****

**Содержание**

1. Паспорт Программы..................................................................................................................3

2. Пояснительная записка.............................................................................................................4

3. Общая характеристика курса...................................................................................................6

4. Описание места курса в учебном плане..................................................................................9

5. Планируемые результаты освоения курса..............................................................................9

6. Содержание курса внеурочной деятельности.......................................................................11

7. Тематическое планирование...................................................................................................12

8. Материально-техническое обеспечение программы............................................................14

9. Учебно – методическое обеспечение программы.................................................................15

10.Календарно-тематический план.............................................................................................16

Приложение 1. Списочный состав группы................................................................................22

**1. Паспорт Программы**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование программы |  Кружок «Народные игры»  |
| Направление | Спортивно-оздоровительное |
| Составитель программы | Мичкова Екатерина Владимировна |
| Название учреждения | КОУ «Мегионская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»  |
| Целевая группа | Обучающиеся 3 «Б» класса, испытывающих затруднения в достижении планируемых результатов, связанных с двигательными действиями, основой игровой деятельности. |
| Цель программы | формирование гармонически развитой, активной личности; содействие укреплению и сохранению здоровья младших школьников; создание эмоционально положительной основы для развития патриотических чувств. |
| Задачи программы | **Образовательные задачи** предполагают:* знакомство учащихся с разнообразием народных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
* расширение двигательного опыта обучающихся за счёт овладения двигательными действиями игры и формирования основ индивидуального образа жизни;
* активизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время.

**Воспитательные задачи** направлены на формирование разноплановой и гармонично развитой личности:* потребность в ежедневных играх; самостоятельность, инициативность;
* самоорганизация, стремление к взаимопомощи;
* содействие развитию интереса к многонациональной культуре нашей Родины, воспитание бережного отношения к народным традициям;
* содействие сплочению классных коллективов через игровые формы работы.
* содействие развитию доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.
 |
|  | **Коррекционно-развивающие задачи** направлены на:* развитие познавательной активности, интереса и инициативы в игровой деятельности;
* обогащение словарного запаса;
* преодоление недостатков двигательной сферы, физического и психического развития детей с ОВЗ;
* развитие двигательных качеств.

**Оздоровительные задачи** направлены на:* охрану жизни и укрепление здоровья воспитанников;
* гармоничное психосоматическое развитие;
* совершенствование защитных функций организма, повышение устойчивости к различным заболеваниям, увеличение работоспособности;
* повышение физиологической активности органов и систем организма.
 |
| Сроки реализации | 1 год |
| Режим и время занятий | 1 раз в неделю пятница 12.20-13.00 |

**2.Пояснительная записка**

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Движение есть жизнь!» разработана основе:

1.Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2.Приказа Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014г. №1599 «Об утверждении федерального государственного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».

3.СП 2.4.3648-20 «Санитарно – эпидимиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (утверждено постановлением от 28 сентября 2020 года № 28).

4.СП 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (утверждено постановлением от 28 января 2021 года №2).

5.Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программой обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утверждена Министерством просвещения РФ приказ от 24 ноября 2022 года № 1026).

6.Адаптированной основной образовательной програм­мы для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) КОУ «Мегионская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Вариант 2) на 2023-2024 уч. год.

7.Федеральной рабочей программы по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в соответствии с комплектом рабочих программ по адаптивной физической культуре для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (одобрен решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 29 сентября 2022 г. № 7/22).

8. Федерального перечня учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях на 2023-2024 уч.год.

**Цель:** формирование представлений обучающихся о здоровом образе жизни, развитие физической активности и двигательных навыков.

Программа воспитания является компонентом АООП образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) КОУ «Мегионская школа для обучающихся с ОВЗ.»

Программа в соответствии с ФГОС общего образования направлена на личностное развитие обучающихся, формирование у них системных знаний о различных аспектах развития России и мира. Одним из результатов реализации программы станет приобщение обучающихся к российским традиционным духовным ценностям, правилам и нормам поведения в российском обществе. Данная программа призвана обеспечить достижение учащимися основ российской идентичности; готовность обучающихся к саморазвитию; мотивацию к познанию и обучению; ценностные установки и социально – значимые качества личности; активное участие в социально-значимой деятельности.

 По результатам наблюдения обучающиеся проявляют интерес к занятиям физической культурой и спортом, особенно привлекают подвижные игры и игровые упражнения. Учитывая особенности психомоторного недоразвития, физической и психической ретардации, трудностей восприятия учебного материала целесообразный подбор физических упражнений, игр позволяет избирательно решать, как общие, так и специфические задачи. Такие естественные виды упражнений как ходьба, бег, прыжки, метания, упражнения с мячом и др. обладают огромными возможностями для коррекции и развития координационных способностей, равновесия, ориентировки в пространстве, физической подготовленности, профилактики вторичных нарушений, коррекции сенсорных и психических нарушений.

