

КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ХАНТЫ – МАНСЬИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ
«МЕГИОНСКАЯ ШКОЛА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ»

Рассмотрено на
заседании МС
протокол № 5
от 19.05.2023

Согласовано:
Заместитель директора
по воспитательной работе
Л.В. Тарабаева



Утверждаю.
Директор КОУ «Мегионская школа для
обучающихся с ограниченными
возможностями здоровья»
Е.В. Масленников
Приказ от 30.05, 2023 № 305-0

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»
12-18 лет
на 2023 – 2024 учебный год
(Вариант 1)

Автор программы: К. В. Мананников

г. Мегион
2023 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.
2. Место курса в учебном плане.
3. Планируемые результаты освоения программы.
4. Учебно-тематический план.
5. Содержание программы курса внеурочной деятельности.
6. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы.
7. Список литературы.
8. Календарно-тематическое планирование.
9. Списочный состав группы внеурочной деятельности.

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

| | |
|----------------------|---|
| Название программы | Внеурочная деятельность «Спортивные игры» |
| Направление | Спортивно-оздоровительное |
| Составитель | Мананников Константин Викторович |
| Название учреждения | КОУ «Мегионская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» |
| Целевая группа | Обучающиеся 6а,7б,8а,9а,9б,10,11 класса, имеющие нарушения физического развития в достижении планируемых результатов. |
| Цель программы | обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья обучающихся по средствам спортивных игр. Воспитание гармоничной, социально активной личности. |
| Задачи программы | преодоление недостатков двигательной сферы, физического и психического развития детей с ОВЗ; улучшение анатомо-физиологического статуса детей, предполагает коррекцию неправильных установок опорно-двигательного аппарата (отдельных конечностей, стопы, кисти, позвоночника); нормализацию мышечного тонуса; преодоление слабости отдельных мышц; улучшение подвижности в суставах; сенсорное обогащение: улучшение мышечно-суставного чувства и тактильных ощущений; формирование вестибулярных реакций; преодоление недостаточности в деятельности нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем организма ребенка. |
| Срок реализации | 1 год |
| Режим работы и время | 1 раз в неделю Суббота 09.00-09.40 |

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» разработана на 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 – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (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. Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа 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 1) на 2023-2024 уч. год.
7. Федерального перечня учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях на 2023 -2024 уч.год.

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.

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 «Я и моё дополнительное образование» (обучающиеся 5-11 классов), анкета «Интересы моего ребенка» (законные представители), 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).

Актуальность и новизна программы «Спортивные игры» в том, что она позволяет последовательно решать задачи физического воспитания, так как кратчайший курс к знаниям, к уму пролегает через радость, через игру, которая способствует раскованности, снимает многие противоречия, ставит ребенка перед необходимостью выкладываться до конца.

Изменения в современной системе образования предъявляют высокие требования к обучающимся и их здоровью. Тем самым обязывая образовательное учреждение создавать

условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья, формированию ценностного отношения обучающихся к собственному здоровью и здоровью окружающих. При этом здоровье рассматривается как сложный, многоуровневый феномен, включающий в себя физиологический, психологический и социальный аспекты. Именно образовательное учреждение призвано вооружить ребенка индивидуальными способами ведения здорового образа жизни, нивелируя негативное воздействие социального окружения.

Приоритетность проблемы сохранения и укрепления здоровья обучающихся нашла отражение в многочисленных исследованиях ученых. Это подчеркивает необходимость формирования у обучающихся мотивации на ведение здорового образа жизни через организацию культурной здоровьесберегающей практики детей, через деятельные формы взаимодействия, в результате которых только и возможно становление здоровьесберегающей компетентности.

Спортивно-оздоровительная работа включает в себя непосредственно физическое воспитание; организацию рационального двигательного режима; создание комфортной, безопасной развивающей среды, необходимой для обеспечения двигательной активности детей; профилактические и оздоровительные мероприятия.

Цель программы: обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья обучающихся по средствам спортивных игр. Воспитание гармоничной, социально активной личности.

Задачи программы:

Оздоровительные задачи направлены на:

- охрану жизни и укрепление здоровья воспитанников;
- гармоничное психосоматическое развитие;
- совершенствование защитных функций организма, повышение устойчивости к различным заболеваниям, увеличение работоспособности;
- формирование правильной осанки, развитие сводов стопы, укрепление связочно-суставного аппарата, развитие гармоничного телосложения, регулирование роста и массы костей, развитие мышц лица, туловища, рук, ног, плечевого пояса, кистей, пальцев, шеи, глаз, внутренних органов – сердца, кровеносных сосудов, дыхательных мышц и др.

