

Согласовано

Зам. директора

М.Р.Имайкина
«10» сентября 2023 г.



Утверждаю
для директора школы

ДОКУМЕНТОВ

Л.А.Мавлютова
«10» сентября 2023г.

**Адаптированная рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Подвижные игры»**

Направление: спортивно - оздоровительное

Разработала: Апкова Назмия Билаловна

Барда,2023

Пояснительная записка.

Физическое воспитание школьников осуществляется как на специальных физкультурных занятиях, так и в игровой деятельности, и повседневной жизни детей.

Игра - самая любимая и естественная деятельность младших дошкольников, отвечающая их жизненно важным потребностям. Игра занимает важнейшее место в жизни малыша и является главным средством воспитания и оздоровления. Подвижные игры благоприятно влияют на весь организм ребёнка в целом. Радость и удовольствие сопровождают интересную, активную и доступную для ребёнка игру, она захватывает малыша, оказывая положительное влияние на общее физическое и умственное развитие.

Играя, ребёнок удовлетворяет свою потребность в движениях и одновременно с этим повторяет уже освоенный материал. Подвижные игры проводятся ежедневно в группе или на прогулке в зависимости от погодных условий. При активной деятельности детей на воздухе усиливается работа сердца и лёгких. Это оказывает благоприятное влияние на общее состояние детей: улучшается нервная система, повышается сопротивляемость организма к различным заболеваниям.

С помощью подвижных игр дети легче проходят адаптацию в школе, учатся действовать по словесной инструкции взрослого. У них появляется интерес к урокам, которые вызывают положительные эмоции, радостное настроение.

Одним из наиболее эффективных способов решения данной проблемы в школе является организация внеурочной деятельности по подвижным играм. Подвижные игры создают благоприятные условия для развёртывания активной двигательной деятельности

Актуальность.

Актуальность данной программы заключается в том, что её специфика развивает все физические качества детей младшего школьного возраста (скорость, быстроту, выносливость, ловкость, силу, гибкость), а так же такие физические качества как глазомер и равновесие.

Сроки реализации дополнительной образовательной программы

Программа дополнительного образования «Подвижные игры» рассчитана на один года обучения и направлена на всестороннее, гармоничное и целостное развитие личности детей младшего школьного возраста от 7 до 14 лет.

Программа дополнительного образования разделена на несколько разделов. Распределение часов на разделы условно, т. к. в большинстве занятий предусмотрено содержание теоретического и практического материала, упражнения, комплексы упражнений, игры различных разделов в одном занятии.

Программа реализует разностороннее развитие детей:

- развитие познавательной активности детей;
- формирование умения ориентироваться в задании, воспитание самоконтроля и самооценки;

- психокоррекция поведения ребенка;

Цели и задачи Программы

Целью объединения является повышение двигательной активности детей с ОВЗ, через организацию подвижных игр.

Задачи:

1. Удовлетворение потребности детского организма в движениях;
2. Снижение нагрузки за учебную неделю;
3. Развитие двигательных, скоростно-силовых качеств, общей выносливости;
4. Развивать глазомер и силу рук; укреплять у детей силу мышц рук и туловища.

Планируемые результаты

1 уровень

У обучающихся слабо сформированы первоначальные основные физические качества (равновесие, силовые упражнения, гибкость); правила игры не соблюдает.

2 уровень

У обучающегося наблюдается проявление смекалки и находчивости, развитие быстроты и хорошей координации; часто соблюдает правила поведения во время игры.

3 уровень

Обучающийся владеет мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём; наблюдается применение игровых навыков в жизненных ситуациях, всегда соблюдает правила поведения во время игры.

Прогнозируемые результаты основаны на приобретении первоначальных знаний, умений и навыков физической культуры с помощью подвижных игр, теоретической и практической подготовке детей, первоначальной сформированности основных физических качеств. На данном этапе осуществляется знакомство с информацией о физической культуре и спорту, выявляются способные и желающие в дальнейшем заниматься спортивными играми детей в спортивных объединениях, формируются навыки самостоятельной деятельности детей.

Критерии оценки прогнозируемых результатов заключаются в успешном усвоении разделов программы, стабильности состава детей, посещаемости ими занятий, первоначальном уровне теоретических знаний, практических умений и навыков при освоении подвижных игр.

- проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей) на предмет удовлетворенности результатами данной программы;
- участие обучающихся в праздниках, конкурсах, спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- открытые занятия и мероприятия данной направленности.

Содержание программы.

Основные задачи образовательных областей:

Социально – коммуникативное развитие

1) Развитие общения и взаимодействия ребёнка с взрослыми и сверстниками.

2) Становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий.

3) Развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания.

4) Формирование готовности к совместной деятельности.

Познавательное развитие

1) Развитие интересов детей, любознательности и познавательной мотивации.

2) Формирование познавательных действий, становление сознания.

3) Развитие воображения и творческой активности.

Речевое развитие

1) Владение речью как средством общения.

2) Обогащение активного словаря.

3) Развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи.

4) Развитие речевого творчества.

5) Развитие звуковой и интонационной культуры речи, фонематического слуха.

Художественно - эстетическое развитие

1) Развитие предпосылок ценностно – смыслового восприятия и понимания (словесного, музыкального)

2) Становление эстетического отношения к окружающему миру.

3) Восприятие музыки, фольклора.

Физическое развитие

1) Развитие физических качеств.

2) Правильное формирование опорно – двигательной системы организма, развитие равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики.

3) Правильное выполнение основных движений.

4) Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта.

5) Овладение подвижными играми с правилами.

6) Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.

7) Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни.

Календарно-тематическое планирование

	Тема	Дата	Кол-во часов		
			всего	теория	практика
1, 2	«День-ночь». «Солнышко и дождик».		2	1	1
3, 4	«Солнышко и дождик», «Найди свой домик».		2		2
5, 6	«День – ночь», «Гуси – лебеди»		2	1	1
7,8	«День – ночь», «У медведя во бору»		2	1	1
9,10.	«Перемена местами», «У медведя во бору»		2	1	1
11, 12.	«Поймай снежинку».		2		2
13, 14.	«Ловишки», «Третий лишний»		2	1	1
15.	«Где спрятано», «Попади в цель».		1		1
16.	«Воробышки и автомобиль».		1		1
17.	«Кошка и мышка».		1		1
18, 19	«Прокати мяч и догони его», «Прыжки из обруча в обруч»		2		2
20. 21	«Катание на санках друг друга», «Лиса в курятнике»		2		2
22.	«Поймай снежинку», «Найди свой цвет»		1		1
23.	«Добеги до кегли»		1		1
24.	«Птички и птенчики»		1		1
25.	«Воробышки и автомобиль», «По ровненькой дорожке»		1		1
26, 27	«Медведи и пчелы» «Караси и щука»		2		2
28.	«Воробышки и кот», «Сбей кеглю».		1		1
29.	«Поймай комара», «Найди свой цвет»		1		1
30, 31	«Найди свой домик», «Птички в домиках»		2		2
32.	«Трамвай». «Мы топали ногами»		1		1
33, 34.	«Угадай, кто позвал?», «Совушка - сова»		2		2

Список литературы.

1. Гайдай Е. П. Москва «АРКТИ» 2000г. «Игры, забавы, развлечения».
2. Голубева Л.Г.Москва «Просвещение» 2003г. «Растём здоровыми».
3. Ионова А. Н. Москва «Экзамен» 2010г. «Играем, гуляем, развиваем».
4. Казак О.Н.Москва «АРКТИ» 2000г. «Большая книга игр для детей от 3 до 7 лет.
5. Кенеман А. В.Санкт-Петербург «Детство» 2000г. «Народные подвижные игры для детей».
6. Литвинова О. М. Санкт-Петербург «КАРО» 2006г. «Физкультурные занятия в детском саду».
7. Муравьва В. А. Москва «АЙРИС» 2004г. «Воспитание физических качеств».
8. Патрикеева А.Ю. Москва «ВАКО»2007г. «Подвижные игры».
9. Пензулаева Л. И. Москва «Мозаика - Синтез» 2016г. «Физкультурные занятия с детьми 4-5 и 3-4 лет»,
10. Щербак А.П. Москва «Просвещение» 2008г. «Тематические физкультурные занятия».