Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

Республики Мордовия «Саранская общеобразовательная школа

для детей с ограниченными возможностями здоровья»

|  |  |
| --- | --- |
|  | «УТВЕРЖДЕНО»Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Храмов С. В.«01» сентября 2017 г. |

**Рабочая программа внеурочной деятельности**

**учителя начальных классов Иноземцевой О. С.**

**по спортивно - оздоровительному направлению**

 **«Любимые игры» 1А класс**

**2017-2018 учебный год**

**Саранск 2017**

**Содержание**

**Введение**

**I. Целевой раздел**

I.1. Пояснительная записка…………………………………………………….3

**II. Содержательный раздел**

II.1. Личностные результаты внеурочной деятельности…………………….5

II.2. Планируемые результаты внеурочной деятельности…………………...6

II.3. Содержание программы внеурочной деятельности…………………….7

**III. Организационный раздел**

III.1 Календарно-тематическое планирование………………………………..9

III.2 Список литературных источников……………………………………...12

**I. Целевой раздел**

**I.1. Пояснительная записка**

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Любимые игры» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений. Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

Игры, особенно подвижные, являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Они нравятся практически всем школьникам без исключения, так как способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций. По содержанию все подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Всем известно, что дети любят играть. Это стремление нужно умело использовать в интересах самих детей, развивая и воспитывая в них такие необходимые им качества, как сила, ловкость.

«Любимые игры» - программа для учащихся начальной школы, дополняющий уроки физической культуры. Использование данного курса способствует повышению уровня двигательной активности до уровня, обеспечивающего нормальное физическое, психическое развитие и здоровье детей; обеспечиваются условия для проявления активности и творчества каждого ученика.

***Цель*** данной программы – укрепление здоровья детей.

Основные ***задачи****:*

1. повысить уровень двигательной активности;
2. способствовать физическому, психическому развитию детей;
3. развивать активность и творчество учащихся, любознательность, честность;
4. вызвать интерес к занятию, позволить детям ощутить красоту и радость движений;

в условиях развития двигательной активности, развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, формирование культуры общения со сверстниками, самостоятельности в двигательной деятельности.

***Формы организации занятия:*** игра, праздники, викторина.

Программа рассчитана на **1 час в неделю**, что составляет **33 часа в год** (33 учебных недели).

**II. Содержательный раздел**

**II.1. Личностные результаты внеурочной деятельности**

Основными личностными результатами внеурочной деятельности являются:

― ценностное отношение и любовь к близким, к образовательному учреждению, своему селу, городу, народу, России;

― эмоционально-ценностное отношение к окружающей среде, необходимости ее охраны;

― уважение к истории, культуре, национальным особенностям, традициям и образу жизни других народов;

― потребности и начальные умения выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных видах практической, художественно-эстетической, спортивно-физкультурной деятельности;

― расширение круга общения, развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; принятие и освоение различных социальных ролей;

― принятие и освоение различных социальных ролей, умение взаимодействовать с людьми, работать в коллективе;

― владение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия;

― способность к организации своей жизни в соответствии с представлениями о здоровом образе жизни, правах и обязанностях гражданина, нормах социального взаимодействия;

― способность ориентироваться в окружающем мире, выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать элементарные решения;

― способность организовывать свою деятельность, определять ее цели и задачи, выбирать средства реализации цели и применять их на практике, оценивать достигнутые результаты.

**II.2. Планируемые результаты внеурочной деятельности**

К концу учебного года у учащихся результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Любимые игры» является формирование следующих умений:

- понимать роль и значение занятий физическими упражнениями и играми для укрепления здоровья;

- знать названия подвижных игр, инвентарь, оборудование;

- знать правила   поведения   и   безопасности   во время  занятий физическими упражнениями и играми;

 - знать правила подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения занятий;

- понимать терминологию, связанную с проведением игр, ритмических занятий;

- передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в разных ситуациях;

- выполнять упражнения (с предметами и без) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости, координации, выносливости);

- играть активно, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения;

- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;

- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх;

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;

- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

**II.3. Содержание программы внеурочной деятельности**

Раздел 1. Бессюжетные игры (9 ч.)

Данные игры типа ловишек, перебежек, салок. Отличается наличие правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Развиваются: самостоятельность, глазомер, быстрота и ловкость движений, ориентировка в пространстве. Дети учатся координировать свои действия. Упражняясь в играх данного раздела, дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мяч, шар, скакалка). Использование простых движений: бег, ловля, прятки.

Раздел 2. Игры-забавы (7 ч.)

Учащимся даются понятия: игры-забавы, аттракционы, они часто проводятся на спортивных праздниках, на вечерах досуга. Двигательные задания выполняются в необычных условиях и часто включают элемент соревнования (бежать в мешке, выполнить движение с закрытыми глазами).

Раздел 3. Народные игры (8 ч.)

Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора: движения точны и образны, часто сопровождаются считалками, потешками, веселыми моментами. Игровая ситуация увлекает и воспитывает детей, а действия требуют от детей умственной деятельности.