Образовательные задачи предполагают:

- укрепление здоровья детей с ограниченными возможностями здоровья, содействие нормальному физическому развитию, повышение сопротивляемости организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды;
- обучение основам техники движений, формирование жизненно необходимые умения и навыки посредством игр;
- развитие двигательных (кондиционные и координационные) способностей;
- формирование необходимых знаний в области физической культуры личности;
- воспитание мотивации к самостоятельным занятиям физической культурой, сознательному применению физических упражнений в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности;
- подготовка обучающихся для участия в соревнованиях по спортивным играм окружного, российского уровня.

Воспитательные задачи направлены на формирование творческой, разноплановой и гармонично развитой личности:

- потребность в ежедневных физических упражнениях;
- умение рационально использовать физические упражнения в самостоятельной двигательной деятельности;
- самостоятельность, творчество, инициативность;
- самоорганизация, стремление к взаимопомощи;
- стремление к помощи взрослому в проведении и организации разнообразных форм спортивных игр.

Коррекционно-развивающие задачи направлены на:

- преодоление недостатков двигательной сферы, физического и психического развития детей с ОВЗ;
- улучшение анатомо-физиологического статуса детей, что предполагает коррекцию неправильных установок опорно-двигательного аппарата (отдельных конечностей, стопы, кисти, позвоночника);
- нормализацию мышечного тонуса; преодоление слабости отдельных мышц; улучшение подвижности в суставах;
- сенсорное обогащение; улучшение мышечно-суставного чувства и тактильных ощущений; формирование вестибулярных реакций;
- преодоление недостаточности в деятельности нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем организма ребенка.

Данная программа «Спортивные игры» позволит систематизировать и углубить знания о здоровом образе жизни, заинтересовать учащихся с ОВЗ в необходимости систематических занятий физической культурой и спортом во внеурочное время.

Место курса в учебном плане

Программа «Спортивные игры» рассчитана на год и ориентирована на обучающихся 12-18 лет, разработана с учетом психофизических особенностей детей.

Внеурочная деятельность обучающихся «Спортивные игры» в рамках спортивно-оздоровительного направления планируется из расчета 1ч в неделю 34 часа в год.

Основной формой подведения итогов и реализации программы являются:

- Спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия: соревнования, Дни здоровья.
- Утренняя зарядка, физкультминутки на уроках, организация прогулок на свежем воздухе.
- Организация деятельности по охране здоровья, профилактике заболеваний, травматизма.
- Беседы, интерактивные игры, конкурсы газет и рисунков о спорте, акции по ЗОЖ.
- Подвижные игры корригирующего и общеукрепляющего характера.

Планируемые результаты освоения программы:

Метапредметные:

- сформированность регулятивных, коммуникативных и познавательных универсальных действий;
- развивать у обучающихся способность принимать и сохранять учебные цели и задачи на практическом уровне;
- развивать у них умения контролировать и оценивать свои действия и исправлять свои ошибки;
- осуществлять элементарные логические операции сравнения, анализа, обобщения, классификации, установление причинно-следственных и временных зависимостей;
- умение сотрудничать с педагогом и другими обучающимися во время образовательного процесса.

Личностные:

- сформированность таких волевых качеств как настойчивость решительность, выносливость;
- сформированность таких личностных качеств как трудолюбие, ответственность, терпение, усидчивость, дисциплинированность;
- умение общаться и устанавливать доброжелательные отношения с окружающими людьми и купировать возникающие конфликты, умение взаимодействовать и сотрудничать в коллективе;
- способность к пониманию, сочувствию и состраданию другим людям;
- активность, нацеленность на результат и решение возникающих проблем;
- нацеленность на здоровый образ жизни и стремление его соблюдать.

Познавательные:

- отрабатывать технику движений в игре;
- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения.

Коммуникативные:

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор;
- аргументировать свою точку зрения;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
- адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач; владеть устной и письменной речью; строить монологическое контекстное высказывание;
- организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия;
- осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий партнёра, уметь убеждать;
- работать в группе — устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;
- использовать адекватные языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей;
- отображать в речи (описание, объяснение) содержание совершаемых действий как в форме громкой социализированной речи, так и в форме внутренней речи.

