

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя школа № 7
р.п.Фролищи , Володарского района, Нижегородской области

«Принято»
на заседании Педагогического
совета
Протокол № 1 от 30.08.2019 г.



Изменения от 10.01.2020 г., 27.03.2020 г.

Приложение 1 к АООП образования обучающихся с УО (ИН), вариант 1

Рабочая программа курса внеурочной деятельности

Школьный кружок «Подвижные игры»

1-4 классы

на 2019-2020 учебный год

Спортивно-оздоровительное направление

Разработчик программы :
Шкода Галина Николаевна
учитель начальных классов

2019 год

Рабочая программа школьного кружка «Подвижные игры» составлена на основе авторской программы В.И.Лях «Физическая культура. Рабочие программы». - М.: Просвещение, 2016 г.

Программа предназначена для младших школьников 7-11 лет, а также детей с ОВЗ (возможно и более старшего возраста) и предполагает совместное проведение занятий с учащимися 1-4 классов указанного возраста.

Данная рабочая программа индивидуализирована и адаптирована для учащихся с ОВЗ, в том числе для обучающихся с УО (ИН).

Особенности набора детей в группу – учащиеся 1-4 класса с разным уровнем физической подготовленности, группой здоровья – основная и подготовительная (по заключению врача).

Данная программа рассчитана на 1 учебный год. На её изучение отводится 34 часа в год, объемом 1 час в неделю.

При переходе на обучение с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий организация внеурочной деятельности осуществляется с применением ресурсов различных электронных образовательных платформ, рекомендованных Министерством просвещения Российской Федерации», используя технические средства обучения.

Объем и содержание каждой определенной темы варьируются учителем в зависимости от возраста детей и уровня подготовленности каждого конкретного класса. Такой подход позволяет через год вновь вернуться к каждой из предусмотренных тем на новом уровне сложности.

Цель: содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Задачи направлены на:

- укрепление здоровья учащихся, приобщение их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействие гармоническому, физическому развитию;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций.

Основная цель рабочей программы для обучающихся с ОВЗ заключается во всестороннем развитии личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекции недостатков психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

Её коррекционные задачи:

- коррекция нарушений физического развития;
- формирование двигательных умений и навыков;
- развитие двигательных способностей в процессе обучения;
- укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;
- раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;
- формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;

- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;
- формирование познавательных интересов, сообщение доступных теоретических сведений по физической культуре;
- воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями;
- воспитание нравственных, морально-волевых качеств (настойчивости, смелости), навыков культурного поведения.

Планируемые результаты освоения программы

У обучающегося будут сформированы:

- общее представление о подвижных играх и их оздоровительном воздействии; истории, и культуре народных игр;
- установка на здоровый образ жизни и положительное отношение к подвижным играм;
- уважение к чувствам и настроениям другого человека, доброжелательное отношение к людям через командные и подвижные игры;
- способность организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры.
- соблюдать правила взаимодействия с игроками.

Обучающийся получит возможность для формирования:

- *интереса к различным видам физкультурно-спортивной и оздоровительной, в том числе игровой деятельности;*
- *потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;*
- *устойчивого следования моральным нормам и этическим требованиям в поведении учащихся в игровой деятельности;*
- *осознание элементов здоровья, готовность следовать в своих действиях и поступках нормам здоровьесберегающего поведения;*
- *осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающееся в оказании помощи и поддержки партнерам по играм, общению.*

Базовые учебные действия:

Личностные учебные действия:

- ☐ осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
- ☐ способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- ☐ положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;
- ☐ целостный, социально ориентированный взгляд на мир в единстве его природной и социальной частей;
- ☐ самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договорённостей;

- ☐ понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений о этических нормах и правилах поведения в современном обществе;
- ☐ готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

Регулятивные учебные действия:

- ☐ адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
- ☐ принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- ☐ активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
- ☐ соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

Познавательные учебные действия:

- ☐ выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
- ☐ устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- ☐ делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- ☐ пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
- ☐ читать; писать; выполнять арифметические действия;
- ☐ наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности;
- ☐ работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях).

Коммуникативные учебные действия:

- ☐ вступать в контакт и работать в коллективе (учитель-ученик, ученик-ученик, ученик-класс, учитель-класс);
- ☐ использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- ☐ обращаться за помощью и принимать помощь;
- ☐ слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту; ☐ сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
- ☐ договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

Содержание программы

1. Общие подвижные символические игры.