Раздел 4. Любимые игры детей (9 ч.)

Все игры коллективные. Дети выступают в роли ведущих, объясняют и проводят игру. Педагог следит за ходом игры, дает советы. У детей появляется интерес к самостоятельному проведению игры, сохраняется эмоционально-положительное настроение и хорошие взаимоотношения играющих. Дети приучаются ловко и стремительно действовать в игровой ситуации, оказывать товарищескую помощь, добиваться достижения цели и при этом испытать радость.

**III. Организационный раздел**

**III.1 Календарно-тематическое планирование (1 час в неделю; 33 часа в год)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№ урока*** | ***Тема***  | ***Кол-во часов*** | ***Личностные результаты*** | ***Дата*** |
|  |
|  | **Раздел 1.****Проще простого** | 9 ч | Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья. |  |
| 1 | «Цвет» | 1 | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями. |  |
| 2 | «Золотые ворота» | 1 | Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей. |  |
| 3 | «Ручеек» | 1 | Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками. |  |
| 4 | «Змейка» | 1 | Активно включаться в общение. |  |
| 5 | «Чур у дерева» | 1 | Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей. |  |
| 6 | «Последний выбывает» | 1 | Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками. |  |
| 7 | «Удочка» | 1 | Активно включаться в общение. |  |
| 8 | «Жмурки» | 1 | Формирование уважительного отношения к иному мнению. |  |
| 9 | Повторение. Любимая игра. | 1 | Активно включаться в общение. Умение доказывать свою точку зрения. |  |
|  | **Раздел 2.****Самый, самый, самый** | 7 ч | Формирование чувства ответственности и уважительного отношения к своим сверстникам. |  |
| 1 | «Достань камешек» | 1 | Формирование уважительного отношения к иному мнению. |  |
| 2 | «Попади в обруч» | 1 | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями. |  |
| 3 | «Кто больше» | 1 | Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей. |  |
| 4 | «Кто дальше» | 1 | Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками. |  |
| 5 | «Бой петухов» | 1 | Активно включаться в общение. |  |
| 6 | «Пронзи кольцо» | 1 | Формирование уважительного отношения к иному мнению. |  |
| 7 | Повторение. Любимая игра. | 1 | Организовывать и проводить со сверстниками игры. |  |
|  | **Раздел 3.** **Зимние игры** | 9 ч | Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре другого народа. |  |
| 1 | «По мишеням» | 1 | Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками. |  |
| 2 | «Два Мороза» | 1 | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями. |  |
| 3 | «Дуэль» | 1 | Активно включаться в общение. |  |
| 4 | «Кому на ком?» | 1 | Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей. |  |
| 5 | «Не только метко, но и сильно» | 1 | Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре др.народа. |  |
| 6 | «Сколько вратарей?» | 1 | Активно включаться в общение. |  |
| 7 | «Под обстрелом» | 1 | Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками. |  |
| 8 | Шайба-салка» | 1 |  |  |
| 9 | Повторение. Любимая игра. | 1 | Формировать чувство гордости за свою Родину, формирование ценности многонационального российского общения. |  |
|  | **Раздел 4.** **Играйте с нами, играйте лучше нас** | 9 ч | Владеть навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия. |  |
| 1 | Ловись, рыбка!» | 1 | Активно включаться в общение. |  |
| 2 | «Вороны и воробьи» | 1 | Формирование уважительного отношения к иному мнению. |  |
| 3 | «Мяч – соседу» | 1 | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями. |  |
| 4 | «Мяч в ведро» | 1 | Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей. |  |
| 5 | «Лапта» | 1 | Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками. |  |
| 6 | «Болото» | 1 | Формирование уважительного отношения к иному мнению. |  |
| 7 | «Классики» | 1 | Активно включаться в общение. |  |
| 8 | «Городки» | 1 | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями. |  |
| 9 | Повторение. Любимая игра. | 1 | Проявлять способность организовывать свою деятельность, определять ее цели и задачи, выбирать средства реализации цели и применять их на практике, оценивать достигнутые результаты. |  |

**III.2.****Список литературных источников**

Основная литература:

1. Ковалько В. И. «Здоровье - сберегающие технологии», Москва «Вако», 2008 г.

2. Осокина Т. И. «Детские подвижные игры народов», Москва «Просвещение»,2005 г.

3. Фролов В. Г. «Физкультурные занятия на воздухе с детьми», Москва «Просвещение»,2008 г.

4. Шевченко И. В. «Вместе весело играть», Ростов-на-Дону «Феникс», 2006 г.

5. Барышникова Т. Игры на воздухе, Санкт-Петербург, «Кристалл», 2008г.

Дополнительная литература:

1. Гришин В. Г. Игры с мячом и ракеткой.- М., 2005г.

2. Вавилова Е. Н. Бегай, прыгай, метай.- М., 2006 г.

3. Семенов С. С. Городки.- М., 2005 г.

4. Гришина В. С. Румяные щечки.- М., ФиС, 2008 г.

5.  Патрикеев, А.Ю.  Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с.