В соответствии с методическими рекомендациями «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих программы внеурочной деятельности в субъектах Российской Федерации», педагогами-психологами проведена диагностика компетенций обучающихся и выявление мнений и требований к системе внеурочной деятельности со стороны субъектов общественного заказа (законные представители). Диагностическое исследование включало: опрос «Мои интересы» (обучающиеся 2-4 классов), анкета «Интересы моего ребенка» (законные представители обучающихся 1-11 классов), общая диагностика потенциальных возможностей обучающихся. По результатам диагностического исследования, сформированы группы учащихся по направлениям с учетом индивидуальных способностей (Аналитическая справка по результатам анкетирования обучающихся и их родителей о дополнительном образовании от 02.06.2023г., Приложение 1).

Планируется посещение всех занятий в сопровождении тьютора, который закреплен за обучающимися 3б класса.

**Обоснование необходимости программы.**

Актуальность программы в том, что подвижные и коррекционные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников с умеренной умственной отсталостью, расстройствами аутистического спектра, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста.

Каждая национальная, этническая и культурная группа обладает настоящим сокровищем – народными (традиционными) детскими играми, сохраняющими и в настоящее время большую культурную и образовательную ценность. Народные игры можно рассматривать как часть духовного потенциала народа, формировавшегося на протяжении длительного периода. Игра в начальной школе являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности младшего школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений, на развитие творчества, воображения, внимания, воспитания инициативности, самостоятельности действий, выработку умения выполнять правила общественного порядка. У детей формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине; ее культуре и наследию. По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Народные подвижные игры, имеющие многовековую историю, всегда были очень важны при воспитании, так как способствовали максимальному развитию у детей разнообразных двигательных навыков и умений, сноровки, необходимых во всех видах деятельности.

Правильно организованный игровой двигательный режим укрепляет здоровье, дает возможность добиться значительного улучшения показателей психофизической подготовленности учащихся, и, что особенно важно, благодаря ему физические способности детей развиваются гармонично.

Подвижные игры, включающие выполнение каких-либо физических упражнений (бег, удары, прыжки) в ответ на следующие друг за другом сигналы, могут эффективно использоваться для развития реактивности, резкости (способности быстро напрягать мышцы), быстроты (способности ускорять быстрое суставное движение).

Актуально обучение по данной программе будет для детей с умеренной умственной отсталостью, так как именно для них закладываются основы игровой деятельности, направленные на совершенствование прежде всего естественных движений (ходьба, бег, прыжки, метание), элементарных игровых умений (ловля мяча, передачи, броски, удары по мячу) и технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой, соперником), необходимые при дальнейшем овладении спортивными играми. Многообразие двигательных действий, входящих в состав  подвижных игр, оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентированию в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей). Таким образом, курс «Движение есть жизнь!» реализует спортивно**-**оздоровительное направление во внеурочной деятельности в 3б классе.

**3.Общая характеристика курса**

**Цель программы** – формирование гармонически развитой, активной личности; содействие укреплению и сохранению здоровья младших школьников; создание эмоционально положительной основы для развития патриотических чувств.

**Задачи программы:**

**Образовательные задачи** предполагают:

* знакомство учащихся с разнообразием народных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
* расширение двигательного опыта обучающихся за счёт овладения двигательными действиями игры и формирования основ индивидуального образа жизни;
* активизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время.

**Воспитательные задачи** направлены на формирование разноплановой и гармонично развитой личности:

* потребность в ежедневных играх; самостоятельность, инициативность;
* самоорганизация, стремление к взаимопомощи;
* содействие развитию интереса к многонациональной культуре нашей Родины, воспитание бережного отношения к народным традициям;
* содействие сплочению классных коллективов через игровые формы работы.
* содействие развитию доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.

**Коррекционно-развивающие задачи** направлены на:

* развитие познавательной активности, интереса и инициативы в игровой деятельности;
* обогащение словарного запаса;
* преодоление недостатков двигательной сферы, физического и психического развития детей с ОВЗ;
* развитие двигательных качеств.

**Оздоровительные задачи** направлены на:

* охрану жизни и укрепление здоровья воспитанников;
* гармоничное психосоматическое развитие;
* совершенствование защитных функций организма, повышение устойчивости к различным заболеваниям, увеличение работоспособности;
* повышение физиологической активности органов и систем организма.

**Характеристика обучающихся группы, у которых наблюдается наличие нарушений психического и физического развития.**

**Программа** предназначена для обучающихся 3б класса с умеренной умственной отсталостью, расстройствами аутистического спектра (вариант 2, 8.4).

У этих детей наряду с основным диагнозом, имеется много различных сопутствующих заболеваний, таких как различные нарушения сердечно-сосудистой, дыхательной, эндокринной систем, отмечаются нарушения зрения и слуха, ожирение, ограниченность речевого развития. В **двигательной сфере** детей страдают координация, точность и темп движений, сенсомоторика, наблюдаются различные аномалии опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопие), мышечная слабость, отставание в росте. Нередко у таких детей наблюдается аномалии развития конечностей, кистей, пальцев, головы, внутренних органов. Стойкое нарушение **познавательной деятельности** выражается в отсутствии потребности в знаниях, вялости мыслительной деятельности, неумении анализировать и обобщать, из совокупности выделять главное, проводить сравнение, находить сходство, оценивать себя и свою работу. Отмечается недостаточность всех уровней мыслительной деятельности: наглядно-действенного, наглядно-образного, словесно-логического. Анализ зрительного восприятия реального предмета или изображения отличается бедностью и фрагментарностью.

