

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Верхне-Идинская средняя общеобразовательная школа»

Согласовано:

Заместитель

директора по ВР

*Маслен* Масленг Г.С.

«*1 сентября*»  
2023г

Утверждено приказом

директора

«Верхне-Идинская

СОШ»

№ *949*

от «*30*» *08* 2023г.

протокол педсовета

№ \_\_\_\_\_

от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2023г.



Программа по внеурочной деятельности  
для детей ОВЗ  
спортивно – оздоровительного направления  
**«Подвижные игры»**  
название

Возраст обучающихся: 9– 14 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель программы:  
Бурак Надежда Николаевна

с. Тихоновка, 2023г

## **Пояснительная записка**

Реализация внеурочной образовательной деятельности по спортивно- оздоровительному направлению – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с младшей школы.

**Цель** программы: Создание условий для сохранения, укрепления и развития физического и психологического здоровья младших школьников через игровую деятельность.

### **Задачи:**

- ввести младших школьников в мир подвижных игр и научить использовать их при организации досуга;
- обучить правилам игр и других физических упражнений игровой направленности;
- создать условия для формирования умения самостоятельно выбирать, организовывать и проводить игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств игры;
- донести до учащихся национальный колорит обычаев, оригинальность самовыражения в игре того или иного народа;
- содействовать развитию и совершенствованию физических качеств и творческих способностей младших школьников, расширению их кругозора;
- формировать потребность к систематическим занятиям различными видами спортивной и игровой деятельности;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как к культурному наследию и к проявлению здорового образа жизни.

**Актуальность** программы обусловлена требованиями ФГОС НОО к реализации основной образовательной программы НОО через внеурочную деятельность, одним из направлений которой является спортивно- оздоровительное направление.

### **Запланированный объём нагрузки:**

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 час в неделю: ,34 часа в год.

### **Режим внеурочных занятий:**

Все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПин, т.е. 40 минут.

### **Планируемые результаты освоения обучающимися курса внеурочной деятельности:**

первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие.

**Личностными результатами** программы является формирование следующих умений:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

**Метапредметными результатами** является формирование следующих универсальных учебных действий

#### **Регулятивные УУД:**

- планировать общую цель и пути её достижения;
- формировать собственное мнение и позицию;
- распределять функции и роли в совместной деятельности;
- конструктивно разрешать конфликты;
- осуществлять взаимный контроль;
- оценивать собственное поведение и поведение партнёра и вносить необходимые коррективы.

#### **Познавательные УУД:**

- добывать новые знания; находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр.
- устанавливать причинно-следственные связи. **Коммуникативные УУД:**

- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; - договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им; - учиться выполнять различные роли в группе.

**Содержание курса:** программа внеурочной деятельности по спортивно- оздоровительному направлению «Подвижные игры» состоит из четырёх разделов:

Раздел 1. Современные подвижные игры: ознакомление с играми, требующими командного состава.

Раздел 2. Старинные подвижные игры: ознакомление с играми старины, культурой и этикетом того времени.

Раздел 3. Русские народные игры и забавы: формирование у обучающихся интеллектуальных способностей, культуры эмоций и чувств.

Раздел 4. Русские игровые традиции: формирование у обучающихся чувства ответственности за своё здоровье, мода и гигиена, профилактика вредных привычек. **Формы учёта знаний и умений:** Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела.

Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: викторины, конкурсы, ролевые игры, выполнение заданий соревновательного характера, оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ), результативность участия в конкурсных программах.

#### **Ресурсное обеспечение**

1. Аранская О.С. Игра как средство формирования здорового образа жизни. – 2002. - №5. – с.54.
2. Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле – здоровый дух. Уч. пособие для ученика и учителя. М.: Педагогическое общество России, 2004.
3. Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений. Руководство для работников системы общего образования.- М.: 2004.
4. ФГОС Примерные программы начального образования.- «Просвещение», Москва, 2009.
5. Антропова М.В., Кузнецов-Смирнов И.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. М.: 2002.
6. Тихомирова Л.Ф. Зимние подвижные игры: 1-4 классы. Авт.сост. А.Ю. Патрикеев.- М.: ВАКО, 2009.
7. Трофимова Г.В. Помоги себе сам. Минск, 2003.
8. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А., Жиренко О.Е. Новые 135 уроков здоровья, или Школа докторов природы (1-4 классы). –М.: ВАКО, 2007
9. Подвижные игры: 1-4 классы. Авт.сост. А.Ю. Патрикеев. – М.: Вако, 2007
10. Колемаскина Л.В., Акимова Н.М. Игры для динамической паузы. Ж. «Начальная школа» 2012г, № 11, с.18

Тематическое планирование  
«Подвижные игры»

№ урока	Тема занятия	Дата
1	Здоровый образ жизни.	
2	Здоровье в порядке спасибо зарядке!	
3	Личная гигиена.	
4	Профилактика травматизма.	
5	Нарушение осанки.	
6	Русские народные игры и забавы. Игра « Двенадцать палочек»	
7	Русские народные игры и забавы. Игра « Чижик»	
8	Русские народные игры и забавы. Игра « Пустое место»	
9	Русские народные игры и забавы. Игра « Пятнашки»	
10	Русские народные игры и забавы. Игра « Волки и овцы»	
11	Русские народные игры и забавы. Игра « Намотай ленту»	
12	Русские народные игры и забавы. Игра « Без соли соль»	
13	Русские народные игры и забавы. Игра « Чёт-нечет»	
14	Русские народные игры и забавы. Игра « Серый волк»	
15	Русские народные игры и забавы. Игра « Ловись рыбка и большая и маленькая»	
16	Русские народные игры и забавы. Игра « Платок»	
17	Русские народные игры и забавы. Игра « Волк»	
18	Русские народные игры и забавы. Игра «Шаровки»	
19	Русские народные игры и забавы. Игра « Горелки»	
20	Русские народные игры и забавы. Игра « Рыбки»	
21	Русские народные игры и забавы. Игра « Бабки»	
22	Русские народные игры и забавы. Эстафета	
23	Русские народные игры и забавы. Игра «Водяной»	
24	Русские народные игры и забавы. Игра «Догонялки на санках»	
25	Профилактика травматизма.	
26	Русские народные игры и забавы. Игра « Подвижная цель»	
27	Русские народные игры и забавы. Игра «Два Мороза»	
28	Русские народные игры и забавы. Игра « Жмурки»	
29	Русские народные игры и забавы. Игра « У медведя во бору»	
30	Русские народные игры и забавы. Игра « Капуста»	
31	Нарушение осанки.	
32	Игры «Зайцы в огороде». «Стой-беги!»	
33	Игры «Охотники и утки». « Сбей мяч».	
34	Игры «Поймай мяч». « День и ночь». Перетягивание верёвки.	