для особенных людей – сильных духом, твердых волей,  имеющих способность побеждать и преодолевать самые трудные преграды. Сегодня у нас с вами спортивный праздник «Спорт – для всех!». Мы подводим итоги учебного года и у вас есть возможность продемонстрировать родителям свои спортивные успехи!

Весь учебный год вы занимались индивидуально, только со мной. А сегодня вы попробуете выполнять упражнения со своими родителями и другими ребятами.

Сегодня мы с вами путешествуем по станциям спорта. Первая станция – **«Разминка».**Говорят, что на этой станция живут не простые мячики, а мячики «Су-джок». Они очень дружат с ребятами, и приглашают всех к себе на разминку!

1. **«Су- джок »-терапия**

Цель: Развитие мелкой моторики рук, улучшение микроциркуляции крови.

Инвентарь: игольчатые массажные мячи, фитболы

Описание упражнения: дети в положении сидя на фитболе самостоятельно или при помощи родителей массажными движениями с помощью пальцев в среднем темпе прокатывать мяч по всей поверхности руки от пальцев до шеи, поочередно правой и левой.

**Педагог**: Вижу, что вы все размялись, привели свои мышцы в тонус, поработали ручками? А теперь пора поработать и ножками! **Станция «Волшебные мешочки»!**

**2. Гимнастика для стоп с кинезеологическими мешочками**

Цель: Развитие крупной и мелкой моторики, профилактика плоскостопии, укрепление свода стопы.

Инвентарь: обручи, гимнастические коврики, кинезеологические мешочки, корзины.

Описание упражнения: дети из положения сед захватывают стопами мешочки из обруча и перекладывают их в корзину. Родители помогают детям выполнять упражнение.

**Педагог**: Вижу, ребята, вы отлично Справились с заданием! Да, родители? Наше путешествие по спортивным станциям продолжается! **Станция «Юный строитель».** Говорят, на этой станции строят самые большие и крепкие башни! Проверим? И помогут вам в этом ваши родители.

**3. Упражнение для мышц туловища с мягкими модулями**

Цель: развитие крупной и мелкой моторики, сенсорных навыков, укрепление мышц туловища.

Инвентарь: маты, мягкие модули.

Описание упражнения: дети ложатся спиной на маты, за головой детей находятся мягкие модули (кубики), выстроенные в башню. Задача – из положения лёжа на спине, ноги врозь взять кубик руками и поставить его впереди себя, таким образом перенося «башню» из-за головы вперед. Выполнение упражнения фронтальное.

**Педагог**:Какие же вы молодцы ребята, сразу видно зря время даром не теряли, освоили профессию строителей на 100%.

Ой, а что это там шипит? Сейчас мы это исследуем, а помогут нам в этом ваши мамы и папы. Направляемся на **станцию «Змейка».**

**4. Обводка мячом конусов при помощи рук**

Цель: Развитие координации, равновесия, ориентировки в пространстве.

Инвентарь: конусы, игровые мячи.

Описание упражнения: дети обводят конусы мячом при помощи рук по заданной траектории, стараясь не коснуться препятствий. Родители ориентируют детей, подсказывают правильное направление движений.

**Педагог**:Отлично все справились!Ну и запутанная же эта станция, но вы ребята молодцы!

**Станция «Гусиничка».** Хм… какое забавное название! Всем наверняка интересно, что же это за станция такая?! А вот на этой станции вы попробуете выполнить упражнение ***без родителей, с другими ребятами.*** Попробуем?

**5. Передвижение на коленях в парах**

Цель: коммуникативных навыков, развитие крупной моторики.

Инвентарь: гимнастические маты, гимнастическая палка.

Описание упражнения: дети становятся лицом друг к другу в стойку на коленях и берутся за гимнастическую палку. Начинают передвигаться на коленях один вперед лицом, второй спиной вперед. Доходят до конца мата и начинают двигаться в обратную сторону, теперь уже первый спиной вперед, а второй – лицом.

**Награждение участников праздника**

Вот и закончилось увлекательное путешествие по спортивным станциям, и наш замечательный праздник подошёл к концу. Каждый из вас заслуживает признания, и от имени «Центра дополнительного образования», хочется поблагодарить всех участников праздника*,* ведь без вас бы этого праздника не состоялось!

*Вручение сертификатов за участие и сладких призов*.

Родители сегодня увидели, что у вас стали лучше развиты координация движений, темп и ритм. Все это получилось, благодаря занятиям адаптивной физической культурой в нашем объединении «Заряд».

Мы все: педагоги и родители увидели, как здорово вы можете выполнять физические упражнения, а главное – взаимодействовать с другими людьми – и это здорово! Можно дружить, общаться и делать совместные интересные дела! Надеюсь, что через некоторое время, через год или два, вы сможете заниматься не только индивидуально, но и в группе! Будьте здоровы вы и ваши близкие! Любите физическую культуру! Занимайтесь спортом! До свидания, до встречи в новом учебном году!