**Восприятие** характеризуется замедленным темпом и объемом, поэтому формирование знаний, освоение двигательных действий требует больше времени. Трудности восприятия пространства и времени мешают ориентироваться в окружающем, улавливать внутренние взаимосвязи. Например, поводящие упражнения часто воспринимаются как самостоятельные, не имеющие логической связи с основным упражнением.

**Речевая деятельность** развита недостаточно, страдают все ее стороны: фонетическая, лексическая, грамматическая. Характерна задержка становления речи, понимания обращенной речи. Нарушение речи носит системный характер и распространяется на все функции речи – коммуникативную, познавательную, регулирующую. Причиной являются нарушения взаимосвязи между первой и второй сигнальными системами. В результате отмечаются трудности звукобуквенного анализа и синтеза, восприятия и понимания речи, что снижает потребность в речевом общении.

**Память** характеризуется слабым развитием и низким уровнем запоминания, особенно затруднено осмысленное запоминание. **Внимание** характеризуется малой устойчивостью, замедленностью переключения. Существенно страдают **волевые процессы**: дети не умеют руководить своей деятельностью. Нередко встречаются «стертые» двигательные нарушения, которые компенсировались к школьному возрасту и стали практически незаметны в бытовых условиях, однако проявляются при физической нагрузке и при выполнении сложных двигательных действий.

**Эмоциональная сфера** также имеет ряд особенностей. Отмечается недоразвитие, неустойчивость эмоций, отсутствие оттенков переживаний, слабость собственных намерений, стереотипность реакций. Всем детям свойственны эмоциональная незрелость, нестабильность чувств, трудности в понимании мимики и выразительных движений. Наблюдаются случаи то выраженного эмоционального спада, то повышенной возбудимости. У детей этой категории наблюдается недоразвитие навыков игровой деятельности, они с удовольствием играют в известные, освоенные подвижные игры и с трудом осваивают новые.

**Состав группы** смешанный могут заниматься, как мальчики, так и девочки, соблюдая нагрузку соответственно возрасту, также для овладения коммуникативными вербальными и невербальными средствами, повышения интереса к эмоциональному и ситуативно-деловому сотрудничеству. Контингент обучающихся может меняться в течение года, в связи с выбором кружка обучающимися по интересам, по способностям учащихся, а также в связи с занятостью в других кружках, может происходить отток и приток детей.

Формы занятий - групповая совместная деятельность.

**Основные принципы работы со школьниками на занятиях:** создание условий для активного продуктивного общения, отработка стандартных коммуникативных речевых и игровых умений; развитие личностных особенностей (открытости, спонтанности и др.); расширение кругозора, систематизации знаний по интересующим детей вопросам, помощь в осознании себя, своих возможностей, закрепление правил общения.

**Формы организации:**

•Спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия: спортивные турниры, Дни здоровья.

•Утренняя зарядка, физкультминутки на уроках, организация прогулок на свежем воздухе.

•Организация деятельности по охране здоровья и профилактике заболеваний.

•Беседы, конкурсы газет и рисунков о спорте, акции по ЗОЖ.

•Подвижные игры корригирующего и общеукрепляющего характера.

**Методы реализации:**

•метод практических упражнений;

•метод дистанционного управления;

•метод наглядности;

•метод стимулирования двигательных действий.

Замедленность протекания психических процессов, конкретность мышления, дефекты памяти и внимания обуславливают чрезвычайную медлительность образования у детей двигательных навыков. Для того чтобы ученики усвоили упражнения, игры, инструкции к ним, необходимы многократные повторения, сочетающиеся с правильным показом. Необходимо подбирать такие упражнения и задания, которые состоят из простых, элементарных движений. Одной из характерных особенностей детей с умеренной умственной отсталостью и с расстройствами аутистического спектра является инертность нервных процессов, их стереотипность и обусловленная этим трудность переключения с одного действия на другое. При изменении привычной обстановки они не могут воспроизвести даже хорошо знакомые, разученные упражнения, игры. Поэтому при планировании занятий необходимо предусмотреть разучивание одних и тех же заданий в различных условиях.

 В работе с такими детьми нужно помнить, что словесная инструкция, даже в сочетании с показом, не всегда бывает достаточной для усвоения упражнения, игры. Поэтому требуется непосредственная помощь учащимся в процессе воспроизведения того или иного задания.

**Формы подведения итогов реализации программы:**

Праздник «Наши любимые игры».

**4. Описание места курса в учебном плане**

**Сроки реализации программы.**

**Программа** внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Движение есть жизнь!» разработана с учетом психофизических особенностей детей и осуществляется с учетом возрастных особенностей обучающихся, рассчитана на 1 учебный год (2023-2024), 34 часа; предназначена для обучающихся 3б класса.

