

**РАССМОТРЕНО**

на заседании МО №1

от 31.08.2020

Председатель МО



**ПРОВЕРЕНО**

Зам. директора по УВР



Малафеева Е.А.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор ГКОУ для детей-

сирот г.о. Чапаевск



Калабекова Н.А.

Приказ № 250/1 от 31.08.20



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по внеурочной деятельности**

**«Подвижные игры»**

**(спортивно-оздоровительное)**

**1-4 класс**

**для обучающихся с задержкой психического развития**

**ФГОС ОВЗ, вариант 7.2**

**на 2020 – 2021 учебный год**

## Результаты освоения курса внеурочной деятельности:

### 1 класс

#### Личностные результаты:

- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

#### Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

#### Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении двигательной активности для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

### 2 класс

#### Личностные результаты:

- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

#### **Метапредметные результаты:**

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

#### **Предметные результаты:**

- формирование первоначальных представлений о значении двигательной активности для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

### **3 класс**

#### **Личностные результаты**

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

#### **Метапредметные результаты**

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

#### **4 класс**

**Личностными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» 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 программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

**Регулятивные УУД:**

умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;  
планирование общей цели и пути её достижения;  
распределение функций и ролей в совместной деятельности;  
конструктивное разрешение конфликтов;  
осуществление взаимного контроля;  
оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;  
принимать и сохранять учебную задачу;  
планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;  
учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;  
адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;  
различать способ и результат действия;  
вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

**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:**

взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);  
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;  
формулировать собственное мнение и позицию;  
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.

### **Оздоровительные результаты программы 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.

двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;

развитие физических способностей;

освоение правил здорового и безопасного образа жизни;

развитие психических и нравственных качеств;

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

организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;

взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

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

### **Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности**

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» обучающиеся должны **знать**:

основы истории развития подвижных игр в России;

педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств;

возможности формирования индивидуальных черт свойств личности посредством регулярных занятий;

индивидуальные способы контроля по развитию адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышение физической подготовленности;

правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи; влияние здоровья на успешную учебную деятельность;

значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

#### **Должны уметь:**

адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;

отвечать за свои поступки;

отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;

технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;

проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;

разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения;

управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;

соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;

пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием.

Критерии оценивания планируемых результатов программ внеурочной деятельности

По программам внеурочной деятельности применяется безотметочная система оценивания. Для промежуточной аттестации используется зачетная система оценивания зачет/незачет.

Сроки реализации программы

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры», рассчитана на 1-4 классы. Предназначена для обучающихся 1-4-х классов, все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН.

Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение в 1-м классе 1 час в неделю (33 часа в год);

во 2-м классе – 1 час в неделю (34 часа в год).

в 3-м классе – 1 час в неделю (34 часа в год)

в 4-м классе – 1 час в неделю (34 часа в год)

### **Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности**

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В «Подвижные игры» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, национальные игры других народностей, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям. Детям 6-7 лет присуще постоянно находиться в движении, поэтому учебный материал в этих классах простой и легко запоминающийся. Он позволяет детям удовлетворить их потребность в движении. А вот для обучающихся 8-10 лет, помимо движения, нужен еще и занимательный материал. Знакомясь с историей и играми различных народов, они не только развиваются физически, но еще и развивают свой кругозор.

Весь материал разделяется на отдельные разделы:

**«Русские народные игры»** включают в себя знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся, координацию движений, силу и ловкость. Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны.

**«Игры различных народов».** Знакомство с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развитие силы, ловкости и физические способности. Воспитание толерантности при общении в коллективе.

**«Подвижные игры».** Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

**«Эстафеты».** Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитание чувства коллективизма и ответственности.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям.

### Тематическое планирование 1 класса

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	8
2	Подвижные игры	17
3	Эстафеты	8
	итого	33

### Тематическое планирование 2 класса

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	11
2	Подвижные игры	8
3	Эстафеты	8
4	Игры народов России	7
	итого	34

### Тематическое планирование 3 класса

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	11
2	Эстафеты	6
3	Игры народов России	17
	итого	34

Тематическое  
класс

планирование 4

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	19
2	Эстафеты	8

3	Игры народов России	7
	итого	34

### Тематическое планирование

1 класс

№	Дата	Кол-во час	Тема урока
1		1	Вводный урок. Игра с элементами ОРУ "Класс, смирно!"
2		1	Игра с элементами ОРУ "Класс, смирно!"
3		1	Игры с бегом: "Конники - спортсмены",
4		1	Игры с бегом: "Гуси - лебеди"
5		1	Игры с прыжками "Попрыгунчики-воробушки". Разучивание и закрепление
6		1	Игры с прыжками "Попрыгунчики-воробушки". Разучивание и закрепление
7		1	Игры с прыжками:"Прыжки по полоскам"-разучивание
8		1	Игры с прыжками:"Прыжки по полоскам"-закрепление
9, 10		2	Игры с бегом: "Два мороза" – разучивание и закрепление.
11		1	Национальная игра "В раю оленьих троп" разучивание
12		1	Игры с мячом: "Перемени мяч", разучивание
13		1	Игры с мячом: "Перемени мяч", закрепление
14		1	Игры с мячом: "Ловушки с мячом"-разучивание
15		1	Игры с мячом: "Ловушки с мячом"-закрепление
16		1	Игры с мячом: "Кто дальше бросит",
17		1	Игры с мячом: "Метко в цель"
18		1	Игры у гимнастической стенки:"Альпинисты"
16		1	Игры у гимнастической стенки: "Невидимки"-разучивание
19		1	Игры у гимнастической стенки: "Невидимки"-закрепление
20		1	Эстафета с лазаньем и перелезанием.
21, 22		2	Игры на санках "Трамвай",
23, 24		2	Игры на санках"Пройди и не задень"
25		1	Игры у гимнастической стенки - повтор
26, 27		2	Игры с прыжками: "Удочка", разучивание и закрепление