«Бабки», «Борящаяся цепь», «Редька», «Бес соли соль», «Серый волк», «Платок», «Пирожок».

2. Игры для формирования правильной осанки.

«Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадки».

3. Игры – эстафеты

4. Игры на развитие скоростных качеств.

«Дорожки», «Караси и щука», «Змейка», «Пятнашки обыкновенные», «Салка», «Городок- бегунок», «Вызов номеров», «Эстафета зверей», «Два Мороза», «Гуси-Лебеди», «У медведя во бору», «Зайцы в огороде», «Кошки-мышки», «Пчёлки и ласточки», «Пустое место», «Белые медведи», «У дочка».

5. Игры на совершенствование прыжковых упражнений.

«Кто дальше», «Перетягивание прыжками», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Болото», «Волк во рву», «Найди жгут», «Скакалочка», «Лягушка», «У дочка».

6. Игры с метанием мяча.

«Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки», «Лови мяч», «Колодка», «Зевака», «Перестрелка», «Борьба за мяч», «Мяч ловцу», «Подвижная цель» (1), «Подвижная цель» (2)

7. Игры лазанием и перелезанием.

«Распутай верёвочку», «Защита укрепления», «Кошки - мышки», «Цепи кованы».

8. Игры на развитие ловкости, внимания.

«Волк и овцы», «Жмурки», «Ловишка», «Заря», «Корзинки», «Ворота», «Встречный бой», «Во поле берёза», «Вытолкни за круг», «Казаки и разбойники», «Перетягивание каната», «Камешек», «Дедушка - рожок», «Море волнуется», «Игровая», «Коза», «Колечко», «Все в кружок», «Слепой козёл».

9. Игры с разными предметами.

«Домики», «Городки», «Лапта», «Единоборство», «Бирюльки», «Двенадцать палочек», «Достань камешек», «Коршун», «Кольцо», «Рулетка».

10. Русские народные игры.

«Ясное золото», «Плетень», «Просо сеяли», «Жених ищет невесту», «Луг - лужочек», «Заинька», «Ручеёк», «Работа и забава», «Птичник», «Тяни - пускай», «Голуби», «Кольцо», «Чур», «Орехи», «Барабанщик», «Черепашка».

11. Сюжетные игры.

«У медведя во бору», «Зайцы в огороде», «Кошки-мышки», «Пчёлки и ласточки».

12. Загадки, шарады, каламбуры.

«Да и нет», «Отвечай, не говоря!», «Царёк», «Обмен именами», «Чепуха», «Мимика», «Почему и потому», «Отгадай слово», «Искатель цветов» и др.

13. Игры народов мира

«Пожарная команда (Германия), «А ну-ка, повтори!» (Конго), «Тяни за голову!» (Канада), «Лев и коза» (Афганистан), «Найди платок!» (Австр), «Шарик в ладони» (Бирма), «Игра б молотилку» (Йемен), «Один б круге (Венгрия), «Буйволы в загоне» (Судан), «Поезд» (Аргентина), «Потяг» (Белоруссия), «Канатоходцы» (Узбекистан), «Больная кошка» (Бразилия), «Африканские салки по кругу» (Танзания) и др.

Тематическое планирование

№	Название раздела	Общее количество часов
1	Русские народные игры	6
2	Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи	6
3	Подвижные игры	15

4	Спортивные игры	3
5	Спортивные праздники	4

Приложение к рабочей программе курса внеурочной деятельности

Школьный кружок «Подвижные игры»

Календарно-тематическое планирование

1 – 4 классы

Всего часов в год – 33 (34)ч

Количество часов в неделю – 1 час (33 (34) учебных недель).

№	Тема занятия	Содержание занятия	Развитие и формирование качеств у учащихся	Дата
Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи (6часов)				
1	1	История подвижных игр. Правила игр. Подвижные игры «Дорожки», «Караси и щука»/ Строевые упражнения	Формирование понятий о мире движений, их роли в сохранении здоровья	
2	2	Игры на развитие внимания и памяти	Беседа «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде»Правила игр. Упр. «Боксёры» Эстафеты с мячом. Игры «Домики», «Городки»	Развитие внимания и памяти
3	3	Игры на развитие памяти.	Игры «Редька», «Бес соли соль»	Развитие внимания и памяти
4	4	Игры на развитие воображения.	Игры Охотники и утки», «Сильный бросок».Ору с использованием скороговорок.	Развитие воображения, речи
5	5	Игры на развитие памяти	«Городок- бегунок», «Вызов номеров».Эстафеты с примерами на сложение и вычитание.	Развитие ловкости и внимания, памяти
6	6	Игры на развитие мышления и речи.	Игры «Да и нет», «Отвечай, не говоря!»,	Развитие внимания, памяти и речи
Спортивные праздники (1 ч)				
7	1	«Веселые эстафеты».	Игры, эстафеты, Весёлые минутки.	Развитие силы и ловкости, внимания и воображения.

