

**Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования Центр
детского творчества «Горизонт»**

Согласовано:

Педагогический совет
от «30» августа 2023 г.
Протокол № 1



**Адаптированная дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа для обучающихся с расстройствами
аутистического спектра**

Адаптивная физическая культура

Физкультурно-спортивная направленность

Объем: 144 часа

Срок реализации: 1 год

Возрастная категория: 5-12 лет

Автор-составитель: Ведерникова Ольга
Николаевна, заместитель директора по
УВР, педагог ДО высшей
квалификационной категории

г. Ярославль, 2023 г.

Содержание

1.	Пояснительная записка	3
2.	Планируемые результаты	12
3.	Учебный план	14
4.	Содержание программы	15
5.	Календарный учебный график	24
6.	Организационно-педагогические условия реализации программы	24
7.	Мониторинг результатов обучения	31
8.	Список литературы	33
9.	<i>Приложения</i>	36

1. Пояснительная записка. Дополнительное образование — это иной способ взаимодействия растущего человека с миром взрослых — безоценочный, обеспечивающий достижение ребенком успеха в соответствии с его способностями независимо от уровня успеваемости по обязательным учебным дисциплинам. Интеграция основного и дополнительного образования детей позволяет сблизить процессы воспитания, обучения и развития, что является одной из наиболее сложных проблем современной педагогики.

Для обучающихся с расстройствами аутистического спектра, испытывающих большие проблемы в освоении программного материала, очень важно почувствовать себя успешными. Дополнительное образование призвано увеличить пространство, в котором они могут реализовывать лучшие личностные качества, демонстрировать те способности, которые остаются невостребованными основным образованием. В дополнительном образовании ребёнок может не бояться неудач. Это создает позитивный психологический фон для достижения успеха, формирования мотивации творческой деятельности, что, в свою очередь, благоприятно сказывается и на учебной деятельности ребёнка.

Расстройства аутистического спектра (далее РАС) являются достаточно распространенной проблемой детского возраста и характеризуются нарушением развития коммуникации и социальных навыков. Общими являются проблемы и трудности развития взаимоотношений с динамично меняющейся средой, установка на сохранение постоянства в окружающем мире и стереотипность поведения детей. РАС связаны с особым системным нарушением психического развития ребенка, проявляющимся в становлении его эмоционально-волевой сферы, в познавательном и личностном развитии.

Очень важным аспектом в работе с детьми с РАС являются занятия физической культурой. Они содействует понижению чувственного напряжения и созданию ощущения наибольшего комфорта у ребенка с РАС -

понижается тревожность, и ребенок больше не закрывается, становится более раскованным для контакта с людьми.

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Адаптивная физическая культура» (далее программа) предназначена для физического развития, укрепления здоровья, социализации и адаптации, обучающихся с расстройствами аутистического спектра посредством занятий физкультурой.

Данная программа разработана на основании документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 16.04.2022) «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон от 24 ноября 1995 г. N 181-ФЗ "О социальной защите инвалидов в Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями от 28.06.2021 N 219-ФЗ);
3. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «об утверждении Порядка организации образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам» (ред. от 30.09.2020 N 533);
4. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 N ВК-641/09 "О направлении методических рекомендаций" (вместе с "Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей");
5. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра, одобренная решением федерального учебно-

методического объединения по общему образованию (Протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15).

Актуальность данной программы обусловлена необходимостью решения проблемы реабилитации детей с РАС, укреплению их здоровья и направлена на создание благоприятных условий для их самореализации и адаптации.

Программа ориентирована на создание условий укрепления здоровья обучающихся с РАС, повышение уверенности в себе, в своих силах, что позволяет выстраивать образовательную деятельность с полным учетом особенностей заболевания. Использование специально подобранных методов и приёмов в процессе обучения позволит ребенку с расстройствами аутистического спектра сформировать навыки ЗОЖ.

Физическая культура является эффективным средством для установления контакта между взрослым и ребёнком, а также средством коррекции недостатков интеллектуального и эмоционального развития.

Педагогическая целесообразность заключается в том, что при освоении программы:

- создаются условия, предусматривающие широкий выбор разнообразных форм деятельности, среди которых ребенок может выбрать наиболее близкие его особенностям здоровья и задаткам;
- обеспечивается индивидуальный подход к ребенку на групповых занятиях;
- используется опора на личный опыт обучающегося;
- формулируются близкие и понятные цели деятельности;
- организуется взаимодействие со сверстниками.

При реализации программы используются специально подобранные методы:

наглядные методы: визуальное расписание, чёткий план, инструкция, образцы выполнения, визуальные правила поведения, социальные истории;

практические методы: индивидуальная корректировка объёма задания, помощь в смене деятельности, обучение работе в паре, мини-группе;

словесные методы: адаптация устной речи, выполнение инструкции, ответы на вопросы;

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Особенности реализации программы. Обучение по данной программе может осуществляться в мини – группе до 5 человек, что позволяет приблизить дополнительное образование к индивидуальным физиологическим, психологическим и интеллектуальным особенностям каждого ребенка. Программа ориентирована на создание условий для обучающихся с РАС, их саморегуляции и адаптации.

Работа с аутичными детьми требует особого подхода к выбору педагогических технологий и зависит от индивидуальных интересов и мотивов каждого ребёнка.

Наиболее эффективные технологии: дидактическая игра, технология разноуровневого обучения, здоровьесберегающие технологии, ИКТ, технология опорных сигналов.

Целевая аудитория: дети 5-12 лет с расстройствами аутистического спектра.

Язык обучения: русский.

Психолого-педагогическая характеристика: в соответствии с тяжестью аутистических проблем и степенью нарушения (искажения) психического развития выделяется четыре группы детей, различающихся целостными системными характеристиками поведения: характером избирательности во

взаимодействии с окружающим, возможностями произвольной организации поведения и деятельности, возможными формами социальных контактов, способами аутостимуляции, уровнем психоречевого развития (классификация О. С. Никольской):

1 группа: глубокая аффективная патология (отрешенность от внешней среды). Отличается отсутствием речи, полевым поведением, дети практически не имеют точек целенаправленного взаимодействия с окружающим миром.

2 группа: активное стремление к сохранению постоянства окружающей среды, коммуникативных и речевых форм. Избирательное стремление к привычным и приятным сенсорным ощущениям. Характерна речь штампами, в инфинитиве или во втором и третьем лице, эхолалии.

3 группа: сложные формы аффективной защиты, захваченность собственными переживаниями. Дети, поглощены одними и теми же занятиями, и интересами. При этом сложная программа поведения реализуется в форме монолога, без учета обстоятельств, вне диалога со средой и людьми.