Учащиеся научатся:

- играть активно, самостоятельно и с удовольствием;
- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры на переменах и физкультминутках;
- самостоятельно проводить подвижные и спортивные игры;
- владеть понятиями «Техника игры», «Тактика игры»;
- выполнять правила игры, владеть основными техническими приёмами, применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий.

Получат возможность узнать:

- об истории развития подвижных игр;
- о способах и особенностях движения и передвижений человека;
- о системе дыхания, работе мышц при выполнении игровых упражнений;
- о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены;
- о правилах использования закаляющих процедур;
- о профилактике нарушения осанки;
- о причинах травматизма и правилах его предупреждения.

Учебно-тематический план

| № п/п | Название разделов и тем. | Количество часов | «Учение с увлечением» | | |
|---------------------------------------|--------------------------|------------------|-----------------------|----------|--|
| | | | Теория | Практика | |
| I четверть – 8 часов «Мини-футбол» | | | | | |

| | | | | | | |
|---|-----------------------------|--|-----------|-----------|-----------|---|
| 1 | Основы знаний. | | 2 | 2 | | К/р игры на выносливость, на развитие внимания, способности ориентироваться в пространстве |
| 2 | Тактическая подготовка. | | 4 | | 4 | К/р игры на развитие тактильных ощущений, слухового внимания, памяти, умения ориентироваться в пространстве. |
| 3 | Учебная игра. | | 2 | | 2 | К/р игры на умения ориентироваться в пространстве, организованности. |
| II четверть – 7 часов «Баскетбол» | | | | | | |
| 4 | Основы знаний. | | 2 | 2 | | К/р игры на укрепление мышц туловища, плечевого и тазового пояса, развитие координации движений рук и ног. |
| 5 | Тактическая подготовка. | | 4 | | 4 | К/р игра на развитие точности движений, ловкости, быстроты двигательной реакции, формирование навыков коллективного взаимодействия. |
| 6 | Учебная игра. | | 1 | | 1 | К/р игра «короткие ноги» на укрепление мышц брюшного пресса, ног, развитие внимания. |
| III четверть – 10 часов «Хоккей на полу» | | | | | | |
| 7 | Основы знаний. | | 3 | 3 | | К/р игры на выносливость, на развитие внимания, способности ориентироваться в пространстве. |
| 8 | Тактическая подготовка. | | 5 | | 5 | К/р игра на развитие ловкости, точности, выносливости. |
| 9 | Учебно-тренировочная игра. | | 2 | | 2 | К/р игра на развитие быстроты реакции, внимания |
| IV четверть – 9 часов «Мини-футбол» | | | | | | |
| 10. | Основы знаний. | | 3 | 3 | | К/р игра на развитие быстроты реакции. Сохранение правильной осанки. |
| 11. | Общеразвивающие упражнения. | | 1 | | 1 | К/р игра на согласованность движений рук и ног, симметричность и амплитуду движений, развитие - мелкой моторики кисти |
| 12. | Тактическая подготовка. | | 3 | | 3 | К/р игра на Концентрация внимания. |
| 13. | Учебная игра. | | 2 | | 2 | К/р игра на развитие быстроты реакции. Сохранение правильной осанки. |
| | Итого: | | 34 | 10 | 24 | |

Содержание программы курса внеурочной деятельности

Спортивная игра «Мини-футбол» (17ч.)

I. Основы знаний. (5ч.)

Вводное занятие. Объяснение техники безопасности, правил игры, основ игры в футбол. История возникновения мини-футбола и развитие его в России. Чемпионат и кубок России по мини-футболу. Конкурс рисунков и плакатов по ЗОЖ. Использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма.

II. Тактическая подготовка (7ч.)

Отработка скоростных действий. Челночный бег. Отработка взаимодействий игроков в нападении. Отработка взаимодействий игроков в защите. Жонглирование двумя ногами(стопами) попеременно. Отработка передач в движении, передача мяча на ход. Отбор выбиванием мяча.

III. ОРУ (1).

Общеразвивающие упражнения без предметов. Упражнения с набивными мячами.

IV. Учебная игра (4ч.)

Игры с элементами игры в мини-футбол. Учебные игры в мини-футбол.