 **Режим занятий и место проведения.**

Все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность 40 минут (академический час), 1 раз в неделю. Занятия проводятся в спортивном зале и на свежем воздухе.

**5. Планируемые результаты освоения курса**

**Планируемые результаты:**

•повышение интереса к игровой деятельности;

•создание условий для успешного обучения обучающихся в образовательном учреждении, в коллективе сверстников, социальной среде на основе единой системы ценностей, образовательных технологий и активных форм обучения;

•расширение культурологических знаний, приобщение учащихся к ценностям русской культуры;

•развитие умений работать в коллективе;

•формирование у детей уверенности в своих силах;

•умение применять игры самостоятельно;

•укрепление здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни.

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся должны: **иметь представление:**

•о народной игре как средстве подвижной игры;

•о соблюдении правил игры;

•о связи занятий подвижными играми с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности.

**уметь:**

•самостоятельно играть в подвижные игры;

•соблюдать правила игры.

В результате изучения данной программы, учащиеся получат возможность формирования предметных и личностных результатов:

**Прогнозируемый результат**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1-й уровень****(школьник знает и** **понимает общественную****жизнь)** | **2-й уровень****(школьник ценит** **общественную жизнь)** | **3-й уровень****(школьник самостоятельно****действует в общественной****жизни)** |
| **Предметные** |
| -знает и понимает, что такое народные игры; -знает значение подвижных игр как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; -под руководством взрослого формирует навыки здорового образа жизни; -умеет организовывать и проводить со сверстниками несложные подвижные игры и элементы состязаний.- умеет бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения; -взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; -самостоятельно выполняет двигательные действия, исправляет ошибки, -развивает технические действия из базовых видов спорта, применяет их в игровой деятельности. | -ценит подвижные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;-под руководством взрослого формирует навыки здорового образа жизни; -под руководством взрослого организовывает и проводит со сверстниками подвижные игры и элементы состязаний;-владеет навыками бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдения требований техники безопасности к местам проведения; -умеет взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр; - понимает правила (технику) выполнения двигательных действий; -выполняет технические действия из базовых видов спорта, применяет их в игровой деятельности. | -применяет подвижные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; -формирует навыки здорового образа жизни; -организовывает и проводит со сверстниками подвижные игры;-бережно обращается с инвентарём и оборудованием, соблюдает требования техники безопасности к местам проведения; -взаимодействует со сверстниками по правилам проведения подвижных игр; -в доступной форме показывает правила (технику) выполнения двигательных действий; -выполняет технические действия из базовых видов спорта, применяет их в игровой деятельности. |
| **Личностные** |
| -готовность управлятьсвоими чувствами;-готовность сделать правильный выбор;-понимать собственнуюзначимость;-справляться с неприятными чувствами;-способность отрабатывать навыки общения;-готовность оцениватьположительные и отрицательные качества;-спокойно возражать вконфликтных ситуациях. | -применять под руководством учителя приёмы, снижающие страх, тревогу;-ценить собственную значимость;-контролировать неприятные чувства;- под руководством учи-теля отрабатывать навыкиобщения;- спокойно возражать вконфликтных ситуациях. | -способность самостоятельноуправлять своими чувствами;-самостоятельно делать правильный выбор, принимать решения;-ценить собственную значимость;-контролировать неприятные чувства;-самостоятельно определятьопасные ситуации;-определять полезные увлечения, укрепляющие здоровье. |

**6.Содержание курса внеурочной деятельности**

Выбор содержания программы мотивирован тем, что она:

• соответствует социальному заказу общества в связи с необходимостью воспитания патриотизма у младших школьников;

•построена с учётом принципов системности, научности, доступности и преемственности;

•поддерживает и развивает у учащихся мотивацию к школьному обучению;

•способствует развитию коммуникативной и информационной компетенции учащихся;

•обеспечивает условия для реализации практической направленности, учитывает возрастную психологию учащихся;

•сохраняет единое образовательное пространство, предоставляет широкие возможности для реализации.

Содержание программы отражено в следующих разделах:

**1.Знакомство с правилами игр, техникой безопасности. История возникновения народных игр (1 час).**

Вводное занятие. Общие правила игр. Техника безопасности. История возникновения народных игр. Игра «Пошла коза по лесу».

**2.Русские народные игры. Разучивание считалок (4 часа).**

Разучивание считалок. Игры «Бояре», «Заря», «Карусель», «Гуси», «Ворон и заяц», «Стадо», «Горелки».

**3.Русские народные игры (2 часа).**

Игры «У медведя во бору», «Земля, воздух, вода, огонь», «Дедушка-рожок», «Золотые ворота».

**4.Разучивание считалок (2 часа).**

Считалки. Техника безопасности.

**5. Русские народные забавы (2 часа).**

Бег в мешках, перетягивание каната. Игры «В перстни», «Ушки», Игры «Иван», «Воробушки».

**6. Игры народов южного и северокавказского федерального округа (3 часа).**

Беседа «Особенности народов, проживающих на территории южного и северокавказского федерального округа», Адыгейские народные игры «Прыжок лягушки», «Журавли - журавушки», калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!»