4 группа: трудности организации общения при вступлении в диалог с миром и людьми, повышенная ранимость, тормозимость при взаимодействии с окружающими.

Данная программа адаптирована для обучающихся с расстройствами аутистического спектра 2 группы и установить с ними эмоциональный контакт и вовлечь в осмысленное развивающее практическое взаимодействие.

В общем для детей с расстройствами аутистического спектра характерными являются трудности социального взаимодействия и коммуникации со сверстниками и взрослыми, ориентация в новых ситуациях, помещениях и т.д. Эти трудности проявляются в протестном или ненормативном поведении. При этом нарушение поведения может быть

реакцией на стрессовую ситуацию, выражением потребности в помощи, протестной реакцией на какое-либо событие или действие окружающих и др. Характерным для подавляющего большинства детей данной категории является избегание глазного контакта. Также отмечается стереотипия в играх, пищевых пристрастиях, одежде и т. д.

Особенности ребенка с РАС:

- характерна вариативность речевых нарушений: от задержки в одних случаях до ускоренного развития речи в других;
- характерна сенсорная негативная сверхчувствительность;
- индивидуальная инструкция воспринимается лучше, чем фронтальная;
- лучше воспринимается материал, если он подкреплён наглядностью;
- характерно сосредоточение на деталях, а не целом объекте, предмете, ситуации;
- отмечаются нарушение концентрации внимания и его истощаемости до полного выключения из ситуации;
- характерен высокий уровень развития механической памяти, доступно запоминание сложных рисунков, орнаментов;
- наблюдаются трудности в применении на практике имеющихся знаний;
- замедленность, стереотипность, одноплановость мышления;
- сенсорная и эмоциональная сверхчувствительность, которая может проявляться негативными реакциями на определенные виды раздражителей: прикосновения, шумы, запахи, цвета и др.;
- характерен негативизм к любым изменениям;
- темп деятельности может быть сниженным или неравномерным;
- отмечаются трудности произвольного обучения.

Передача таким детям социального опыта, введение их в культуру представляют особенную трудность. Установление эмоционального контакта и вовлечение ребёнка в развивающее практическое взаимодействие, в

совместное осмысление происходящего представляют базовую задачу специальной психолого-педагогической помощи при аутизме.

Уровень программы – ознакомительный.

Объем – 144 часа.

Срок освоения программы – 1 год.

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса. Основная форма образовательного процесса – учебное занятие. Работа проводится малыми группами.

Образовательный процесс с аутичными детьми состоит из следующих этапов:

1. Установление эмоционального контакта. Это требует от педагога тщательной подготовки, терпения, гибкости. Вначале обучения по программе необходимо тесное **взаимодействие с родителями** для того, чтобы выяснить режимные моменты, привычки детей, манеру общения. Вместе с родителями необходимо определить предметы или увлечения, которые вызывают у ребёнка интерес. Это могут быть компьютерные игры, игра мелкими предметами и другое.

2. Стимуляция активности, направленной на взаимодействие, снятие страхов, купирование агрессии и самоагрессии. Необходимо использовать специальные интересы или увлечения ребёнка на занятиях как стимул для занятий физкультурой или поощрение за выполненное задание, что даст возможность продуктивно строить взаимоотношения.

Для улучшения коммуникативных возможностей на занятиях используются средства альтернативной коммуникации: переход от реального

предмета к фотографии, затем к цветному изображению и далее к черно-белому изображению (схеме).

Необходимым условием в работе с данной категории детей является использование расписания – изображения и слова, которые направляют ребенка к выполнению последовательности действий на занятии. В качестве расписания могут быть использованы фотографии заданий, расположенные в последовательности, соответствующей структуре занятия.

3. Формирование целенаправленного поведения. Необходимо четко продумывать инструкции заданий, повторяя их не более двух раз. Объяснять следует спокойным, ровным тоном, чтобы излишняя эмоциональность не мешала, не отвлекала ребёнка во время объяснения материала. Задания должны иметь чёткую цель, методы, и динамично сменять друг друга. Все задания предлагаются в игровой форме. Увеличение сложности задания происходит по мере усвоения материала. С целью замещения стереотипных движений на целенаправленные на занятиях используются рифмованные физкультминутки.

Так как дети с РАС стремятся к относительному постоянству, занятия имеют чёткую структуру.

Примерная структура занятия:

1. Организационный момент: приветствие, настрой на работу, использование предметов, привлекающих внимание ребёнка (звучащие предметы, световые эффекты).

Задачи этапа:

- фиксирование взгляда на лице педагога,
- развитие умения концентрироваться, привлекать внимание окружающих.

2. Сообщение темы занятия через расписание.

Задачи этапа:

- нацеливание ребенка на последовательность заданий расписания,
- формирование стимула (предметы, вызывающие у ребёнка интерес).

3. Основная часть.

Задачи этапа:

- развитие понимания речи,
- развитие зрительного восприятия: соотнесение предметов с картинкой, пиктограммой, фотографией, рисунком,
- развитие умения соотносить речевой образец с действием.

3.1. Закрепление изученного материала (предъявление стимула).

Задачи:

- развитие тактильно двигательного восприятия
- развитие мотивации и волевой регуляции,
- установление тесного эмоционального контакта с педагогом.

4. Подведение итогов занятия.

Задачи:

- получение обратной связи от обучающихся,
- эмоциональная и познавательная оценка приобретённых знаний, умений, навыков.

Специальные образовательные условия, которые необходимо создать при обучении детей с РАС по данной программе:

- предварительное знакомство с помещением, в котором будут проходить занятия, а также с педагогом;
- постепенное увеличение времени пребывания ребенка на занятиях исходя из индивидуальных особенностей;
- обеспечение (при необходимости) индивидуального сопровождения **ассистентом на занятиях. В качестве ассистента могут выступать родители обучающегося;**
- использование шумопоглощающих наушников в случае гиперчувствительности к звукам или шумам;

- соблюдение четких алгоритмов деятельности при проведении занятий;
- поэтапная презентация нового материала;
- избегание перефразирования в вопросах и инструкциях;
- необходимость использования альтернативных средств коммуникации (пиктограммы, схемы, рисунки, фотографии и др.) при невозможности вербального общения.

Цель: целенаправленное формирование здорового образа жизни ребенка с расстройством аутистического спектра и коррекция недостатков его развития через занятия адаптивной физической культурой.

Задачи:

Обучающие

- развитие способности выполнить инструкцию педагога, действовать по показу, образцу,
- формирование навыков здорового образа жизни,
- формирование умений выполнять все этапы физических упражнений,
- формирование навыков и умений работы с различными предметами, используемыми для выполнения физических упражнений,
- формирование и развитие способностей к регулярным занятиям физической культурой.

