

Министерство образования и молодежной политики Свердловской области
Государственное бюджетное учреждение Свердловской области
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ладо»

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБУ СО «ЦППМСП «Ладо»
протокол от 11.12.2023 № 3

УТВЕРЖДАЮ
директор ГБУ СО «ЦППМСП «Ладо»
 И.В. Пестова
« 11 » декабря 2023



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«АФК для детей с РАС и ментальными нарушениями»**

Автор-составитель:
Толстова Светлана
Геннадьевна,
инструктор по физической
культуре

1. Пояснительная записка

1.1 Актуальность программы

Сегодня все большую актуальность приобретает работа по привлечению детей и подростков к активному образу жизни, занятиям физической культурой и спортом. Не менее важна данная работа и среди детей, имеющих ментальные нарушения, расстройства аутистического спектра (далее – РАС). На сегодняшний день, крайне мало задействуется потенциал подростков и молодых людей с РАС для их массовой социализации и адаптации к жизни в обществе и интеграции в общественную жизнь города и региона. Регулярные занятия физической культурой и спортом способствуют гармоничному развитию личности, построению конструктивных отношений с окружающими, развитию умений по достижению поставленных целей, укреплению здоровья.

Специфические образовательные потребности детей с РАС, тем более, имеющих задержку психического развития, ментальные нарушения, вызывают необходимость индивидуализации их обучения и воспитания. Несмотря на то, что дети с РАС могут испытывать трудности с мотивацией, при правильном подходе они могут достигнуть существенных успехов в развитии двигательных навыков и физических качеств, а также в некоторых видах спорта. Этому способствуют особенности развития личности при РАС – от перфекционизма до точности в выполнении любой задачи.

Основная цель занятий по адаптивной физической культуре для детей с РАС и ментальной инвалидностью – формирование способности ребенка к произвольной организации движений, а основными задачами можно считать следующие:

- совершенствование физических качеств и двигательных навыков ребенка с РАС для преодоления моторных стереотипов поведения;
- стабилизация психоэмоциональной сферы ребенка с РАС посредством удовлетворения в физической активности;

- создание благоприятных условий для социализации и коммуникации детей с РАС;

- расширение перечня выполняемых двигательных действий и социально-бытовых навыков.

1.2 Особенности построения занятий и создание специальных условий

Для эффективной работы с детьми с РАС и ментальной инвалидностью необходимо создание особых условий:

- физкультурное занятие предполагает следующие характеристики: большое пространство, в котором происходят, контролируемые инструктором, различные передвижения одного или группы занимающихся, приоритетная задача – поддержание безопасности на занятиях физической культурой является;

- специальная подготовка инвентаря до занятия (инвентарь должен быть удобно расположен на территории зала, но при этом не создавать препятствий для перемещения, «опасный» (гантели, утяжелители и т.п.) и наиболее «предпочитаемый» инвентарь (ленты, мячи, мешочки т.п.) убирается так, чтобы доступ к нему контролировался инструктором; необходимо визуально разграничить пространство, чтобы были видны границы круга и траектория движения во время бега, прыжков, места для выполнения ОРУ, бросков мяча и т.п.

- необходимость заранее продумать и подготовить поощрения, в том числе в качестве поощрений можно использовать непосредственно двигательную деятельность, которая интересует ребенка (чередование высоко предпочитаемых видов деятельности с менее предпочитаемыми или сложными способствует вовлечению ребенка и поддерживает его интерес более длительное время;

- соблюдение принципа - единообразия и постоянства, использование визуального расписания для сообщения последовательности упражнений и

заданий на занятии; однообразие названия упражнений и голосовых инструкций педагога;

– обучение новым навыкам необходимо начинать на стадии совершенствования уже имеющихся, соблюдая принцип преемственности, сложные двигательные действия необходимо делить на части - «основные опорные точки», обучать их выполнению по отдельности;

– в обучении двигательным действиям используются различные виды подсказок, которые подбираются индивидуально для каждого ребенка (физическая, словесная, визуальная, моделирование, сочетание подсказок), по мере обучения подсказку необходимо редуцировать.

Родители на занятии могут присутствовать как тьюторы для своих детей в том случае, когда ребенок нуждается в постоянной помощи, могут как наблюдатели. Присутствие родителей на занятии влечет за собой определенные правила поведения для них.

1. Родителям не рекомендуется отвлекать педагога или ребенка во время занятия.

2. Если ребенок нуждается в постоянной помощи взрослых, то родитель может сопровождать ребенка на занятии как тьютор. Таким образом, родитель оказывает сильные физические и словесные подсказки для успешного выполнения упражнения ребенком и тихим голосом хвалит и поощряет выполнение.

3. Руководящий контроль на занятии остается у педагога. Родитель выступает только в роли помощника.

4. При необходимости частых поощрений, родитель может это осуществлять, не останавливая общий ход занятия.