**7.Игры народов приволжского федерального округа (4 часа).**

Техника безопасности. Беседа «Особенности народов, проживающих на территории приволжского федерального округа». Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень». Марийская народная игра «Катание мяча». Татарские народные игры «Займи место».

**8.Игры народов Сибири и Дальнего Востока (4 часа).**

Беседа «Особенности народов, проживающих в Сибири и на Дальнем Востоке». Бурятская народная игра «Иголка, нитка, узелок», «Волк и ягнята», «Табун». Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Найти бусинку».

**9.Игры коренных малочисленных народов крайнего севера (5 часов).**

«Особенности коренных малочисленных народов, проживающих на территории крайнего севера. Игры народов ханты и манси «Хейро», «Льдинки, ветер и мороз», «Ручейки и озера», «Рыбаки и рыбки». Беседа «Что мы знаем о «Ханты-Мансийском автономном круге **–** Югре?» Игры «Белый шаман», «Оленьи упряжки», «Куропатки и охотники», «Тройной прыжок», «Нарты-сани», «Смелые ребята».

**10. Игры наших родителей (5 часов).**

Техника безопасности. Беседа «Что мы знаем об играх наших родителей?». Игры Картошка», «Кошки**-**мышки», «Выше ноги от земли», «У медведя во бору», «Салки», «Колечко**-**колечко, выйди на крылечко», «Перетяжка», «Мы веселые ребята», «День и ночь», «Классики».

**11. Итоговое занятие (2 часа).**

Развлечение «В мире добрых игр».

Праздник «Наши любимые игры».

В процессе реализации программы «Народные игры» дети знакомятся с играми 16 народов, проживающих на территории Российской Федерации. Также большое место отводится знакомству с народными играми коренных малочисленных народов крайнего севера.Для удобства все народные игры разделены по федеральным округам. Перед знакомством учащихся играми каждого федерального округа педагог рассказывает детям об

особенностях этих народов России.

**7. Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Четверть | Наименование разделов | Количество часов | «Учение с увлечением» |
| всего  | теоретических | практических |
| Первая | Знакомство с правилами игр, техникой безопасности. История возникновения народных игр. | 10 | В процессе занятий | 1 | Коррекционные игры для развития способности ориентирования в пространстве;развития тактильно-кинестетической способности рук; формирования способности вести совместные действия с партнером;развития точности движений, активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти; развития мелкой моторики рук; активизации речевой деятельности«Пошла коза по лесу», «У медведя во бору», «Передача обручей по кругу», «Повтори движение» и пр. |
| Русские народные игры. Разучивание считалок. | 4 |
| Русские народные игры. | 2 |
| Разучивание считалок. | 2 |
| Русские народные забавы.  | 1 |
| Вторая | Русские народные забавы. | 8 | 1 | Коррекционные игры для развития способности ориентирования в пространстве;развития тактильно-кинестетической способности рук; формирования способности вести совместные действия с партнером;развития точности движений, активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти; развития мелкой моторики рук; активизации речевой деятельности«Займи место», «Катание мяча», «Пальцевая гимнастика», «Веселая гимнастика», «Совушка-сова», «Угадай предмет» и пр. |
| Игры народов южного и северокавказского федерального округа. | 3 |
| Игры народов приволжскогофедерального округа. | 4 |
|  |  |
| Третья | Игры народов Сибири и Дальнего Востока. | 10 | 4 | Коррекционные игры для развития способности ориентирования в пространстве;развития тактильно-кинестетической способности рук; формирования способности вести совместные действия с партнером;развития точности движений, активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти; развития мелкой моторики рук; активизации речевой деятельности«Займи место»,«Перебежки в парах»,«Части тела»,«Что пропало?», «Попрыгушки», **«**Зайчики-пальчики» и пр. |
| Игры коренных малочисленных народов крайнего севера. | 5 |
| Игры наших родителей. | 1 |
| Четвертая | Игры наших родителей. | 6 | 4 | Коррекционные игры для развития способности ориентирования в пространстве;развития тактильно-кинестетической способности рук; формирования способности вести совместные действия с партнером;развития точности движений, активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти; развития мелкой моторики рук; активизации речевой деятельности«Салки», «Колечко**-**колечко, выйди на крылечко», «Мы веселые ребята», «Нос, пол, потолок», «День и ночь» и пр. |
| Итоговое занятие. | 2 |
| **Итого** | **34** |  | **34** |  |

**8. Материально – техническое обеспечение**

АРМ учителя: персональный компьютер; проектор, экран настенный, акустическая система (в учебных кабинетах, закрепленных за классами).

***Спортивный инвентарь и оборудование:***

Мячи резиновые.

Мячи волейбольные.

Мячи баскетбольные

Мячи теннисные.

Мячи футбольные.

Кегли.

Разноцветные ленты.

Скакалки гимнастические.

Палки гимнастические.

Обручи гимнастические.

Стойки под обручи.

Маты гимнастические.

Скамейки гимнастические.