Воспитательные

- формирование умения обращаться за помощью,
- формирование эмоционального отношения к образовательной и коммуникативной деятельности,
- формирование культуры общения и поведения в социуме.

Развивающие (включают коррекционные)

- формирование умения следовать намеченному плану, выполнять его до конца,
- формирование навыка адекватного оценивания результатов своей работы,
- формирование осмысленного отношения к поставленному заданию,
- формирование умения самостоятельно контролировать свои эмоции,
- формирование бытовых навыков, необходимых в учебной ситуации.
- формирование навыка выполнения социальных правил.

2. Планируемые результаты обучения:

Предметные:

- знают основы здорового образа жизни;
- знают правила поведения в спортивном зале;
- умеют выполнять инструкцию педагога, действовать по показу, образцу;
- умеют пользоваться предметами, необходимыми для выполнения физических упражнений;
- умеют выполнять элементарные физические упражнения на профилактику и коррекцию различных частей тела и групп мышц;
- умеют выполнять упражнения с различными предметами: палкой, обручем, гантелями;
- умеют соблюдать последовательность упражнений эстафеты.

Личностные:

- проявляют потребность в обращении за помощью,
- владеют навыками культурного общения и поведения в обществе,
- проявляют эмоции в образовательной, коммуникативной деятельности.

Коррекционно-развивающие:

- умеют самостоятельно действовать по инструкции, алгоритму, плану,
- умеют осмысленно оценить результаты своей деятельности,
- могут самостоятельно контролировать свои эмоции,

- умеют вступать в коммуникации со взрослыми и сверстниками,
- владеют бытовыми навыками, необходимыми в учебной ситуации.

3. Учебный план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение в программу	2	1	1	Беседа
2	Дыхательная гимнастика	4	1	3	Практическая работа/ повторение, наблюдение
3	Упражнения на внимание	4	1	3	Практическая работа/ повторение, наблюдение
4	Упражнения для профилактики и коррекции нарушения осанки	26	6	20	Практическая работа/ повторение, наблюдение
5	Упражнения для профилактики и коррекции плоскостопия	26	6	20	Практическая работа/ повторение, наблюдение
6	Подвижные игры	26	6	20	Практическая работа/ повторение, наблюдение
7	Лёгкая атлетика	28	6	22	Практическая работа/ повторение, наблюдение
8	Упражнения на укрепление мышечного корсета	26	6	20	Практическая работа/ повторение, наблюдение
9	Итоговое занятие	2	0	2	Практическая работа/ повторение, наблюдение
	ИТОГО	144	33	111	

4.Содержание программы

1)Введение (2 часа). Беседа с родителями и обучающимися о традиционных и нетрадиционных средствах физического воспитания, направленных на оздоровление учащихся. Привлечение родителей на занятия в качестве ассистентов. Рассказ о роли ассистента в обучении детей с РАС.

2)Дыхательная гимнастика (4 часа). Ритмичное глубокое дыхание (гипервентиляция легких). Очистительное дыхание. Основная стойка. Сделать глубокий вдох через нос, задержать дыхание на 2–3 секунды. Выполнить выдох «порциями», всего на полный цикл выдоха затратить 3–4 «порции». Дыхание через одну ноздрю (левой и правой). Цель упражнения — исправить неправильные привычки в дыхании. Техника: сесть в удобную позу со скрещенными ногами, спину и голову держать прямо. Закрывать правую ноздрю большим пальцем и медленно вдыхать через левую ноздрю. Выдыхать через ту же ноздрю. Повторить упражнение 10-15раз. Затем закрыть левую ноздрю безымянным пальцем и мизинцем правой руки и выполнить 10–15 дыхательных циклов.

3)Упражнения на внимание (4 часа). Для формирования навыков концентрации внимания отобраны упражнения на гимнастической скамейке (ходьба с различной амплитудой движений, ускорениями; ходьба с махами ног и поворотами на носках; стойка на носках, толчком двумя прыжок вперед; равновесие на одной ноге; упор присев; соскоки). Игры на внимание: «Волшебное слово». Дети повторяют движения за ведущим, но только в том случае, если тот говорит: «Пожалуйста!» «Будь внимателен». Дети выполняют гимнастические упражнения по словесной команде, например: по команде «Зайчики» — прыжки на месте; «Птицы» — взмахи руками; «Лягушки» — присесть и скакать вприсядку и т. д. Команды должны быть разнообразными и подаваться с разными интервалами. «Запрещенное движение». Дети вместе с учителем становятся в круг. Учитель объясняет, что он будет показывать разные движения, а ученики должны выполнять их вслед за ним. При этом

одно движение запрещено: его нельзя повторять (например, движение «руки за голову»). Учитель начинает делать разные движения, ученики повторяют их. Неожиданно учитель выполняет запрещенное движение. Ученик, повторивший его, делает шаг вперед, а затем продолжает играть. Запрещенные движения следует менять после четырех-пяти повторений. «Запрещенное слово». Выбираем запрещенное слово – это может быть название какого-либо цвета (желтый) или качества (маленький). Ведущий в произвольной последовательности бросает детям мяч, одновременно задавая вопросы: «Море синее, а солнце?», «Какого цвета роза? А ромашка?», «Слон большой, а мышка?» Дети должны давать точный ответ, не забывая вместо запрещенных слов говорить «абракадабра». «Летает — не летает». Дети садятся или становятся полукругом. Ведущий называет предметы и показывает 11 движения. Если предмет летает, дети поднимают руки. Если не летает, руки у детей опущены. Ведущий может сознательно ошибаться и поднимать руки, называя нелетающий предмет. Ребятам необходимо своевременно удерживаться от неправильного повторения.

4) Упражнения для профилактики и коррекции нарушений осанки (26 часов). Ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лёжа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета. Выполнение упражнений в статическом режиме. Стойка на одной ноге: встать на правую ногу, положив лодыжку левой стопы у основания правого бедра. Поднять руки вверх над головой, разведите руки в стороны, как ветви дерева. Локти не сгибать. Медленно выходите из позы и повторите упражнение на другой ноге. Эффект упражнения — формируется навык правильной осанки, развиваются мышцы рук и плечевого пояса, мышцы спины, улучшается чувство равновесия.

«Поза кресла». Встать прямо, расставив ноги примерно на 40 сантиметров. Руки вверх. Согнуть ноги в коленях и немного присесть. Находиться в приседе 20–30 секунд. Это прекрасное упражнение для тренировки мышц ног и спины. Укрепляются мышцы всего тела, приобретается навык поддержания красивой осанки. Растяжение спины. Встать в основную стойку. Соединить ладони за спиной. Поднять ладони вверх до верхней части спины, на уровне лопаток. Ноги расставить шире плеч. Нагнуть туловище вперед к колену правой ноги. Остаться в этой позе 20–30 секунд при нормальном дыхании, затем вернуться в основную стойку, убрав руки со спины. Если не удается сложить кисти рук за спиной, можно захватить запястье и затем совершать указанные движения. Эффект упражнения — укрепляются мышцы ног и спины, увеличивается подвижность в плечевом поясе.

«Ласточка». Из основной стойки наклониться вперед. Поднять правую ногу параллельно пола, руки вытянуть вперед. Руки, туловище и левая нога составляют прямую линию. Удерживать позу 20–30 секунд, вернуться в исходное положение. Повторить упражнение с подниманием левой ноги. Эффект упражнения — активно тренируются мышцы спины, задней поверхности бедра, плечевого пояса. Выпад в сторону. Из основной стойки развести руки в стороны. Сделать выпад вбок правой ногой. Туловище держать прямо. Угол в коленном суставе правой ноги составляет примерно 60°, левая нога — прямая. Держать позу 20–30 секунд. Дыхание свободное. Вернуться в исходное положение и выполнить упражнение с выпадом левой ногой. Эффект упражнения: тонизирует и укрепляет мышцы спины, плеч. Способствует профилактике нарушений осанки. Увеличивается подвижность в тазобедренных и коленных суставах, укрепляются мышцы ног. Поза наклона вперед сидя. Лечь на спину, ноги вместе. Медленно наклониться вперед, стараясь коснуться руками стоп, расслабить мышцы. Удерживать позу около 20 секунд. Выходя из позы, сядьте прямо, а затем, опустите спину на пол. Руки положите вдоль туловища ладонями вверх. Ноги слегка разведите врозь.

Расслабьтесь. Эта поза укрепляет мышцы спины, заднюю часть ног, мышцы, расположенные в области живота.

«Поза кобры». Техника: лягте на живот, ноги держите вместе. Положите кисти рук на пол на уровне плеч ладонями вниз. Медленно поднимайте вверх и прогибайтесь как можно дальше назад голову и грудную клетку, не отрывая нижнюю часть живота от пола. Взгляд направьте вверх. Сохранять позу около 20 секунд, дышать нормально. После этого медленно опустите на пол вначале грудь, а затем голову. Упражнение укрепляет мышцы спины, устраняются смещения в позвоночнике.

«Треугольник». Техника: Из основной стойки прыжком расставить стопы шире плеч. Руки поднять в стороны на уровне плеч, ладони вниз. Повернуть правую и левую стопу вправо, левая нога вытянута. Наклонить туловище вправо, коснуться правой ладонью правой лодыжки, можно положить ладонь на пол. Вытянуть левую руку вверх. Сохранять позу 30-40 секунд, дыхание глубокое, ровное. Возвратиться в исходную позицию. Выполнить упражнение в другую сторону. Упражнение увеличивает подвижность в тазобедренных суставах и позвоночном столбе, расширяет грудную клетку. Выпад вперед, руки вверх. Из основной стойки поднять руки вверх, сложив ладони вместе. Сделать глубокий выпад вперед правой ногой, голову поднять и смотреть на сложенные руки. Угол в коленном суставе правой ноги составляет примерно 90°, левая нога — прямая. Держать позу 20–30 секунд. Дыхание свободное. Вернуться в исходное положение и выполнить упражнение с выпадом левой ногой. Эффект упражнения: Тонизирует и укрепляет мышцы спины, ног, плеч. Серия упражнений для профилактики нарушений осанки. «Выпрямить спину». И. п.: сесть на пятки, руки развести в стороны. На счет «раз», сгибая руки в локтях за спиной (правая рука сверху, левая снизу), переплести пальцы. На счет «два-три» удерживать позу. На счет «четыре» принять исходное положение. На счет «пять ... восемь» повторить упражнение, поменяв руки (левая сверху, правая внизу).

«Напрягаем руки». И. п.: сесть по-турецки, руки отвести за спину, пальцы переплести. На счет «раз» глубоко наклониться вперед, поднимая руки назад и вверх. На счет «два-три» удерживать позу. Насчет «четыре» принять исходное положение. Повторить 2–4 раза. 13 «Расправим плечи». И.п.: сесть по-турецки, руки держать за головой. На счет «один...четыре» выполнить пружинящие отведения локтей назад. На счет «пять», отводя локти назад, глубоко наклониться вперед. На счет «шесть-семь» удерживать позу. На счет «восемь» принять исходное положение. Повторить 2–4 раза.

«Качалочка». Цели: улучшение функции вестибулярного аппарата, укрепление связочно-мышечного аппарата туловища и конечностей. На лесной полянке играли медвежата, смешно покачиваясь на спине. Давайте мы тоже попробуем так покачаться! И. п.: лечь на спину, ноги вместе. Сгибая ноги, прижать колени к груди и обхватить колени руками. Покачаться на спине вправо, влево. Пауза. Повторить 3 раза.

«Морская звезда». Цель: формирование правильной осанки, улучшение координации движений. И. п.: лежа на животе, поднять руки и ноги в стороны. Вы — морская звезда! Покачайтесь на волнах. «Стойкий оловянный солдатик». Цели: развитие умения сохранять равновесие, формирование правильной осанки, укрепление связочно-мышечного аппарата туловища и конечностей. Плывет по реке лодочка, а в ней оловянный солдатик. Вдруг подул резкий ветер, и началась качка. Но ничего не страшно оловянному солдатику. Хотите стать таким же стойким и сильным, как оловянный солдатик? И. п.: встать на колени, руки плотно прижать к туловищу. Наклониться назад, как можно ниже, держать спину прямо, а затем выпрямиться. Повторить 3 раза. Сесть на пятки, отдохнуть.

«Самолет». Цели: укрепление мышечного корсета позвоночника, мышц тазового пояса. И. п.: сидя, ноги вместе, руки на полу. Поднять ноги вверх, руки развести в стороны — «полетели самолеты». Удерживать позу 5—10 с, затем отдохнуть. Повторить 3 раза.

«Цапля». Цели: улучшение функции вестибулярного аппарата, укрепление опорно-двигательного аппарата. И. п.: стоя на правой ноге, согнуть левую ногу в колене, руки чуть в стороны, и постоять так немножко. Затем на левой ноге. Повторить 3—4 раза. Когда цапля ночью спит, на одной ноге стоит. Не хотите ли узнать: трудно ль цапле так стоять? А для этого нам дружно, сделать позу эту нужно. (2-й вариант: ногу, согнутую в колене, поднять вперед, вверх, под углом.) Очень трудно так стоять, Ножку на пол не спускать, И не падать, не качаться, За соседа не держаться.

«Потягивание». Цели: укрепление мышечного корсета позвоночника, связочно-мышечного аппарата ног и рук. И. п.: лежа на спине, потянуть левую ногу вперед, а левую руку вытянуть назад за голову вдоль туловища. То же самое другой ногой и рукой. Затем двумя ногами и руками вместе.

«Карусель». Цели: улучшение функции вестибулярного, укрепление опорно-двигательного аппаратов. И. п.: сесть на пол, поднять прямые ноги вверх. Опираясь руками об пол, поворачиваться вокруг себя с помощью рук. Закружилась карусель.

5) Упражнения для профилактики и коррекции плоскостопия (26 часов). Эти упражнения выполняются в подготовительной или заключительной части оздоровительного урока физической культуры. Учитель самостоятельно выбирает те упражнения, которые необходимы на данном этапе обучения. При возможности можно выполнить весь представленный комплекс упражнений. Ходьба «по одной линейке» с приставлением пятки к носку (1 мин). Ходьба и бег на носках (1–2 мин). Ходьба крадучись (бесшумная ходьба) с постановкой ноги с носка на всю ступню (40–50 с). Ходьба на наружном своде стопы (1–1,5 мин). Ходьба на носках с высоким подниманием бедра (в среднем темпе до 1–1,5 мин). Ходьба на носках, руки на поясе (до 1 мин). Ходьба на пятках, переступая через палки на полу (30 с). Ходьба по гимнастической палке прямо и боком (до 1 мин). Ходьба с перекатом с пятки на носок (до 1 мин). 5. Общая физическая подготовка.

Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, с взмахом ногами; наклоны вперёд, назад, в сторону в стойках на ногах; выпады и полушпагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание и прогибание туловища; индивидуальные комплексы по развитию гибкости. Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке, сменяющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лёжа, сидя); жонглирование малыми предметами; комплексы упражнений на координацию с асимметрическими и последовательными движениями руками и ногами; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп.

б) Подвижные игры (26 часов). Подвижные игры являются чрезвычайно эффективным средством улучшения здоровья учащихся младшего школьного возраста. Правильно проведенная подвижная игра улучшает самочувствие, создает положительный эмоциональный фон всего оздоровительного занятия, формирует у детей мотивацию к систематическим занятиям физическими упражнениями. Привожу описание некоторых подвижных игр, которые можно использовать на оздоровительных занятиях с детьми младшего школьного возраста.

«Зайчик». Выбирают зайчика и обступают его хороводом. Зайчик всё время пляшет, поглядывая, как бы выпрыгнуть из круга. А хоровод ходит по кругу, напевая: «Зайнышка, попляши, серенький, поскачи. Кружком, бочком

повернись, кружком, бочком повернись! Есть зайцу куда выпрыгнуть, есть серому куда выскочить!» Задача зайца: обмануть бдительность детей и выскочить из круга.

«Кошки-мышки». Из детей выбирают «кошку» и «мышку». «Кошке» завязывают глаза, «мышке» дают колокольчик, все остальные берутся за руки, образуя круг. «Мышка» бегает внутри круга и не переставая звонит в колокольчик. Задача «кошки» — поймать «мышку». «Кто обгонит?». Все играющие делятся на четыре-пять команд и выстраиваются на одной линии шеренгами, держась за руки. По сигналу все команды прыгают на одной ноге до обозначенной линии. Выигрывает команда, достигшая границы первой.

«Лошадки». Играющие разбегаются по всей площадке и по сигналу учителя «Лошадки!» бегут, высоко поднимая колени. По сигналу «Кучер!» — обычная ходьба. Ходьба и бег чередуются. Учитель может повторить один и тот же сигнал два-три раза подряд. «Невод». Два игрока берутся за руки и ловят остальных. Догнав кого-нибудь, они должны соединить руки так, чтобы пойманный оказался в кругу. Теперь они втроем ловят остальных. Каждый пойманный становится частью «невода». Игра продолжается до тех пор, пока «неводом» не будут пойманы все «рыбки», то есть другие участники. Перемена мест. На площадке в произвольном порядке начерчены кружки на расстоянии 3–5 м один от другого. Каждый участник игры стоит в своем кружке, а водящий ходит среди них. По сигналу играющие меняются кружками, а водящий старается занять свободный кружок. Оставшийся без кружка становится водящим.

«Салки-ноги» от земли. Все играющие свободно бегают по площадке, а водящий догоняет. Спасаясь от преследования, игроки могут занять любое положение, при котором ступни ног не касаются земли (сесть на скамейку, стать на колени и т. д.). Игроков, которые приняли одно из этих положений, салить нельзя. Тот, кого «салка» догонит, становится водящим. Он поднимает руку, говорит: «Я салка!» – и игра продолжается.

«Третий лишний». Играющие становятся попарно в затылок друг другу, образуя круг, лицом к центру. За кругом остаются двое игроков: один убегает, другой догоняет. Убегающий, спасаясь от преследования, становится впереди какой-либо пары. Игрок, стоящий в паре последним, убегает, и догоняющий устремляется за ним. Если водящий осалил убегающего, то убегающий становится водящим.

7) Легкая атлетика (28 часов). Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением. Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.

8) Упражнения на укрепление мышечного корсета (26 часов). Упражнения на фитболе.

«Стульчик» И.П. сидя на мяче, ноги вместе, спина прямая. Подскок вверх. Руки вверх.

«Рисуем круги» и.п. сидя на фитболе, ноги на ширине плеч, согнуты в коленях, стопы стоят на полу, руки разведены в стороны. Двигаем мяч по кругу ягодицами, то вправо, то влево.

«Тачка» И.П. лёжа на мяче, на животе, упор руками о пол, шагать на руках вперёд, мяч удерживая ногами. Вернуться в и.п.

«Отжимание» И.П. лёжа на мяче, мяч под коленями, руки в упоре под плечами. Выполнять сгибание и разгибание рук .

«Подъёмный кран» И.П. лёжа на животе, руки и ноги касаются пола, опираясь на руки, поднимаем ноги. Затем тоже руки.

«Балансирование» и. п. лёжа на животе, руки и ноги в стороны, отрывая разноимённые руки и ноги от пола, удерживая равновесие на мяче.

«Мостик» И.П. лёжа на спине, прогнуться, руки и ноги стоят на полу.

«Передача мяча» и. п. лёжа на спине, мяч зажат стопами, руки вверх. Встречные движения рук и ног, передавая мяч из ног в руки и возвращаясь в и. п..

