

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области  
«Асбестовская школа-интернат, реализующая адаптированные основные общеобразовательные  
программы»

**Рассмотрено:**

Руководитель ШМО

Ш О.В. Шешина

Протокол № 3

« 31 » августа 2020 г.

**Согласовано:**

Зам.директора по ВР

Креф Н.А. Кравченя

« 31 » августа 2020 г.

**Утверждаю:**

Директор ГБОУ СО

«Асбестовская школа-интернат»

Салимзянова Л.М. Салимзянова

Приказ № 126/09

« 31 » августа 2020 г.



**Программа внеурочной деятельности  
спортивно-оздоровительной направленности  
«Подвижные игры»**

**для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья  
(4-5 классы)**

Составитель:

Пеньковская Татьяна Анатольевна,  
педагог дополнительного образования  
высшей квалификационной категории

г. Асбест, 2020 год

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа кружковой работы составлена на основе **ФГОС ООО, ФГОС НОО**, а также нормативных документов:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 10.04. 2002 г. № 29/2065-п «Об утверждении учебных планов специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии».
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 г. № 1598 «Федеральный государственный образовательный **стандарт начального общего образования** обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного **стандарта основного общего образования**».
5. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 декабря 2014 г. № 1644 «О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».
6. Приказ Минобрнауки России от 31.12.2015 № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897».
7. Письмо Министерства образования от 23.06.2020 г № 02-01-81/6971 «О материалах для АООП для обучающихся с ОВЗ»
8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 10.07.2015 N 26 "Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья" (Зарегистрировано в Минюсте России 14.08.2015).
9. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 10.07.2015 N 26 "Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья" (Зарегистрировано в Минюсте России 14.08.2015).
10. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30 июня 2020 г. N 16 "Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)" (документ не вступил в силу)
11. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования на основе ФГОС для детей с задержкой психического развития.
12. Программы Министерства образования РФ: НОО («Примерная программа В.И. Ляха по физической культуре 1-4 классы в соответствии с требованиями ФГОС начального общего образования»).
13. Учебный план начального общего образования ГБОУ СО «Асбестовская школа-интернат» в соответствии с ФГОС НОО для детей с ЗПР.
14. Программы Министерства образования РФ: ООО («Примерная программа В.И. Ляха по физической культуре 5 классы к в соответствии с требованиями ФГОС основного общего образования»)

15. Адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования для детей с задержкой психического развития ГКОУ СО «Асбестовская школа-интернат».
16. Устав ГБОУ СО «Асбестовская школа-интернат».
17. Учебный план основного общего образования ГБОУ СО «Асбестовская школа-интернат» в соответствии с ФГОС ООО.

Подвижная игра — естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. Народные игры призваны донести до потомков национальный колорит обычаев, оригинальность самовыражения того или иного народа, своеобразие языка, формы и содержания разговорных текстов. В современном мире повсеместно и неуклонно происходит возрождение древней культуры всех народов, развиваются и совершенствуются национальные традиции в искусстве и литературе, содержащие в себе богатейшие фольклорные пласты, куда относятся и народные игры. Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания школьников. Радость движения сочетается с духовным обогащением детей. У них формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создается эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви и преданности Родине.

**Цель курса:** удовлетворить потребность учащихся в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

**Основными задачами** данного курса являются:

- укрепление здоровья учащихся посредством развития физических качеств;
- развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- развитие сообразительности, творческого воображения;
- развитие коммуникативных умений;
- воспитание внимания, культуры поведения;
- создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;
- обучить умению работать индивидуально и в группе,
- развить природные задатки и способности учащихся;
- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.
- развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности.

### **Формы занятий**

Форма проведения занятий:

- групповой;
- игровой;

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

**Программа рассчитана на 34 занятия для обучающихся 4-5 классов по 1 ч. в неделю.**

## 2. Результаты освоения курса

### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности**

Результатом занятий в кружке «Подвижные игры» является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Будут сформированы универсальные компетенции:

- умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умение доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

### **Личностные результаты**

Ученик научится:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

### **Метапредметные результаты**

Ученик научится:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий подвижными играми;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

### **Предметные результаты**

Ученик научится:

- организовывать отдых и досуг с использованием разученных подвижных игр;
- обобщать и углублять знаний об истории, культуре народных игр;
- представлять подвижные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- формировать навыки здорового образа жизни;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований,
- осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.
- организовать и провести со сверстниками разученные подвижные игры, в летнем школьном лагере;
- разработать (придумать) свои подвижные игры

### **3. Содержание курса внеурочной деятельности**

Весь материал разделяется на отдельные разделы:

#### **Название разделов и тем предмета. Основное содержание тем.**

##### **Русские народные игры (11ч)**

###### *Гуси-лебеди*

формирование устойчивого, заинтересованного, уважительного отношения к культуре родной страны. Расширять кругозор, активную мыслительную деятельность, вызывать положительные эмоции, совершенствовать навыки быстроты, ловкости.

###### *У медведя во бору*

формирование уважения к Родине, к ее культуре, искусству, традициям русского народа, его сказаниям, играм. Совершенствовать двигательные функции младших школьников. Воспитывать чувство ответственности за порученное дело.

#### *Филин и птички*

формирование устойчивого, заинтересованного, уважительного отношения к культуре русского народа. Развивать, ловкость, быстроту, внимание. Воспитывать чувство ответственности за порученное дело.

#### *Палочка-выручалочка*

формирование нравственно-эстетических, общечеловеческих ценностей. Развитие навыков бега, внимания, смекалки. Воспитание уважения, терпимости друг к другу.

#### *Блуждающий мяч*

формирование уважения к истории своей Родины, к культуре русского народа. Развивать быстроту реакции, произвольность движений. Воспитывать волю к победе.