Ребристая доска.

Верёвочная лестница.

Стенка гимнастическая.

Мост гимнастический.

Бочче параолимпийский.

Беговая дорожка.

Степ.

Тренажер универсальный.

Тренажер спортивный.

Гантели.

Министеппер.

Щиты для баскетбола.

Сетка для волейбола.

Канат.

**9. Учебно-методическое обеспечение**

**1. Нормативные документы:**

1.Креминская, М.М. Сборник программ по физической культуре для образовательных организаций, реализующих адаптивные образовательные программы для детей с ограниченными возможностями здоровья (для учащихся с лёгкой и умеренной умственной отсталостью 1-12 классы). - СПБ. : Владос Северо-Запад, 2013.

2.Попова, Г.П. Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки. - Волгоград: Учитель, 2008.

3. Программы образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью / Л.Б. Баряева, Д.И. Бойков, В.И. Липакова, и др.; под редакцией Л.Б. Баряевой, Н.Н. Яковлевой. – СПб.: ЦДК проф. Л.Б. Баряевой, 2011.

4.Программы обучения глубоко умственно отсталых детей (НИИ Дефектологии АПН СССР).-Москва., 1983.

**2. Учебники и учебные пособия:**

2.1.Физическая культура. 3 класс: учеб. для общеобразоват. организаций/ А.П. Матвеев. - М.: Просвещение, 2019. Физическая культура. 2 класс: учеб. для общеобразоват. организаций/ А.П. Матвеев. - М.: Просвещение, 2019.

2.2.Подвижные игры: Учеб. для студ. пед. вузов. - М.: Издательский центр "Академия", Жуков М.Н., 2000.

2.3.Дереклеева Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья, 1-5 классы - М.: ВАКО, 2004 (мастерская учителя).

2.4.Методика физического воспитания учащихся 1-4 классов: Пособие для учителя / Е.Н. Литвинов, Г.И. Погадаев, Т.Ю. Торочкова, Р.Я. Шитова -2-е изд.-М.: Просвещение, 2001.

2.5. Учебно-методическое пособие. Игры, состязания и самобытные физические упражнения народов севера, 2003.

2.6 А.Н. Как предупредить отклонения в поведении детей. М. 2005. 85 с.

2.7.Карасева Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий //

Начальная школа. 2005. № 11 С. 75–78.

2.8.Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе: 1–4 классы. М.:

Вако, 2004. 124 c.

2.9.Ковалько В.И. Школа физкультминуток (1–11 классы): Практические разработки физ-

культминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников.

М.: ВАКО, 2007.

2.10.Патрикеев А.Ю. Подвижные игры.1–4 классы. М.: Вако, 2007. 176 с.

2.11.Синягина Н.Ю. Как сохранить и укрепить здоровье детей: психологические установки

и упражнения. / Н.Ю. Синягина, И.В. Кузнецова. М.: Владос, 2003. 112 с.

2.12.Аникеева Н.П. Воспитание игрой.
2.13.Божоич Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте.

2.14.Гришина Г. Не забывайте народные игры.

2.15.Кенеман А.В., Осокина Т.И. Детские народные подвижные игры.

2.16.Коротков И.М. Подвижные игры детей.

2.11.Демонстрационные материалы (карточки, плакаты, схемы, видео материалы и т.д.)

2.12.Методические виды продукции: разработки игр, бесед, эстафет, конкурсов и пр.