Русские народные игры (6 часов)					
8	1	Русские народные игры«Ясное золото», «Плетень», «Просо сеяли»,	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	Развитие ловкости, быстроты, внимания	
9	2	Русские народные игры: «Жених ищет невесту», «Луг - лужочек», «Зайка»	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.	Развитие ловкости, быстроты, внимания	
10	3	Русские народные игры «Ручеёк», «Работа и забава»	Правила игры. Проведение игры.	Развитие ловкости, быстроты	
11	4	Русские народные игры «Большой мяч», «Зайка»	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.	Развитие ловкости, быстроты, внимания	
12	5	Русская народная игра «Прыгание с перевязанными ногами»	Правила игры. Проведение игры.	Развитие ловкости, быстроты, внимания	
13	6	Русская народная игра «Наседка и коршун»	Правила игры. Проведение игры.	развитие быстроты и ловкости	
Спортивные праздники (1 ч)					
14	1	«Олимпийские игры»	Эстафеты с предметами	Развитие силы и ловкости	
Подвижные игры (15 часов)					
15	1	Игра с мячом. «Мяч по кругу», «Поймай рыбку»	Беседа: «Чтоб здоровыми остаться надо....». Составить слова по карточкам: здоровье, спорт, зарядка. Знакомство с правилами и проведение игр	Формирование ЗОЖ. Развитие ловкости, быстроты, внимания.	
16	2	Составление упражнений для утренней гимнастики. Эстафеты с обручами	Беседа: Составление упражнений для утренней гимнастики. Работа с карточками. Эстафеты с обручами	Развитие ловкости, быстроты, внимания	
17	3	Эстафеты с баскетбольным мячом.	Эстафеты на развитие быстроты, силы, ловкости. Беседа о физ. Качествах сила , быстрота, ловкость.	Формирование понятий сила , быстрота, ловкость.	
18	4	Игры с мячом «Змейка на асфальте», «Бег с шариком»	Комплекс ОРУ с мячом. строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два.	Развитие глазомера и точности движений	
19	5	«Весёлые старты» со скакалкой.	Упражнения со скакалкой. Эстафеты со скакалкой.	Развитие прыгучести и ловкости;	
20	6	Игры «Нас не слышно и не видно», «Третий лишний»	Игры с мячом: ловля, бросок, передача.	развитие скоростных качеств	

21	7	Упражнения на формирование правильной осанки. Игра «Ворота»	Проведение игры. Формирование правильной осанки	Укрепление осанки	
22	8	Игра с прыжками «Пустое место», «Круговая охота»	Правила игры. Проведение игры.	Развитие скоростных качеств	
23	9	Игры на свежем воздухе «Кто больше», «Успевай, не зевай»	Разучивание и проведение игр. Метание снежков в цель.	Развитие глазомера и точности движений	
24	10	Эстафеты с санками и лыжами	Проведение зимних эстафет.	Развитие скоростных качеств	
25	11	Игры на лыжах «Биатлон»	Правила игры. Проведение игры.	Развитие глазомера и точности движений	
26	12	Зимние игры .	Игры на лыжах.	Развитие выносливости и ловкости	
27	13	Игры «Перемена мест» , «Удочка», «Бой петухов»	Построение. Строевые упражнения перемещение.	Развитие силы и ловкости	
28	14	Игра «Салки с мячом».	Правила игры. Проведение игры.	Развитие быстроты, внимания	
29	15	Игра «Прыгай через ров»	Совершенствование координации движений.	Развитие координации движений	
Спортивные праздники (1 ч)					
30	1	«Большие гонки»	Эстафеты с предметами и без	Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты	
Спортивные игры (3 ч)					
31	1	Футбол	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	Развитие скоростных качеств	
32	2	Футбол.	Игровые правила. Отработка игровых приёмов.	Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты	
33	3	Футбол	Проведение игры.	Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты	
Спортивные праздники (1 ч)					
34	1	«Фестиваль подвижных игр»	Эстафеты с надувными шарами	Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты	