

**Государственное казённое общеобразовательное учреждение  
«Специальная коррекционная школа-интернат для детей-сирот и детей, оставшихся  
без попечения родителей» с.Зиянчурино Кувандыкского округа  
Оренбургской области**

Рассмотрено и принято  
на заседании ШМО  
Протокол № 1  
Руководитель МО  

---

Г. Р. Хисаметдинова  
от 30.08.2023г

«Согласовано»  
Заместитель директора  
По УВР  

---

Г.А. Токарева  
30.08.2023г.

«Утверждаю»  
Директор ГКОУ СКШИ для детей-  
сирот и детей, оставшихся без  
попечения родителей с.  
Зиянчурино Кувандыкского округа  
Оренбургской области  

---

М.Ф.Валяльщикова  
Приказ № 147 от 01.09.2023г.

**Адаптированная рабочая  
программа для обучающихся с умственной  
отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1)  
по внеурочной деятельности «Развитие общефизических  
способностей «Подвижные игры»  
для обучающихся 2 класса**

Программу составила: **Альфия Ахмадеевна Куватова,**  
**учитель первой квалификационной категории**

с. Зиянчурино 2023г.

## Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант I) и на основе примерной адаптированной основной образовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Подвижные 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.

**Цель программы:** удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

**Основными задачами** данного курса являются:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств
- развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- развитие сообразительности, творческого воображения;
- развитие коммуникативных умений;
- воспитание внимания, культуры поведения;

**Формы организации внеурочной деятельности:**

- форма организации работы по программе коллективная, групповая и индивидуальная.

**Принципы программы:**

- включение учащихся в активную деятельность;
- доступность и наглядность;
- связь теории с практикой;
- учет возрастных и индивидуальных особенностей.

### Общая характеристика

В соответствии с модулем «Школьный урок» рабочей программы воспитания ГКОУ СКШИ для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей с.Зиянчурино Кувандыкского городского округа Оренбургской области предмет (математика) реализует воспитательный потенциал урока через:

•*установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;*

•*побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;*

•применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; дискуссий, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми.

<b>Реализация воспитательного потенциала урока</b>	<b>Методы и приемы, виды и формы деятельности</b>
Установление доверительных отношений между учителем и его учениками	Поощрение, поддержка, похвала, просьба, поручение
Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения	Часы общения школьников со старшими и сверстниками, соблюдение учебной дисциплины, обсуждение норм и правил поведения
Применение на уроке интерактивных форм работы учащихся	Интеллектуальные игры, круглые столы, дискуссии, групповая работа, работа в парах
Организация шефства мотивированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками	Организация социально-значимого сотрудничества и взаимной помощи

Программа направлена на повышение двигательных умений и навыков на начальном этапе физического развития младшего школьника, разработана с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей. Подвижные игры 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 всем дошкольникам 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.

«Подвижные игры» - внеурочная деятельность для учащихся 2 класса, дополняющая 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.

#### **Место программы в учебном плане:**

Программа разработана для учащихся 2-го класса, реализуется во внеурочное время. Занятия проводятся во второй половине дня. Время занятия — 30 минут, 1 час в неделю, всего 35 часа с учетом праздничных дней.

#### **Планируемые результаты усвоения программы**

##### **Личностные результаты:**

- снижение заболеваемости;
- формировать физические качества;
- воспитывать культуру общения;
- воспитывать любовь и уважение к окружающим;
- сблизить и сплотить детский коллектив;

- развивать самооценку у младших школьников;

**Предметные результаты:**

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять объективное судейство;
- соблюдать требования техники безопасности;
- применять жизненно важные двигательные умения и навыки различными способами, в различных условиях.

**Предполагаемый результат деятельности:**

- повышение уровня физической подготовленности младших школьников;
- повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения;
- способствовать развитию коллективизма в детском коллективе.

**Содержание программы**

<b>№ п/п</b>	<b>Название, тема раздела.</b>	<b>Всего часов</b>
<b>1</b>	<b>Бессюжетные игры</b>	<b>9</b>
	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: бега, ловля.	
<b>2</b>	<b>Игры-забавы</b>	<b>7</b>
	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)	
<b>3</b>	<b>Народные игры</b>	<b>8</b>
	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.	
<b>4</b>	<b>Любимые игры детей</b>	<b>11</b>
	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, вэтом испытать радость.

Требования к занимающимся:

**Занимающиеся должны знать:**

- правила игр;
- о способах и особенностях движений и передвижений;
- о работе мышц, систем дыхания, кровообращения при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроль за деятельностью этих систем.

**Занимающиеся должны уметь:**

- выполнять основные движения, перемещения, упражнения по разделам программного материала;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками;
- проявлять положительные качества личности;
- проявлять дисциплинированность и сдержанность.

### Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела	Количество часов	Примечания
1	Бессюжетные игры	9	
2	Игры-забавы	7	
3	Народные игры	8	
4	Любимые игры детей	11	
	Итого:	35	

### Календарно — тематическое планирование

№п/п	Название раздела, темы	Виды деятельности учащихся	Кол-во часов	Дата
	<b>Бессюжетные игры (9ч)</b>			
1.	«Найди себе пару»	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	1	02.09
2.	«Ловишки -перебежки»	Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей.	1	09.09
3.	«Стань первым»	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	1	16.09
4.	«Скучно, скучно так сидеть»	Активно включаться в общение.	1	23.09
5.	«На одной ноге»	Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей.	1	30.09
6.	«Морские волны»	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	1	07.10

7.	«Самые ловкие»	Активно включаться в общение.	1	14.10
8.	«Попади в след»	Формирование уважительного отношения к иному мнению.	1	21.10
9.	Повторение игр	Активно включаться в общение. Умение доказывать свою точку зрения	1	11.11
	<b>Игры-забавы (7 ч)</b>			
10.	«Краски»	Формирование уважительного отношения к иному мнению.	1	18.11
11.	«Донеси рыбку»	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	1	25.11
12.	«Черепаша - путешественница»	Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей.	1	02.12
13.	«Рыбалка»	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	1	09.12
14.	«Веселые забавы»	Активно включаться в общение.	1	16.12
15.	«Дриблинг»	Формирование уважительного отношения к иному мнению.	1	23.12
16.	Повторение игр	Организовывать и проводить со сверстниками игры.	1	30.12
	<b>Народные игры (8ч.)</b>			
17.	Русская народная игра «Краски»	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	1	13.01
18.	Русская народная игра «Гуси»	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	1	20.01
19.	Таджикская народная игра «Горный козел»	Активно включаться в общение.	1	27.01
20.	Украинская народная игра «Цвет»	Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей.	1	03.02
21.	Бурятская народная игра «Иголка, нитка»	Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре др. народа.	1	10.02
22.	Комякская народная игра «Стой, олень»	Активно включаться в общение.	1	17.02
23.	Бурятская народная игра «Волк и ягнята»	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	1	24.02
24.	Повторение игр	Формировать чувство гордости за свою Родину, формирование ценности многонационального российского общения	1	02.03

	<b>Любимые игры детей (11ч)</b>			
25.	«Увернись от мяча»	Активно включаться в общение.	1	09.03
26.	«Сильный бросок»	Формирование уважительного отношения к иному мнению.	1	26.03
27.	«Космонавты»	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	1	23.03
28.	«Второй лишний»	Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей.	1	06.04
29.	«Два мороза»	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	1	13.04
30.	«Большой мяч»	Формирование уважительного отношения к иному мнению.	1	20.04
31.	«Шлепанки»	Активно включаться в общение.	1	27.04
32.	«Прятки»	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	1	04.05
33.	Повторение	Закрепить ранее полученные знания через выполнение упражнений, заданий.	1	11.05
34.	<b>Промежуточная аттестация. Коллективная игра «Быстрее. Сильнее. Выше».</b>	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	1	18.05
35	Повторение	Закрепить ранее полученные знания через выполнение упражнений, заданий.	1	25.05

### **Система оценки достижения возможных результатов**

Оценка достижений возможных предметных результатов по практической составляющей (что умеет) производится путем фиксации фактической способности к выполнению учебного действия, обозначенного в качестве возможного предметного результата по следующей шкале:

0-невыполняет, помощь не принимает

1-выполняет совместно с педагогом при значительной тактильной помощи.

2-выполняет совместно с педагогом с незначительной тактильной помощью или после частичного выполнения педагогом.

3-выполняет самостоятельно по подражанию, показу, образцу.

4-выполняет самостоятельно по словесной неоперациональной инструкции.

5-выполняет самостоятельно по вербальному заданию.

Оценка достижений предметных результатов по знаниевой составляющей (что знает) производится путем фиксации фактической способности к воспроизведению (в т.ч. и невербальному) знания, обозначенного в качестве возможного предметного результата по следующей шкале:

0-не воспроизводит при максимальном объеме помощи.

1-воспроизводит по наглядным опорам со значительными ошибками и пробелами.

2-воспроизводит по наглядным опорам с незначительными ошибками.

3-воспроизводит по подсказке с незначительными ошибками.

4-воспроизводит по наглядным опорам или подсказкам без ошибок.

5-воспроизводит самостоятельно без ошибок по вопросу.

На основании сравнения показателей за полугодие текущей предыдущей оценки учитель делает вывод о динамике усвоения АООП каждым обучающимся по каждому показателю по следующей шкале:

0-отсутствие динамики или регресс.

1-динамика в освоении минимум одного действия, операции.

2-минимальная динамика

3-средняя динамика.

4- выраженная динамика.

5-полное освоение действия в освоении минимум одной операции, действия.

### **Материально-техническое обеспечение**

Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения
Музыкальный центр
Козел гимнастический
Перекладина гимнастическая (пристеночная)
Стенка гимнастическая
Скамейка гимнастическая (жесткая)
Комплект навесного оборудования (мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты)
Мячи (набивной 1 кг., мяч малый резиновый, мячи баскетбольные, мячи волейбольные, футбольные)
Скакалка детская
Мат гимнастический
Гимнастический мостик
Кегли

Обручпластиковыйдетский
Планка для прыжков в высоту
Стойкидляпрыжковвысоту
Флажкистартовые, разметочные
Рулеткаиизмерительная

### **Литература:**

Ковалько В. И. «Здоровьесберегающие технологии», Москва «Вако», 2008 г.

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

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

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

### **Контрольно - измерительный материал**

Занимающиеся должны знать:

- правила игр;
- о способах и особенностях движений и передвижений;
- о работе мышц, систем дыхания, кровообращения при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем.

Занимающиеся должны уметь:

- выполнять основные движения, перемещения, упражнения по разделам программного материала;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками;
- проявлять положительные качества личности;
- проявлять дисциплинированность и сдержанность.