**10.** **Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ занятия** **в четверти** | **№ занятия** **в году** | **Дата** | **Тема** | **Количество часов**  | **Виды деятельности** | **Форма** |
| **По плану** | **По** **факту** |
| **1 четверть – 10 часов** |
| **1.Знакомство с правилами игр, техникой безопасности. История возникновения народных игр - 1 час** |
| 1 | 1 | 01.09.23 |  | Вводное занятие. Общие правила игр. Техника безопасности. История возникновения народных игр. Игра «Пошла коза по лесу». | 1 | -слушают теоретический материал по правилам игр и поведения во время игр с опорой на наглядность (картинки, карточки);- участвуют в беседе по теме;-участвуют в играх коррекционной направленности. | Беседа: знакомятся с правилами поведения на занятии во время игр. Знакомятся с историей возникновения народных игр. Актуализация имеющихся знаний и опыта. |
| **2.Русские народные игры. Разучивание считалок – 4 часа** |
| 2 | 2 | 08.09.23 |  | Разучивание считалок. Игры «Бояре», «Заря». | 1 | -участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя);-разучивают считалки. | Подвижные игры на свежем воздухе.Разучивание считалок. |
| 3 | 3 | 15.09.23 |  | Разучивание считалок. Игры «Карусель», «Гуси». | 1 | -участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя);-разучивают считалки. | Подвижные игры на свежем воздухе.Разучивание считалок. |
| 4 | 4 | 22.09.23 |  | Разучивание считалок. Игры «Ворон и заяц», «Стадо». | 1 | -участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя);-разучивают считалки. | Подвижные игры на свежем воздухе.Разучивание считалок. |
| 5 | 5 | 29.09.23 |  | Разучивание считалок. Игры «Стадо», «Горелки». | 1 | -участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя);-разучивают считалки. | Подвижные игры на свежем воздухе.Разучивание считалок. |
| **3.Русские народные игры - 2 часа** |
| 6 | 6 | 06.10.23 |  | Игры «У медведя во бору», «Земля, воздух, вода, огонь». | 1 | -участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий;-осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником). | Подвижные игры на свежем воздухе. |
| 7 | 7 | 13.10.23 |  | Игры «Дедушка-рожок», «Золотые ворота». | 1 | -участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий;-осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником). | Подвижные игры на свежем воздухе. |
| **4.Разучивание считалок – 2 час** |
| 8 | 8 | 20.10.23 |  | Считалки. | 1 | -разучивают считалки;-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя. | Разучивание считалок. |
| 9 | 9 | 27.10.23 |  | Считалки. | 1 | -разучивают считалки;-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя. | Разучивание считалок. |
| **5.Русские народные забавы 1 час** |
| 10 | 10 | 03.11.23 |  | Бег в мешках, перетягивание каната. Игры «В перстни», «Ушки». | 1 | -участвуют в различных видах игр, состязаниях по инструкции и по показу учителя. | Состязания. Подвижные игры. |
| **2 четверть – 8 часов** |
| **5.Русские народные забавы 1 час** |
| 1 | 11 | 10.11.23 |  | Техника безопасности.Бег в мешках, перетягивание каната. Игры «Иван», «Воробушки». | 1 | -слушают инструктаж и зрительно воспринимают образец поведения на занятиях (техника безопасности);-участвуют в различных видах игр, состязаниях по инструкции и по показу учителя;-осваивают и используют игровые умения. | Беседа: повторяют правила поведения на занятии во время игр. Состязания. Подвижные игры. |
| **6.Игры народов южного и северокавказского федерального округа – 3 часа** |
| 2 | 12 | 17.11.23 |  | Беседа «Особенности народов, проживающих на территории южного и северокавказского федерального округа», Адыгейская народная игра «Прыжок лягушки» и калмыцкая народная игра «Прятки». | 1 | -участвуют в беседе;-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя;-осваивают и используют игровые умения. | Беседа: знакомство с особенностями народов, проживающих на территории южного и северокавказского федерального округа. Подвижные игры. |
| 3 | 13 | 24.11.23 |  | Беседа «Особенности народов, проживающих на территории южного и северокавказского федерального округа», Адыгейская народная игра «Журавли - журавушки» и калмыцкая народная игра «Альчик!». | 1 | -участвуют в беседе;-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя;-осваивают и используют игровые умения. | Беседа: знакомство с особенностями народов, проживающих на территории южного и северокавказского федерального округа. Подвижные игры. |
| 4 | 14 | 01.12.23 |  | Адыгейские народные игры «Прыжок лягушки», «Журавли - журавушки», калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!». | 1 | -осваивают и используют игровые умения;-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя; | Подвижные игры. |
| **7.Игры народов приволжского федерального округа – 4 часа** |
| 5 | 15 | 08.12.23 |  | Беседа «Особенности народов, проживающих на территории приволжского федерального округа». Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень». | 1 | -участвуют в беседе;-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя;-осваивают и используют игровые умения. | Беседа: знакомство с особенностями народов, проживающих на территории приволжского федерального округа. Подвижные игры. |
| 6 | 16 | 15.12.23 |  | Беседа «Особенности народов, проживающих на территории приволжского федерального округа». Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень». | 1 | -участвуют в беседе;-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя;-осваивают и используют игровые умения. | Беседа: знакомство с особенностями народов, проживающих на территории приволжского федерального округа. Подвижные игры. |
| 7 | 17 | 22.12.24 |  | Марийская народная игра «Катание мяча». Татарские народные игры «Займи место». | 1 | -осваивают и используют игровые умения;-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя; | Подвижные игры. |