«Качалка» И. п. лёжа на животе, покачивание на фитболе вперёд назад. Средства, используемые при реализации программы. Физические упражнения, коррекционные подвижные игры, эстафеты, ритмопластика, дыхательная и пальчиковая гимнастика, упражнения для зрительного тренинга. Средства общения с занимающимися: вербальные и невербальные.

9)Итоговое занятие (2 часа). Повторение всех видов упражнений в эстафете.

5. Календарный учебный график программы

№	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество часов в неделю	Количество учебных недель
1	1 сентября	31 мая	4 часа в неделю	36

6. Организационно-педагогические условия реализации программы.

Перспективной формой обучения аутичного ребенка представляется постепенная, индивидуально дозированная интеграция в группе детей. Так же необходимо соблюдение ряда условий:

- *преодоление неравномерности в развитии.* Использование специфических наглядных, практических, словесных, методов и приемов обучения;
- *организация пространства.* Всё пространство необходимо зонировать в соответствии с выполняемым видом деятельности: зона обучения, зона отдыха, игровая зона;

- *организация и визуализация времени.* Очень важна «разметка» времени. Регулярность чередования событий, их предсказуемость и планирование предстоящего помогает лучше переживать то, что было в прошлом и дожидаться того, что будет в будущем. Широко используются различного вида расписания, инструкции, календари, часы;
- *структурирование всех видов деятельности.* Овладение социальными компетенциями: алгоритмы выполнения действий, формирование стереотипа учебного поведения;
- *организация коммуникативного общения:* развитие понятийной стороны речи. Детям необходимо подробно объяснять смысл заданий, а также проговаривать то, что от них ожидают. Если возникают трудности, то использовать визуальную поддержку (фотографии, пиктограммы);
- *использование эффективных технологий.* Дидактические игры, разноуровневый подход к обучению, здоровьесберегающие технологии, ИКТ, использование опорных сигналов. Данные технологии создают условия для сенсорного и эмоционального комфорта ребенка с РАС на занятиях;
- *социально-бытовая адаптация.* Все полученные умения и навыки необходимо переносить в различные жизненные ситуации. **Необходимо тесное взаимодействие с родителями;**
- *помощь ассистентов.* Сопровождение ребенка с РАС на занятия ассистентом (помощником), оказывающим ребенку техническую помощь, является одним из основных условий его успешной адаптации, социализации и интеграции. Ассистентом может быть человек без специального образования, достаточно среднего общего, возможно прошедший курсы профессиональной переподготовки или только инструктаж. На практике чаще всего **в роли ассистентов выступают родители.**

Материально-техническое обеспечение. Для обеспечения работы по данной программе необходимы:

- архитектурная среда;
- доступность. Необходимо организовать визуально структурированную

среду, рабочее место обучающегося, включающее: спортивный зал, скамейки для отдыха, обручи по количеству обучающихся, спортивные палки по количеству обучающихся, облегченные гантели по количеству обучающихся, информационную доску;

– безопасность. Необходимо организовать правила безопасного поведения, размещенные на стендах; наглядные символы, предупреждающие об опасности;

– организация деятельности. Необходимо использовать визуализацию действий и заданий, наглядное представление информации;

– алгоритмизация деятельности. Необходимо адаптировать и упростить материалы занятия в соответствии с возможностями обучающихся;

Информационное обеспечение. Для организации сопровождения, обучения и воспитания детей с РАС по данной программе может быть использован информационный ресурс, содержащий нормативно-правовые документы, алгоритмы работы с различными конструкторами (программ, первичной оценки развития обучающихся), примеры авторских программ, методические рекомендации, примеры дистанционного обучения, учебно-методический комплекс по направлению деятельности:

- Учебно-методический центр ФРЦ <http://ege.pskgu.ru/index.php>

Кадровое обеспечение.

Образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья на основе адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Адаптивная физическая культура» осуществляется с привлечением специалистов в области коррекционной педагогики, а также педагогических работников, освоивших соответствующую программу профессиональной переподготовки.

Так же возможно привлечение **ассистента (помощника)**, оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, проведение групповых и

индивидуальных коррекционных занятий, обеспечение доступа в здания организаций, осуществляющих образовательную деятельность, и другие условия, без которых невозможно или затруднено освоение образовательных программ обучающимися с ограниченными возможностями здоровья.

Методические материалы

Основной формой организации учебно-воспитательного процесса по программе является учебное занятие.

Формы организации деятельности обучающихся на занятии:

- индивидуальная,
- работа в парах,
- работа в малых группах.

Формы проведения занятий: практическое занятие, индивидуальное занятие.

Методы обучения:

1. Наглядные методы.

«Визуальное расписание»: карточки с названием тем или режимных моментов. Изменение в расписание осуществляется только по «уважительным» причинам и совместно с обучающимися. Создает упорядоченную картину мира, помогает избежать многих страхов, повышает самостоятельность, помогает справиться с тревогой, позволяет усвоить алгоритм учебных действий.

«Чёткий план»: карточки с символами и подписями заданий, фотографии, иллюстрации, презентации. Повышает уровень самостоятельности, позволяет подготовиться к смене деятельности, получить ощущение, что что-то достигнуто.

«Инструкция»: символы, подкрепляющие конкретное действие. В случае выполнения сложного задания – визуальный стимул (подбирается индивидуально для каждого). Научение ребенка выполнять задание, возможность самостоятельного выполнения задания.

«Образцы выполнения»: вначале демонстрация результата в виде: ответа на вопрос, моделирования действия (то, как должно оно выглядеть), алгоритма выполнения, образца выполнения. Снимают тревожность и нежелание выполнять задание.

«Визуальные правила поведения»: правил не должно быть много, правила должны быть актуальными на данный период, формулировка правил должна быть четко продумана, фразы должны быть короткими, все слова в них понятными, не использовать в формулировках частицу НЕ. Для успешной адаптации.

«Социальные истории»: фотографии или рисунки на темы: «Следование очереди», «Социальная дистанция», «Нормы поведения в общественных местах» и др. Помогают «считывать» и понимать социальные ситуации, осмыслить события индивидуального опыта.

2. Практические методы.

«Индивидуальная корректировка объёма задания»: четкое начало и конец задания, небольшой объем задания, предъявление задания мелкими частями. Поможет избежать путаницы при выполнении и паники при виде объема задания.

«Помощь в смене деятельности»: напоминание о смене деятельности за 5 минут и за 1 минуту до него, с помощью специального знака (таймер, карточка, считалка и т. п.). Уменьшает стресс, дезориентацию, чувство дискомфорта.

«Обучение работе в паре, мини-группе»: задания в группе должны быть в рамках способностей ребенка, избегайте планирования групповых заданий. Повышаю уровень коммуникации.

3. Словесные методы.