Спортивная игра «Баскетбол» (7ч.)

I. Основы знаний. (2ч.)

Беседа «Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу».

Правила соревнований по баскетболу. Жесты судей.

II. Тактическая подготовка (4ч.)

Передвижения и остановка без мяча. Броски мяча. Остановки: двумя шагами, прыжком.

Индивидуальные действия в нападении и защите.

III. Учебная игра (1ч.)

Учебные игры в баскетбол.

Спортивная игра «Хоккей на полу» (10ч.)

I. Основы знаний. (3ч.)

Этапы развития отечественного хоккея. Достижения хоккеистов России в международных соревнованиях: чемпионатах мира, Европы и Олимпийских играх. Значение витаминов для хоккеиста.

II. Тактическая подготовка (5ч.)

Силовые броски, работа с вратарем. Действия игроков за воротами. Отбор шайбы, силовые единоборства, игра 5х3, 5х4. Действия игроков у борта. Тактика игры в защите. Игра 3х2.

III. Учебно-тренировочная игра (2ч.)

Учебная игра в хоккей на полу.

Учебно-методическое и материально –техническое обеспечение программы

Для проведения занятий в школе должно быть следующее оборудование и инвентарь:

1. Учебные пособия: 1. Учебные пособия: спортивный инвентарь, изобразительные наглядные пособия (рисунки, схематические рисунки, схемы, таблицы), плакаты: «Мое тело», «Комплекс упражнений утренней гимнастики», «Первая помощь при травмах», «Пропаганда здорового образа жизни», «Правильная осанка», «Гимнастика для глаз»; измерительные приборы: весы, часы и их модели.
2. Оборудование для демонстрации мультимедийных презентаций: компьютер, мультимедийный проектор, DVD и др.
3. Методические виды продукции: разработки игр, бесед, эстафет, конкурсов, прогулок.

Список литературы

Для учителя:

1. Железняк, Ю. Д. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учеб. для студентов высших пед. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова, В. П. Савина. - 2-е изд., стереотип. - М. : Академия, 2008.
2. Ванюшкин, В. А. Коррекция координационных способностей учащихся с недостатками интеллектуального развития: Монография / В. А. Ванюшкин. – Екатеринбург: ЕФ УралГУФК, 2007.
3. Ванюшкин, В. А. Методика проведения подвижных игр с детьми, имеющими недостатки интеллектуального развития: учебно-методическое пособие для студентов, специалистов коррекционной педагогики / В. А. Ванюшкин. - Екатеринбург, 2007.
4. Козленко Н. А. Особенности двигательных нарушений у учеников вспомогательной школы и коррекция их средствами физической культуры (на первоначальном этапе обучения) / Н. А. Козленко. – Киев.: ФиС, 1962.
5. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушением в развитии/ под ред. Л. В. Шапковой. М.: Советский спорт, 2002.
6. Официальные спортивные правила Специального Олимпийского движения: Методическое пособие / Н. О. Рубцова, В. А. Ильин, Т. И. Ольховая. – М.: РГУФК, 2005.
7. Полевщеников М. М., Устыменко О. Н. Бочче. Официальные правила и проведения соревнований Специальной Олимпиады России. – М.: ООБОПИсУО Специальная Олимпиада России, 2005.
8. Валентинов В. Игра в хоккей. С.-Петербург, Литера, 2002
9. Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей. Москва, Просвещение, 1986.
10. Внеурочная деятельность учащихся «Баскетбол» / Авт.-сост. В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий ; М.: Просвещение, 2013.
11. «Поурочная программа подготовки футболистов 6-9 лет, 10-12 лет» /под ред. Годик М.А., Мосягин
12. «Мини-футбол» автор: Андреев С.Н., Левкин В. С.
13. Монаков Г.В. «Техническая подготовка футболистов», М: ФиС, 2000.

Для учащихся:

1. Гуревич И.А. 300 соревновательно-игровых заданий по физическому воспитанию: Практич. пос. – Минск, 1994.
2. Казаков С.В. Спортивные игры. –Ростов-на-Дону: «ФЕНИКС», 2004.
3. Белых В. Правила здорового образа жизни /В. Белых. – Ростов н/Д.: Феникс, 2017.
4. Лаптев А.П. Закаливайтесь на здоровье /А.П.Лаптев. – М.: Медицина, 1991.
5. Хаткина, М. Веселые уроки здоровья для умных мальчиков и девочек /М. Хаткина. – М.: БАО, 2013.
6. Здорово быть здоровым: 5-6-е, 7-9-е, 10-11-е, классы: учебное пособие для общеобразовательных организаций/ под ред.Г.Г.Онищенко.-Москва: Просвещение, 2021.