| 8 | 18 | 29.12.24 |  | Марийская народная игра «Катание мяча». Татарские народные игры «Займи место». | 1 | -участвуют в различных видах игр, состязаниях по инструкции и по показу учителя. | Подвижные игры. |
| **3 четверть – 10 часов** |
| **8.Игры народов Сибири и Дальнего Востока – 4 часа** |
| 1 | 19 | 12.01.24 |  | Техника безопасности.Беседа «Особенности народов, проживающих в Сибири и на Дальнем Востоке». Бурятская народная игра «Иголка, нитка, узелок». | 1 | -слушают инструктаж и зрительно воспринимают образец поведения на занятиях (техника безопасности);-участвуют в беседе;-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя;-осваивают и используют игровые умения. | Беседа: повторяют правила поведения на занятии во время игр; знакомство с особенностями народов, проживающих в Сибири и на Дальнем Востоке. Подвижные игры. |
| 2 | 20 | 19.01.24 |  | Беседа «Особенности народов, проживающих в Сибири и на Дальнем Востоке». Бурятская народная игра «Волк и ягнята», «Табун». | 1 | -участвуют в беседе;-отвечают на вопросы;-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя;-осваивают и используют игровые умения. | Беседа: знакомство с особенностями народов, проживающих в Сибири и на Дальнем Востоке. Подвижные игры. |
| 3 | 21 | 26.01.24 |  | Тувинская народная игра «Стрельба в мишень». | 1 | -участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя;-осваивают и используют игровые умения. | Подвижные игры. |
| 4 | 22 | 02.02.24 |  | Тувинская народная игра «Найти бусинку». | 1 | -участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя;-осваивают и используют игровые умения. | Подвижные игры. |
| **9.Игры коренных малочисленных народов крайнего севера - 5 часов** |
| 5 | 23 | 09.02.24 |  | «Особенности коренных малочисленных народов, проживающих на территории крайнего севера. Игры народов ханты и манси «Хейро», «Льдинки, ветер и мороз». | 1 | -участвуют в беседе;-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя;-осваивают и используют игровые умения. | Беседа: знакомство с особенностями коренных малочисленных народов, проживающих на территории крайнего севера. Подвижные игры. |
| 6 | 24 | 16.02.24 |  | «Особенности коренных малочисленных народов, проживающих на территории крайнего севера. Игры народов ханты и манси «Ручейки и озера», «Рыбаки и рыбки». | 1 | -участвуют в беседе;-отвечают на вопросы;-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя;-осваивают и используют игровые умения. | Беседа: знакомство с особенностями коренных малочисленных народов, проживающих на территории крайнего севера. Подвижные игры. |
| 7 | 25 | 01.03.24 |  | Беседа «Что мы знаем о «Ханты-Мансийском автономном круге **–** Югре?» Игры «Белый шаман», «Оленьи упряжки». | 1 | -участвуют в беседе;-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя;-осваивают и используют игровые умения. | Беседа. Актуализация и уточнение знаний детей о Ханты-Мансийском автономном круге **-**Югре. Подвижные игры. |
| 8 | 26 | 15.03.24 |  | Беседа «Что мы знаем о «Ханты-Мансийском автономном круге **–** Югре?» Игры «Куропатки и охотники», «Тройной прыжок». | 1 | -участвуют в беседе;-отвечают на вопросы;-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя;-осваивают и используют игровые умения. | Беседа. Актуализация и уточнение знаний детей о Ханты-Мансийском автономном круге **-**Югре. Подвижные игры. |
| 9 | 27 | 22.03.24 |  | Игры народов ханты и манси «Нарты-сани», «Смелые ребята». | 1 | -участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя;-осваивают и используют игровые умения. | Подвижные игры. |
| **10.Игры наших родителей – 1 час** |
| 10 | 28 | 29.03.24 |  | Беседа «Что мы знаем об играх наших родителей?» Игры Картошка», «Кошки**-**мышки». | 1 | -участвуют в различных видах игр, состязаниях по инструкции и по показу учителя. | Беседа. Подвижные игры. |
| **4 четверть – 6 часов** |
| **10.Игры наших родителей – 4 часа** |
| 1 | 29 | 05.04.24 |  | Техника безопасности.Игры «Выше ноги от земли», «У медведя во бору». | 1 | -слушают инструктаж и зрительно воспринимают образец поведения на занятиях (техника безопасности);-участвуют в беседе;-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя;-осваивают и используют игровые умения. | Беседа: повторяют правила поведения на занятии во время игр. Подвижные игры |
| 2 | 30 | 12.04.24 |  | Игра «Салки», «Колечко**-**колечко, выйди на крылечко». | 1 | -участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя;-осваивают и используют игровые умения. | Подвижные игры |
| 3 | 31 | 19.04.24 |  |  Игры «Перетяжка», «Мы веселые ребята». | 1 | -участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя;-осваивают и используют игровые умения. | Подвижные игры |
| 4 | 32 | 26.04.24 |  | Игры «День и ночь», «Классики». | 1 | -участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя;-осваивают и используют игровые умения. | Подвижные игры |
| **11.Итоговое занятие – 2 часа** |
| 5 | 33 | 17.05.24 |  | Развлечение «В мире добрых игр». | 1 | -участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя;-используют игровые умения. | Костюмированные инсценировки. |
| 6 | 34 | 24.05.24 |  | Праздник «Наши любимые игры». | 1 | -участвуют в празднике. | Костюмированные подвижные игры. |

*Приложение 1*

Списочный состав

группы внеурочной деятельности

в 2023-2024 учебном году.

|  |  |
| --- | --- |
| Группа внеурочной деятельности | **Кружок «Движение есть жизнь!»** |
| Расписание занятий | **Пятница 12.20-13.00** |
| Список детей |
| Педагог внеурочной деятельности | **Мичкова Екатерина Владимировна** |
| № | **Фамилия, имя ученика** | **класс** |
| 1. | Аскерова Динара  | 3б |
| 2. | Бойченко Кира | 3б |
| 3. | Варченко Яна | 3б |
| 4. | Федоров Александр | 3б |
| 5. | Халабузарь Илья | 3б |