28		1	Игры с прыжками: "Прыгающие воробушки".
29		1	Игры с прыжками: "Быстрый олень":
30		1	Игры с лентами (веревочкой): «Поймай ленту»,
31		1	Удав стягивает кольцо-разучивание
32		1	Удав стягивает кольцо-закрепление
33		1	Игры с бегом: "Два Мороза",
34		1	Игра-соревнование "Веселые старты"

### Тематическое планирование

2 класс

№	Дата	Кол-во час	Тема урока
1		1	Вводный урок. Здоровый образ жизни
2		1	Русская народная игра «Жмурки»
3		1	Русская народная игра «Кот и мышь»
4		1	Русская народная игра «Горелки»
5		1	Русская народная игра «Салки»
6		1	Русская народная игра «Пятнашки»
7		1	Русская народная игра «Охотники и зайцы»
8		1	Русская народная игра «Фанты»
9		1	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»
10		1	Русская народная игра «Волк»
11		1	Русская народная игра «Птицелов»
12		1	Подвижная игра «Совушка»
13		1	Подвижная игра «Мышеловка»
14		1	Подвижная игра «Пустое место»
15		1	Подвижная игра «Карусель»
16		1	Подвижная игра «Кто быстрее?»
17		1	Подвижная игра «Конники-спортсмены»
18		1	Подвижная игра «Лягушата и цыплята»
19		1	Подвижная игра «Карлики и великаны»
20		1	Эстафета «Передача мяча»
21		1	Эстафета «С мячом»
22		1	Эстафета зверей
23		1	Эстафета «Быстрые и ловкие»
24		1	Эстафета «Вызов номеров»
25		1	Эстафета по кругу
26		1	Эстафета с обручем
27		1	Эстафета со скакалкой
28		1	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»
29		1	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»
30		1	Бурятская народная игра «Ищем палочку»
31		1	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»

32		1	Марийская народная игра «Катание мяча»
33		1	Татарская народная игра «Серый волк»
34		1	Чувашская игра «Рыбки»

### Тематическое планирование

3 класс

№	Дата	Кол-во час	Тема урока
1		1	Русская народная игра «Краски»
2		1	Русская народная игра «Гори, гори ясно»
3		1	Русская народная игра «Ляпка»
4		1	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»
5		1	Бурятская народная игра «Ищем палочку»
6		1	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»
7		1	Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой»
8		1	Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!»
9		1	Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!»
10		1	Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!»
11		1	Марийская народная игра «Катание мяча»
12		1	Татарская народная игра «Серый волк»
13		1	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»
14		1	Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый заяц»
15		1	Чечено-ингушская игра «Чиж»
16		1	Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба»
17		1	Мордовские народные игры «Котел», «Круговой»
18		1	Северо-осетинская игра «Борьба за флажки»
19		1	Чувашская игра «Рыбки»
20		1	Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз»
21		1	Эстафета «Вызов номеров»
22		1	Эстафета по кругу
23		1	Эстафета с обручем
24		1	Эстафета с мячом
25		1	Эстафета «Быстрые и ловкие»
26		1	Эстафета «Встречная»
27		1	Русская народная игра «Салки»
28		1	Русская народная игра «Пятнашки»
29		1	Русская народная игра «Охотники и зайцы»
30		1	Русская народная игра «Фанты»
31		1	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»
32		1	Русская народная игра «Волк»
33		1	Русская народная игра «Птицелов»
34		1	Русская народная игра «Горелки»

### Тематическое планирование

## 4 класс

№	Дата	Кол-во час	Тема урока
1		1	Русская народная игра «Жмурки»
2		1	Русская народная игра «Кот и мышь»
3		1	Русская народная игра «Горелки»
4		1	Русская народная игра «Салки»
5		1	Русская народная игра «Пятнашки»
6		1	Русская народная игра «Охотники и зайцы»
7		1	Русская народная игра «Фанты»
8		1	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»
9		1	Русская народная игра «Волк»
10		1	Русская народная игра «Птицелов»
11		1	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»
12		1	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»
13		1	Бурятская народная игра «Ищем палочку»
14		1	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»
15		1	Марийская народная игра «Катание мяча»
16		1	Татарская народная игра «Серый волк»
17		1	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»
18		1	Чувашская игра «Рыбки»
19		1	Эстафета «Передача мяча»
20		1	Эстафета со скакалкой
21		1	Эстафета «С мячом»
22		1	Эстафета зверей
23		1	Эстафета «Быстрые и ловкие»
24		1	Эстафета «Вызов номеров»
25		1	Эстафета по кругу
26		1	Эстафета с обручем
27		1	Русская народная игра «Салки»
28		1	Русская народная игра «Пятнашки»
29		1	Русская народная игра «Охотники и зайцы»
30		1	Русская народная игра «Краски»
31		1	Русская народная игра «Гори, гори ясно»
32		1	Русская народная игра «Третий лишний»
33		1	Русская народная игра «Пятнашки»
34		1	Русская народная игра «Охотники и зайцы»