Приложение 5

**Конспект индивидуального занятия по адаптивной физической культуре с детьми с ОВЗ РАС (расстройство аутистического спектра) на примере обучающегося ( возраст 9 лет).**

Тема: «Развитие общей моторики и координации у детей с

расстройством аутистического спектра ».

Возрастная группа: дети с РАС (девочки/мальчики) 7 – 10 лет с учетом физического здоровья детей (наличие/ отсутствие противопоказаний).

Цель занятия: развитие навыка произвольной организации движений и

координации в пространстве.

Задачи по основной образовательной области:

* развитие имитационных способностей (умения подражать);
* стимулирование к выполнению инструкций;
* формирование навыков произвольной организации;

движений (в пространстве собственного тела и во внешнем

пространстве);

* воспитание коммуникационных функций и способности

взаимодействовать в коллективе.

Задачи по интегрируемым образовательным областям.

Социально-коммуникативное развитие:

* Формировать доброжелательные взаимоотношения с педагогом.
* Развивать эмоциональную отзывчивость, уверенность в

своих возможностях.

Познавательное развитие:

* Развивать познавательную активность в процессе игровой

деятельности.

* Совершенствовать познавательные процессы. Интеграция

предметов по цвету.

Виды детской деятельности:

* Двигательная: подвижная игра.
* Познавательная: подвижная игра.
* Коммуникативная: взаимодействие с педагогом в процессе выполнения упражнений и подвижных игр.

Планируемый результат:

* успешное умение подражать действиям педагога;
* выполнению словесных инструкций педагога;

Предварительная работа:

* Ознакомление детей со спортивным залом, установление

доверительных отношений.

* Проведение игр на развитие крупной моторики.
* Проработка упражнений для занятия.
* Проведение игр на произвольную организацию движений.

Место проведения: МБУ ДО «Центр дополнительного образования». Спортивный зал.

Материально - техническая база:

* набивные мячи;
* большие массажные (фитболы);
* мячи, обручи;
* гимнастические палки;
* гимнастическая скамья;
* батут
* маты.

**Ход занятия**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание упражнения | Дозировка | Методические указания |
| Вводная часть(10 мин) | Разминка.  Ходьба и ее виды:  - на носках,  - на пятках,  - на внутреннем и внешнем своде стопы,  ОРУ на месте:  1.Начинать сочетание движений с различными словами: «Небо – руки вверх, вода- руки вперёд, земля – руки вниз, огонь – вращения кистями рук».  2.«Вертолет» - круговые вращения головой.  3.«Силачи» - сгибание и разгибание рук в локтевом суставе.  4.«Ветер» - круговые вращения прямыми руками в плечевом суставе.  5.«Часики» - наклоны корпусом вправо и влево.  6.«Мельница»  7. «Лягушата» - прыжки из приседа в присед.  8.«Лошадка» - ходьба на месте.  9.Восстановление дыхания – вдох и медленный выдох. | 3 мин  7 мин | Описывать выполняемые упражнения просто, но образно, пользуясь одинаковой терминологией для повторяющихся движений. Совместно с ребёнком выполнять упражнения.  При возникающих трудностях помогать ребёнку в выполнении упражнения наглядно демонстрировать каждое движение;  Следить и поправлять осанку ребёнка. |
| Основная часть (25 мин.) | Упражнения на ориентацию в пространстве:  «Мячики вышли погулять» разбросать набивные мячи по залу, собрать в обручи подходящего цвета (Ориентация детей на цвет, расположение мяча).  Упражнение на развитие координации, крупной моторики, согласование движений рук и ног:  «Попрыгунчики» В прыжках с точностью ловить и бросать мяч в руки. Упражнение выполняется поочерёдно в 3 вариантах:   1. ловля мяча с прямым броском в руки. 2. ловля мяча с отскоком от пола. 3. отбивание мяча точно в руки.   Упражнение на развитие крупной моторики, укрепление-опорно двигательного аппарата:  «Гусеницы» - передвигаться на матах от начала до конца в положении упор на коленях в не быстром темпе. Упражнение выполняется в паре с педагогом, а качестве инструмента для связки на начальном этапе используется - гимнастическая палка, или за руки.  Упражнения на гимнастической скамье с предметами и без предметов. Развитие равновесия, силы и координации:   1. ходьба на скамье; 2. ходьба на скамье с гимнастической палкой; 3. ходьба на четвереньках без отрыва колен; 4. ползки лёжа на животе, при помощи рук; 5. ползки назад сидя спиной, при помощи отталкивания рук и ног. | 5 мин  5 мин  10 раз  10 раз  10 раз  5 минут  2 раза  10 минут  1 раз  1 раз  1 раз  1 раз  1 раз | Находиться в постоянном зрительном и словесном контакте с ребёнком.  С точностью демонстрировать упражнение, находиться в постоянном зрительном и словесном контакте с ребёнком, создавать ситуацию успеха через похвалу, развивать навыки взаимодействия. Следить за интенсивностью прыжков и частотой дыхания.  С точностью объяснять и наглядно демонстрировать технику выполнения данного упражнения. Следить за формированием правильной осанки и положением головы, рук, ребёнка.  Действовать в паре сплочённо, аккуратно.  Следить за прямой осанкой.  Страховать обучающегося, Следить за техникой и темпом выполнения упражнения.  В случае сложности выполнения упражнения, повторно продемонстрировать и проговорить технику движений, оказывать помощь, аккуратно исправлять ошибки. |
| Заключительная часть (5 мин) | Игра с мячом на развитие, координации моторных и коммуникативных навыков.  «Горячее холодное». Правила игры: Сидя на фитболе, ловить синий (холодный) мяч и отбрасывать красный (горячий) мяч. | 5 минут | Активно взаимодействовать с ребёнком в игре, поощрять успехи ребёнка, с целью мотивации и устойчивого интереса к занятиям АФК. |