«Адаптация устной речи»: избегайте ироничных и образных выражений, говорите ровным тоном, не говорите слишком быстро. Способствует адекватному восприятию.

«Выполнение инструкции»: привлечите внимание обучающегося, называя его по имени, используйте несложные инструкции, проверяйте понимание услышанного, сокращайте инструкцию до ключевых слов, избегайте длинных глагольных высказываний, напишите или нарисуйте инструкцию. Способствует адекватному восприятию, уменьшает стресс, дезориентацию, чувство дискомфорта.

«Ответы на вопросы»: задавайте вопросы сразу же после того, как произошел вид деятельности, дайте обучающемуся время на обдумывание вопроса, повторяйте несколько раз вопрос в течение занятия, подкрепите вопрос визуальной подсказкой. Помогает установить коммуникации.

Образовательные технологии:

«*Дидактическая игра*». Игровые моменты повышают эмоциональную составляющую учебно-воспитательного процесса. Создание игровой атмосферы на занятии развивает познавательный интерес, активность обучающихся, позволяет снять усталость и удержать внимание. При подборе игры или задания следует учитывать склонности ребёнка, стараться связывать задания с его интересами. Обучающимся с РАС нравится «встречать и провожать» сказочные персонажи (особенно мягкие игрушки), сопровождающие их на протяжении всего занятия. Дети при этом оживляются, радуются и стараются выполнить все задания. Учитывая сенсорные предпочтения детей, необходимо подбирать средства, воздействие которых вызывает у ребёнка приятные ощущения, эмоциональный отклик. Это могут быть игры с песком, крупами, мыльными пузырями, мячом, различными двигающимися музыкальными игрушками.

«*Технология разноуровневого обучения*». Предполагается разный уровень усвоения материала программы в зависимости от способностей и психофизических особенностей каждого обучающегося. Работа по данной технологии даёт возможность развивать индивидуальные особенности

обучающихся. Для каждого обучающегося составляются задания различной сложности, с учётом их индивидуальных особенностей. Такой подход повышает удовлетворенность результатами обучения и способствует повышению познавательной активности обучающихся.

«Здоровьесберегающие технологии». К данной технологии относятся физкультурные минутки ритмические и под музыку, релаксационные паузы (слушаем звуки природы), дыхательная гимнастика (в игровой форме: сдуем снежинку, погасим костёр), упражнения для мелкой моторики. Такие упражнения способствуют развитию познавательной деятельности детей.

«ИКТ». Помогают сделать занятия наглядными, динамичными, эффективными. Презентации дают возможность преподнести информацию и через слова на экране, и через наглядное динамическое изображение предметов, и через аудио и видео файлы, одновременно воздействуя на несколько органов чувств, что приводит к прочности, быстрой усвоения материала, повышает познавательную активность обучающихся.

«Технология опорных сигналов». Пиктограммы – небольшие карточки со схематическим изображением различных видов деятельности. Пиктограммы у обучающихся с РАС создают ощущение более стабильной, без неожиданностей ситуации, задают алгоритм деятельности на конкретное занятие. В качестве пиктограмм можно использовать так же фотографии заданий, рисунки. Эта технология улучшает всесторонне развитие аутичного ребенка, его познавательную деятельность.

Алгоритм занятия. Каждое занятие по новым темам включает теоретическую часть и практическое выполнение заданий. Далее идут занятия на закрепление пройденного материала.

Структура занятия:

1. Вводная часть:

– беседа с детьми по теме занятия, игровые ситуации,

- мотивация к деятельности;
- проверка имеющихся знаний и умений, подготовка к изучению новой темы.

2. Основная часть:

- изучение, анализ наглядности;
- показ и объяснение процесса выполнения задания;
- физкультминутка.

3. Заключительная часть:

- подведение итогов,
- формулирование выводов
- выявление сложностей при выполнении,
- планирование дальнейшей работы,
- рефлексия.

7. Мониторинг результатов обучения

Промежуточная аттестация. Аттестация обучающихся строится на следующих принципах:

- научность,
- учёт индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся,
- адекватность специфике программы к периоду обучения,
- свобода выбора педагогом методов и форм проведения оценки результатов,
- открытость результатов для педагогов и родителей.

Промежуточная аттестация проводится как оценивание результатов за определенный промежуток обучения – полугодие. Включает в себя проверку практических умений и навыков. Промежуточная аттестация осуществляется педагогом дополнительного образования. Материалы для промежуточной аттестации разрабатываются педагогом на основании данной программы. Промежуточная аттестация может проводиться в следующих формах: самостоятельная работа по показу, образцу. Промежуточная аттестация по данной программе проводится в период с 20 по 30 декабря.

Текущий контроль обучающихся проводится с целью установления фактического уровня знаний, их практических умений и навыков. Текущий контроль осуществляется педагогом по каждой изученной теме (разделу). Достигнутые обучающимися результаты заносятся в протокол наблюдения. Содержание материала контроля определяется педагогом на основании содержания материала данной программы и психолого-педагогических особенностей обучающихся. Форму текущего контроля определяет педагог с учетом контингента обучающихся, уровня обученности детей, содержания учебного материала, используемых им образовательных технологий. Текущий контроль может проводиться в следующих формах: практическая работа с помощью педагога, самостоятельная работа по показу, образцу.

Итоговый контроль. Аттестация по итогам освоения программы проводится по окончании обучения по данной программе. Для проведения аттестации по итогам освоения программы формируется комиссия, в состав которой могут входить члены администрации и педагог-психолог. Результаты итогового контроля обучающихся должны оцениваться таким образом, чтобы можно было определить:

- насколько достигнуты прогнозируемые результаты по данной программе каждым обучающимся,
- полноту выполнения данной программы,
- результативность самостоятельной деятельности обучающихся.

Аттестация по итогам освоения программы может проводиться в следующих формах: самостоятельная работа по показу, образцу, самостоятельная работа.

Критерии оценивания результативности: простое балльное оценивание, при котором оценивается изменение показателей оценивания.

Оценочные материалы

Для промежуточной аттестации и итогового контроля по данной программе используются:

–оценивание результатов обучения. Данные оценивания заносятся в протокол результатов обучения. (*Приложение 1*),

– оценивание результатов развития. Данные оценивания заносятся в протокол результатов развития (*Приложение 2*).