Календарно-тематическое планирование

| № п/п | № п/п | Тема занятия | Кол- во часо в | Виды деятельности | «Учение с увлечением» Коррекционно- развивающие игры, упражнения на развитие физических качеств | Дата проведения | |
|---|----------|--|-------------------------|---|---|--------------------|------|
| | | | | | | План | Факт |
| 1 четверть – 8 часов Мини-футбол | | | | | | | |
| 1 | 1 | Вводное занятие. Объяснение техники безопасности, правил игры, основ игры в футбол. | 1 | Техника безопасности. Должны иметь представление о правилах поведения на спортивной площадке и в спортивном зале. | К/р упражнения на выносливость | 02.09 | |
| 2 | 2 | Стойки футболистов, передвижение на поле. | 1 | ОРУ в движении. Силовая подготовка в спортивном зале. Прыжки со скакалками. Подвижные игры с футбольным мячом. Жонглирование мячом. Удары мяча по воротам. Игра в мини-футбол. | К/р игры на ловкость | 09.09 | |
| 3 | 3 | История возникновения мини-футбола и развитие его в России. | 1 | История возникновения и развития физической культуры. | К/р игры на меткость | 16.09 | |
| 4 | 4 | Отработка скоростных действий. Челночный бег. | 1 | Различные стойки и перемещения футболиста. Специальные упражнения по отработке скоростных действий. Передача мяча сверху, приём мяча снизу. Игра в мини-футбол. Упражнения на координацию движений. Челночный бег, отработка. | К/р упражнение на развитие внимания, быстроты реакции. | 23.09 | |
| 5 | 5 | Отработка взаимодействий игроков в нападении. | 1 | Различные стойки и перемещения футболиста в нападении. Отработка. Специальные упражнения. Передача мяча сверху, приём мяча снизу. Игра в мини-футбол. Упражнения на координацию движений. | К/р игра на развитие тактильных ощущений, слухового внимания, памяти, умения ориентироваться в пространстве. | 30.09 | |
| 6 | 6 | Отработка взаимодействий игроков в защите. | 1 | Различные стойки и перемещения футболиста в защите. Отработка. Специальные упражнения. | К/р игра на развитие быстроты реакции | 07.10 | |

| | | | | | | | |
|---|---|---------------------------------------|---|--|--|-------|--|
| | | | | Передача мяча сверху, приём мяча снизу. Игра в мини-футбол. Упражнения на координацию движений. | | | |
| 7 | 7 | Игры с элементами игры в мини-футбол. | 1 | Упражнения на координацию движений. Прыжки и бег с изменением направления движения. Ведение мяча по прямой. Ведение мяча по кривой | К/р игра на умения ориентироваться в пространстве, организованности. | 14.10 | |
| 8 | 8 | Учебные игры в мини-футбол. | | ОРУ и СУ с мячами. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом из четырёх игроков. Двусторонняя игра. | К/р игра на улучшение координации движений. | 21.10 | |

| № п/п | № п/п | Тема занятия | Кол-во часов | Содержание | «Учение с увлечением» Коррекционно-развивающие игры, упражнения на развитие физических качеств | Дата проведения | |
|---------------------------------------|-------|---|--------------|---|---|-----------------|------|
| | | | | | | План | Факт |
| 2 четверть – 7ч. Баскетбол | | | | | | | |
| 9 | 1 | Беседа «Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу». | 1 | Правила ТБ на занятиях по баскетболу в спорт. зале. Практическое занятие по оказанию первой помощи при травмах. | К/р игра на развитие внимания, способности ориентироваться в пространстве. | 11.11 | |
| 10 | 2 | Правила соревнований по баскетболу. Жесты судей. | 1 | Правила соревнований по баскетболу. Жесты судей. | К/р игра на развитие точности движений, ловкости, быстроты двигательной реакции | 18.11 | |
| 11 | 3 | Передвижения и остановка без мяча. | 1 | ОРУ и СУ с мячами. Ведение набивного мяча по прямой. Ведение мяча по кривой. Игра в баскетбол. | К/р игра на развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты принятия решения. | 25.11 | |
| 12 | 4 | Броски мяча. | 1 | Различные стойки, перемещения и броски мяча. Специальные упражнения по отработке скоростных действий. Упражнения на координацию движений. Челночный бег, отработка. | К/р игра на развитие равновесия, координации движений, внимания. | 02.12 | |
| 13 | 5 | Остановки: двумя шагами, прыжком. | 1 | Различные стойки и перемещения футболиста в нападении. Отработка. Специальные упражнения. Передача мяча сверху, приём мяча снизу. Игра в мини-футбол. Упражнения на координацию движений. | К/р игра на формирование правильной осанки, пространственного ориентирования, речи. | 09.12 | |
| 14 | 6 | Индивидуальные действия в нападении и защите. | 1 | Упражнения на координацию движений. Прыжки и бег с изменением направления движения. | К/р игра на укрепление мышц брюшного пресса, ног, развитие внимания. | 16.12 | |
| 15 | 7 | Учебная игра в баскетбол. | 1 | ОРУ и СУ с мячами. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и | К/р игра на развитие внимания, координации движений и | 23.12 | |

| | | | | | | |
|--|--|--|---|--------------------------------------|--|--|
| | | | владения мячом из четырёх игроков. Двусторонняя игра. | пространственного ориентирования. | | |
|--|--|--|---|--------------------------------------|--|--|

| № п/п | № п/п | Тема занятия | Кол-во часов | Содержание | «Учение с увлечением» Коррекционно-развивающие игры, упражнения на развитие физических качеств | Дата проведения | |
|---|----------|---|--------------|---|---|-----------------|------|
| | | | | | | Пл н | Факт |
| 3 четверть – 10 часов. Хоккей и полу | | | | | | | |
| 16 | 1 | Этапы развития отечественного хоккея. | 1 | Введение теоретических понятий. Знакомство с правилами техники безопасности на занятиях секции. Этапы развития отечественного хоккея. | К/р упражнения на укрепление мышц туловища, плечевого и тазового пояса. | 13.01 | |
| 17 | 2 | Достижения хоккеистов России в международных соревнованиях: чемпионах мира, Европы и Олимпийских играх. | 1 | Достижения хоккеистов России. Знаменитые хоккеисты. | К/р игра на развитие мелкой моторики, равновесия, координации движений, внимания. | 20.01 | |
| 18 | 3 | Значение витаминов для хоккеиста. | 1 | Значение витаминов для хоккеиста. Составить список полезных продуктов. | К/р упражнение на развитие концентрации внимания, координации движений, навыка ходьбы. | 27.01 | |
| 19 | 4 | Силовые броски, работа с вратарем | 1 | Совершенствование техники броска «щелчком». Техника игры вратаря. Овладение техническими приемами в нападении и защите. | К/р игра на развитие ловкости, умения ориентироваться в пространстве, точности и быстроты движений. | 03.02 | |
| 20 | 5 | Действия игроков за воротами | 1 | Блокирование добивающих, страховка ворот. Добивание шайбы в ворота. Техника игры вратаря. Броски и передачи из-за ворот. | К/р игра на развитие ловкости, чувства дистанции, точности и быстроты движений. | 10.02 | |
| 21 | 6 | Отбор шайбы, силовые единоборства, игра 5х3, 5х4 | 1 | Правила применения силовых приемов. Уметь применять силовые приемы без нарушения правил игры. | К/р игра на развитие координации коллективных действий, умения ориентироваться в пространстве. | 17.02 | |
| 22 | 7 | Действия игроков у борта | 1 | Передачи и броски с использованием отскока от борта. Овладение техническими приемами в нападении и защите. | К/р игра на развитие равновесия и точности движений. | 24.02 | |

| | | | | | | |
|----|----|---------------------------------|--|---|-------|--|
| 23 | 8 | Тактика игры в защите. Игра 3x2 | Функции защитников. Опека соперника. Зонная защита. Овладение техникой игры в защите. | К/р игра на развитие внимания, быстроты реакции, точности движений. | 02.03 | |
| 24 | 9 | Учебно-тренировочная игра. | Совершенствование техники броска «щелчком». Техника игры вратаря. Овладение техническими приемами в нападении и защите. | К/р игра на развитие быстроты реакции, внимания | 09.03 | |
| 25 | 10 | Учебно-тренировочная игра. | Совершенствование техники броска «щелчком». Техника игры вратаря. Овладение техническими приемами в нападении и защите. | К/р игра на развитие ловкости, точности, выносливости. | 16.03 | |