Родители на занятии часто являются достаточно сильным эмоциональным «триггером» (как позитивным, так и негативным). Поэтому необходимо учитывать принцип индивидуального подхода в допуске родителей.

1.3 Развитие вербального поведения у детей с РАС и ментальной инвалидностью на занятиях физической культурой

Физическая культура является отличной базой для развития всех форм вербального поведения детей с РАС. Более того, для многих детей с РАС двигательная деятельность является, своего рода, поощрением. А значит, будет способствовать закреплению полученных навыков и усилением мотивации к занятиям. Существует взаимосвязь между дефицитом проявлений социального взаимодействия, коммуникации и формированием двигательных навыков. Улучшения в сфере вербального поведения ребенка с РАС будут способствовать формированию двигательных навыков и более точному воспроизведению произвольных движений.

1.4 Цели программы

- формирование навыков сотрудничества и социального взаимодействия, активизации речевых функций, расширения позитивного поведенческого репертуара ребенка, в том числе средствами физической культуры;
- создание условий для развития и совершенствования двигательных навыков, физических качеств, укрепление здоровья детей.

1.5 Задачи программы

1. Развитие навыков сотрудничества, формирование стойкой мотивации к социальному взаимодействию со взрослыми и сверстниками.
2. Освоение социально приемлемых форм поведения, сведение к минимуму проявлений нежелательного поведения.
3. Развитие навыков коммуникации, речевого поведения, при необходимости с использованием средств альтернативной и дополнительной коммуникации.
4. Развитие навыков моторной, вокальной имитации.
5. Развитие и совершенствование навыков основных видов движений (ходьбы, бега, ползания, лазания, прыжков, катания, бросания, ловли).

6. Освоение выполнения общеразвивающих и корригирующих упражнений.

7. Овладение подвижными играми с правилами, элементами подвижных игр;

8. Информирование родителей о закономерностях физического развития ребенка и организации оптимального двигательного режима.

1.6 Участники программы

Дети в возрасте от 3 до 14 лет с РАС, в том числе, имеющие другие нарушения развития (задержку психического развития, умственную отсталость в легкой и умеренной степени, которая может быть осложнена текущими соматическими заболеваниями и психическими расстройствами).

1.7 Объем и продолжительность программы

Объем программы от 16 до 32 занятий. Продолжительность программы при 2 посещениях в неделю составляет от 2 до 4 месяцев.

Форма обучения очная, без использования дистанционных технологий.

1.8 Планируемые результаты освоения детьми программы

Предполагаемым результатом работы по данной программе является формирование у ребенка навыков сотрудничества и социального взаимодействия, навыков моторной имитации; положительные изменения в развитии основных видов движений (ходьбы, бега, прыжков, лазаний, бросков, ловли мяча), развитии двигательных качеств (координации движений, силовой выносливости, гибкости), развитие и поддержание у детей интереса к занятиям физической культурой; активизация речевых функций, расширение позитивного поведенческого репертуара.

Формами контроля реализации программы являются:

- включенное наблюдение за детьми в процессе занятий;
- проверка выполнения отдельных упражнений;
- выполнение установленных заданий.

1.9 Оценка качества освоения программы

Оценка качества освоения программы проводится в соответствии с приложениями:

Приложение 1. Диагностическая карта первичного психолого-педагогического обследования

Приложение 2. Диагностическая карта Основные виды движений

Приложение 3. Диагностическая карта Общеразвивающие и корригирующие упражнения

Приложение 4. Диагностические пробы

1.10 Условия реализации программы

Материально-технические средства (МТС) физической культуры (спортивный инвентарь, оздоровительное оборудование, нестандартное оборудование):

Возраст МТС	Младший дошкольный возраст	Старший дошкольный возраст	Школьный возраст
Спортивное оборудование	Комплекты оборудования для общеразвивающих упражнений, подвижных игр и игровых упражнений	Комплекты оборудования для общеразвивающих, легкоатлетических и спортивных упражнений, подвижных и спортивных игр	Тренажеры: - степпер - велотренажер - гребной - беговая дорожка - «Наездник» - станция Мячи для спортивных игр (баскетбольный, волейбольный, футбольный)
Оборудования для релаксации/сенсорной интеграции/в качестве мотивационных факторов	Фитболы, массажеры, качели, «яйцо совы»	Фитболы, массажеры, качели, сенсорный тоннель	Фитболы, массажер, качели, сенсорный тоннель

1.11 Кадровые условия реализации модуля программы

Реализацию программы осуществляет педагог с высшим или средним профессиональным образованием по специальности или направлению подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», прошедший дополнительную подготовку в сфере прикладного анализа поведения.

1.12 Нормативно правовое обеспечение

Нормативно правовое обеспечение данной программы соответствует действующему законодательству РФ и локальным актам ГБУ СО «ЦППМСП «Ладо».