Приложение 6

**МОНИТОРИНГ**

**результатов обучения детей с ОВЗ по итогам реализации АДООП «Заряд»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Критерии** | **Степень выраженности оцениваемого двигательного качества** | **Кол-во баллов** |
| **Теоретические знания** | * *Высокий уровень*: учащийся знает порядок и содержание разделов занятия а также воспринимает термины на слух и понимает их смысл; * *Средний уровень*: достаточно хорошо знает разделы занятия, но содержание каждого знает не в полной мере или знает предназначение, а также с трудом воспринимает термины на слух, иногда может путать; * *Низкий уровень*: знает порядок разделов, затрудняется назвать или путается в названиях элементов каждого раздела, не может объяснить предназначение каждого элемента, а также путается в терминологии. | 11-15  6-10  1-5 |
| **Практические знания** | * *Высокий уровень*: учащийся овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными результатами программы (чёткость и последовательность действий, точная техника выполнения упражнений); * *Средний уровень*: учащийся знаком с двигательными навыками, но выполняет с небольшими погрешностями в технике. * *Низкий уровень*: движения небрежны, техника упражнения на низком уровне, пассивность в выполнение и отсутствие волевых качеств учащегося. | 11-15  6-10  1-5 |
| **Учебно- коммуникативные умения** | * *Высокий уровень*: адекватность восприятия информации, идущей от педагога (учащийся понимает, о чем его просят, оперативно и четко выполняет задания, не обижается на замечания, радуется и благодарен за похвалу). * *Средний уровень*: адекватность восприятия информации, идущей от педагога (учащийся понимает о чем его просят, с небольшими трудностями выполняет задания, равнодушен к замечаниям, спокойно реагирует на похвалу). * *Низкий уровень*: учащийся не адекватно воспринимает информацию педагога (не понимает о чем его просят, выполняет задания с затруднениями, обижается на замечания,не реагирует на похвалу). | 11-15  6-10  1-5 |

**Результаты обучающихся по программе «Заряд»**

**Входная диагностика (05.09.2022)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Обучающиеся** | | **Теоретические знания** | **Практические знания** | **Учебно - коммуникативные умения** | **Кол-во баллов** |
| Обучающийся 1 | | Низкий уровень (5б) | Низкий уровень (5б) | Средний уровень(6б) | 16б |
| Обучающийся 2 | | Низкий уровень (5б) | Низкий уровень (2б) | Низкий уровень (5б) | 7б |
| Обучающийся 3 | Средний уровень (8б) | | Средний уровень (8б) | Средний уровень (10б) | 26б |

**Мониторинг по первому полугодию (27.12.2022)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Обучающиеся** | | **Теоретические знания** | **Практические знания** | **Учебно- коммуникативные умения** | **Кол-во баллов** |
| Обучающийся 1 | | Средний уровень (8б) | Средний уровень (8б) | Средний уровень(10б) | 26б |
| Обучающийся 2 | | Высокий уровень (11б) | Высокий уровень (11б) | Высокий уровень (15б) | 37б |
| Обучающийся 3 | Высокий уровень (13б) | | Высокий уровень (13б) | Высокий уровень (15б) | 41б |
|  | | | | | |

**Мониторинг результатов по итогам года (21.05.2023)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Обучающиеся** | | **Теоретические знания** | **Практические знания** | **Учебно- коммуникативные умения** | **Кол-во баллов** |
| Обучающийся 1 | | Средний уровень (9б) | Средний уровень(9б) | Высокий уровень(12б) | 30б |
| Обучающийся 2 | | Высокий уровень (12б) | Высокий уровень (12б) | Высокий уровень (15б) | 39б |
| Обучающийся 3 | Высокий уровень (14б) | | Высокий уровень (15б) | Высокий уровень (15б) | 44б |
|  | | | | | |

**Итоговые результаты уровня освоения программы**

**обучающимися объединения «Заряд»**