#### *Классики*

формирование эмоционально положительной основы для развития патриотических чувств: любви и преданности Родине. Развитие ловкости, чувства дисциплины, точности и быстроты движений.

#### *Ловишка в кругу*

формирование уважения к Родине, к ее культуре, искусству, традициям русского народа, его сказаниям, играм. Совершенствовать двигательные функции младших школьников.

#### *Пчелки и ласточки*

формирование устойчивого уважительного отношения к культуре родной страны. Расширять кругозор, вызывать положительные эмоции, развивать навык бега, внимания. Воспитание уважения, терпимости друг к другу.

#### *Совушка*

развивать быстроту реакции, внимания, воспитание выносливости.

#### *Слепой козел*

развитие ловкости, быстроты сообразительности, координации и произвольности движений.

#### *Салки*

обучение бегу в игровой манере, развитие ловкости и координации движения.

### **Подвижные игры (17ч)**

#### *К своим флажкам*

формирование нравственно-эстетических, общечеловеческих ценностей; устойчивого интереса к игре. Развитие внимания, памяти, слуха, реакции на сигнал; совершенствование умения ориентироваться. Воспитывать волю к победе.

#### *Кот идет*

формирование уважения к истории своей Родины, к культуре русского народ. Развитие ловкости, быстроты реакции, координации и скорости движения. Воспитание выносливости.

#### *Северный и южный ветер*

формирование гордости за свой народ, уважения к прошлому своей Родины. Развитие быстроты реакции, произвольности движения. Воспитание терпимого отношения друг к другу.

#### *Соревнования скороходов*

разучивание новой игры; развитие быстроты реакции, произвольности движения; воспитание терпеливости, уважения к другим, любознательности.

#### *Колдунчики*

развитие ловкости, быстроты сообразительности, координации и произвольности движений.

#### *Пчелы и медведи*

развитие навыков бега, умения ориентироваться в пространстве; тренировка навыков в координации движений.

#### *Хитрая лиса*

развитие быстроты, ловкости, координации, воспитание честности, творческого воображения, умения себя вести в коллективе товарищей.

#### *Ловишки с приседаниями*

разучивание новой игры; развитие быстроты реакции, произвольности движений; воспитание терпеливости, уважения к другим.

#### *Мышеловка*

разучить игру, развивать быстроту реакции, произвольности движений, воспитывать коллективизм.

#### *Пустое место*

развивать ловкость, координацию движений, воспитывать умения действовать в команде.

#### *Карусель*

воспитание интереса к занятиям физкультурой и спортом, развитие двигательной активности учащихся, воспитание культуры общения учащихся.

#### *Кто быстрее*

развитие быстроты реакции и, внимания, воспитание чувства ответственности, дисциплины.

#### *Конники-спортсмены*

развитие внимания, быстроты движения, совершенствование физического развития и двигательной подготовленности, укрепление здоровья.

#### *Лягушата и цыплята*

укрепление физического и психического здоровья учащихся.

#### *Карлики и великаны*

развитие внимания, сообразительности, творческого воображения, формирование культуры здоровья учащихся.

#### *Охотники и зайцы*

обучение бегу в игровой манере, развитие ловкости и координации движения.

#### *Краски*

Развитие познавательного интереса к знаниям, к стремлению применять знания на практике. Формирование положительного отношения к труду, воспитание трудолюбия, деловитости.

#### **Эстафеты (5ч)**

##### *Эстафета зверей*

обучение бегу в игровой манере, развитие ловкости и координации движения.

##### *Эстафеты с мячом*

обучение бегу в игровой манере, развитие ловкости и координации движения.

##### *Быстрые и ловкие*

обучение бегу в игровой манере, развитие ловкости и координации движения.

##### *Эстафеты с обручем*

обучение бегу в игровой манере, развитие ловкости и координации движения.

##### *Эстафеты со скакалкой*

обучение бегу в игровой манере, развитие ловкости и координации движения.

### **КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

<b>№</b>	<b>Наименование тем программы</b>	<b>Кол-во</b>	<b>Дата</b>
----------	-----------------------------------	---------------	-------------

п/п		часов		
			план	факт
1	Вводное занятие. Инструктаж Игра «Гуси-лебеди»	1		
2	Игра «К своим флажкам»	1		
3	Игра «У медведя во бору»	1		
4.	Игра «Кот идет»	1		
5	Игра «Филин и пташки»	1		
6	Игра «Северный и южный ветер»	1		
7	Игра «Соревнования скороходов»	1		
8	Эстафета с мячом	1		
9	Инструктаж. Игра «Палочка-выручалочка»	1		
10	Игра «Колдунчики»	1		
11	Игра «Блуждающий мяч»	1		
12	Игра «Пчелы и медведи»	1		
13	Игра «Хитрая лиса»	1		
14	Игра «Ловишки с приседаниями»	1		
15	Игра «Классики»	1		
16	Эстафета зверей	1		
17	Инструктаж. Игра «Ловишка в кругу»	1		
18	Игра «Мышеловка»	1		
19	Игра «Пустое место»	1		
20	Игра «Пчелки и ласточки»	1		
21	Игра «Карусель»	1		
22	Игра «Кто быстрее»	1		
23	Игра «Конники-спортсмены»	1		
24	Эстафета с обручем	1		
25	Игра «Совушка»	1		
26	Игра «Лягушата и цыплята»	1		

27	Инструктаж. Игра «Слепой козел»	1		
28	Игра «Карлики и великаны»	1		
29	Игра «Охотники и зайцы»	1		
30	Игра «Салки»	1		
31	Игра «Краски»	1		
32	Игра «Ручеек»	1		
33	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1		
34	Эстафета со скакалкой	1		
		Итого: 34 часа		