| № п/п | № п/п | Тема занятия | Кол-во часов | Содержание | «Учение с увлечением» Коррекционно-развивающие игры, упражнения на развитие физических качеств | Дата проведения | |
|-------|-------|--|---|--|---|-----------------|------|
| | | | | | | План | Факт |
| | | | 4 четверть – 9ч. Мини-футбол | | | | |
| 26 | 1 | Чемпионат и кубок России по мини-футболу. | 1 | Правила ТБ на занятиях по мини-футболу в спорт. зале. История возникновения и развития физической культуры. Развитие отечественного мини-футбола. | К/р игра на развитие точности движений. | 06.04 | |
| 27 | 2 | Общеразвивающие упражнения без предметов. | 1 | ОРУ в движении. Силовая подготовка в спортивном зале. Прыжки со скакалками. Подвижные игры с футбольным мячом. Жонглирование мячом. Удары мяча по воротам. Игра в мини-футбол. | К/р упражнения на координацию движения и дыхания. | 13.04 | |
| 28 | 3 | Всемирный день здоровья. Конкурс рисунков и плакатов по ЗОЖ. | 1 | Всемирный день здоровья. Конкурс рисунков и плакатов по ЗОЖ. Неделя Спорта. | К/р игра на развитие быстроты реакции. Сохранение правильной осанки. | 20.04 | |
| 29 | 4 | Упражнения с набивными мячами. | 1 | ОРУ и СУ с мячами. Ведение набивного мяча по прямой. Ведение мяча по кривой. Игра в мини-футбол. | К/р игра на ориентировку в пространстве. | 27.04 | |
| 30 | 5 | Жонглирование двумя ногами(стопами) попеременно. | 1 | Жонглирование двумя ногами(стопами) попеременно. Игра в мини-футбол. | К/р игра на координацию и согласованность действий. | 04.05 | |
| 31 | 6 | Отработка передач в движении, передача мяча на ход. | 1 | Различные стойки и перемещения футболиста в нападении. Отработка. Специальные упражнения. Передача мяча сверху, приём | К/р игра на коррекцию осанки. | 11.05 | |

| | | | | | | | |
|----|---|---|---|--|---|-------|--|
| | | | | мяча снизу. Игра в мини-футбол. Упражнения на координацию движений. | | | |
| 32 | 7 | Отбор выбиванием мяча | 1 | Различные стойки и перемещения футболиста в защите. Отработка. Специальные упражнения. Передача мяча сверху, приём мяча снизу. Игра в мини-футбол. Упражнения на координацию движений. | К/р игра на согласованность движений рук и ног, симметричность и амплитуду движений, развитие - мелкой моторики кисти | 18.05 | |
| 33 | 8 | Использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма. | 1 | Естественные факторы природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма. | К/р игра на ориентировку в пространстве по слуху. | 20.05 | |
| 34 | 9 | Учебные игры в мини-футбол. | 1 | ОРУ и СУ с мячами. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом из четырёх игроков. Двусторонняя игра. | К/р игра на концентрацию внимания. | 21.05 | |

**СПИСОЧНЫЙ СОСТАВ
ГРУППЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
в 2023-2024 учебном году**

| | | |
|---------------------------------|----------------------|--|
| Группа внеурочной деятельности | | Кружок «Спортивные игры» Суббота 9.00-9.40 |
| Расписание занятий | | |
| Список детей | | |
| Педагог внеурочной деятельности | | Мананников Константин Викторович 6-11 классы (смешанная группа) класс |
| № | Фамилия, имя ученика | |
| 1. | Бордачев Владимир | 6а |
| 2. | Иваненко Максим | 7б |
| 3. | Медведкин Артем | 7б |
| 4. | Колбасин Иван | 8а |
| 5. | Набиев Матвей | 8а |
| 6. | Акулевич Евгений | 9а |
| 7. | Галунка Магомед | 9а |
| 8. | Щеголев Максим | 9б |
| 9. | Крохин Максим | 10 |
| 10. | Михайский Даниил | 11 |