8.Список литературы

1. Гусева, Н. Ю. Организация инклюзивных групп для детей с расстройствами аутистического спектра в сфере дополнительного образования / Н. Ю. Гусева, Е. О. Зимина. — Текст : непосредственный // Образование и воспитание. — 2020. — № 3 (29). — С. 48-52. — URL: <https://moluch.ru/th/4/archive/168/5275/> (дата обращения: 24.06.2022).
2. Загуменная О. В., Хаустов А. В. Адаптация учебных материалов для обучающихся с расстройствами аутистического спектра. Методическое пособие / Под общей редакцией А. В. Хаустова. М.: ФРЦ ФГБОУ ВО МГППУ, 2017, 80 с.
3. Изотина, Е. А. Роль дополнительного образования в формировании личности ребёнка с ограниченными возможностями здоровья / Е. А. Изотина. — Текст: непосредственный // Образование и воспитание. — 2021. — № 3 (34). — С. 34-36. — URL: <https://moluch.ru/th/4/archive/198/6343/> (дата обращения: 27.06.2022).
4. Ионова А. В. Особенности обучения детей с расстройством аутистического спектра (РАС). // Инфоурок. URL: <https://infourok.ru/rekomendacii-osobnosti-obucheniya-detej-s-rasstrojstvom-autisticheskogo-spektra-ras-5085686.html> (дата обращения 14.06.2022).
5. Комплексное сопровождение детей с расстройствами аутистического спектра. Сборник материалов I Всероссийской научно-практической конференции, 14-16 декабря 2016 г., Москва / под общей редакцией В. А. Хаустова. М.: ФГБОУ ВО МГППУ, 2016. 446 с.

6. Кулакова Е. В., Любимова М. М. Методические рекомендации по организации дополнительного образования детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью с учётом нозологических групп: нарушение слуха, зрения, речи, опорно-двигательного аппарата, расстройства аутистического спектра, задержка психического развития, умственная отсталость (интеллектуальные нарушения)/ Под редакцией М. А. Симоновой. Москва: РУДН, 2020. – 60 с. ISBN 978-5-209-10446-9.
7. Манелис Н.Г., Волгина Н.Н., Никитина Ю.В., Панцырь С.Н., Феррои Л.М. Организация работы с родителями детей с расстройствами аутистического спектра. Методическое пособие / Под общ. ред. А.В. Хаустова. М.: ФРЦ ФГБОУ ВО МГППУ, 2017. 94 с.
8. Манелис Н.Г., Никитина Ю.В., Феррои Л.М., Комарова О.П. / Под общ. ред. А.В. Хаустова, Н.Г. Манелис. Сенсорные особенности детей с расстройствами аутистического спектра. Стратегии помощи. Методическое пособие. М.: ФРЦ ФГБОУ ВО МГППУ, 2018. 70 с.
9. Манелис Н.Г., Панцырь С.Н., Хаустов А.В., Комарова О.П. / Под общ. ред. А.В. Хаустова, Н.Г. Манелис. Организация консультативно-диагностической работы с семьями, воспитывающими детей с РАС. Методические рекомендации. М.: ФРЦ ФГБОУ ВО МГППУ, 2018. 85 с.
10. Младший школьный возраст. Общая характеристика. //Детская психология. URL: <http://psihogrammatika.ru/?p=728> (дата обращения 17.06.2022).
11. Морозов С.А., Морозова Т.И. Воспитание и обучение детей с аутизмом (дошкольный возраст): учебно-методическое пособие. – Самара: ООО «Книжное издательство», 2017. – 324 с.
12. Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М. Аутичный ребенок. Пути помощи. М.: Теревинф, 2017. 288 с.
13. Семёнова Г. В. Современные формы, методы и приёмы работы с детьми с расстройствами аутистического спектра. URL: <https://kiro-karelia.ru/activity/journal/nomera/sovremennye-formy-priemy-i-metody-raboty-s-detmi-s-rasstrojstvami-autisticheskogo-spektra> (дата обращения 20.06.2022).

14. Янушко Е. Игры с аутичным ребенком. Установление контакта, способы взаимодействия, развитие речи, психотерапия. М.: Теревинф, 2018.

Протокол результатов обучения по АДОП «Адаптивная физическая культура»

ФИО ребёнка, возраст			
Дата проведения контроля			
Педагог, осуществляющий контроль			
Параметры оценивания		Оценивание степени достижения запланированных результатов	
		Промежуточная аттестация	Итоговый контроль
Сформированность навыков и умений по адаптивной физкультуре	Различение инструментов и приспособлений для выполнения физических упражнений		
	Сформированы навыки здорового образа жизни		
	Умение выполнять все этапы физических упражнений		
	Умение выполнять дыхательную гимнастику		
	Умение выполнять упражнения на внимание		
	Умение выполнять упражнения по лёгкой атлетике		
	Умение выполнять упражнения для профилактики и коррекции плоскостопия		
	Умение выполнять упражнения для профилактики и коррекции нарушения осанки		
Умение играть в подвижные игры			

Критерии оценивания:

«0 баллов» – не умеет выполнять, «1 балл» – требуется помощь в выполнении, «2 балла» – выполняет самостоятельно.

Протокол результатов развития

ФИО ребёнка, возраст						
Дата проведения контроля						
Педагог, осуществляющий контроль						
Параметры оценивания				Количество баллов	Оценивание степени достижения запланированных результатов	
Показатель	Критерий	Степень выраженности	Промежуточная аттестация		Итоговый контроль	
Познавательная активность	Проявление познавательного интереса к основным видам деятельности по программе	Отсутствие интереса к деятельности по программе	0			
		Эпизодические положительные изменения в формировании интереса к деятельности программы	1			
		В знакомых ситуациях интересуется видами деятельности по программе	2			
		Интересуется видами деятельности по программе	3			
Планирование деятельности	Выполнение доступных операций и действий по программе	Отсутствие позитивной динамики	0			
		Незначительная положительная динамика	1			
		Устойчивые положительные изменения	2			
		Значительный прирост в развитии планирования деятельности	3			

Эмоциональная регуляция	Реакция на ситуацию успеха и неуспеха в своей и чужой деятельности в рамках программы	Отсутствие позитивной динамики	0		
		Эпизодические проявления адекватности на ситуацию успеха и неуспеха	1		
		Регулярная адекватная реакция на ситуацию успеха и неуспеха	2		
		Значительный прирост в развитии эмоциональной регуляции	3		
Коммуникации	Взаимодействие со взрослыми и детьми в рамках программы	Трудности взаимодействия	0		
		Незначительная включенность во взаимодействие	1		
		Расширение опыта взаимодействия	2		
		Сотрудничество со взрослыми и детьми	3		
Самоконтроль и саморегуляция	Умение сосредотачиваться на задании, понимать и выполнять инструкцию, действовать по образцу и показу, не отвлекаясь	Отсутствие позитивной динамики	0		
		Незначительная положительная динамика	1		
		Устойчивые положительные изменения	2		
		Значительный прирост в развитии навыков самоконтроля и саморегуляции	3		

