

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КЛЮЧИКОВСКА СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Подвижные игры»

Направленность: физкультурно – спортивная

Уровень программы: ознакомительный

Возраст учащихся: 8 до 16 лет

Срок реализации: 2021-2022 учебный год

Разработчик: Алексеев
А.П. Педагог
дополнительного
образования

Ключики, 2021

1. Пояснительная записка

Адаптивная дополнительная общеобразовательная программа «Подвижные игры» имеет физкультурно-спортивную направленность. Подвижные игры являются средством решения задач по развитию двигательных способностей, обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Программа «Подвижные игры» способствует обогащению двигательного опыта детей. Подвижные игры – это еженедельные занятия физической культурой на открытом воздухе и в спортивном зале. У детей с ОВЗ слабо развита моторика, координация движений, низкие показатели физического развития, поэтому данная программа для них очень актуальна.

Цель:

Создание условий для физического развития детей с ОВЗ, формирование личности ребенка, воспитание морально-волевых качеств.

Задачи:

1. формирование двигательных умений и навыков;
2. укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки; коррекция нарушений физического развития;
3. раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;
4. формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений, формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
5. воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями воспитание нравственных, морально-волевых качеств (настойчивости, смелости), навыков культурного поведения.

1.3. Категории и возраст детей.

Рабочая программа предназначена для учащихся 1-9 классов.

1.4. Этапы реализации.

1. Подготовительно-организационный.
2. Основной
3. Заключительный

Срок реализации программы 1 год.

1.5. Количество обучающихся.

Ожидаемое число детей - 7 человек.

1.6. Формы работы.

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

Программа рассчитана на 68 часов в год с проведением занятий 2 раза в неделю, продолжительность занятия 40 минут.

3. Учебно- тематический план

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (Контроля)
		Всего	Теория	Практика	
I	Русские народные игры	11	4	7	
1	Кот и мышь	3	1	2	
2	Жмурки	3	1	2	
3	Охотники и зайцы	2	1	1	
4	Салки	3	1	2	
II	Подвижные игры	26	8	18	
1	«Совушка»	3	1	2	
2	«Мышеловка»	3	1	2	
3	«Лягушата и цыплята»	3	1	2	
4	«Карлики и великаны»	3	1	2	
5	«Кот идет»	3	1	2	
6	«Чай, чай, выручай»	4	1	3	
7	«Успей перебежать»	3	1	2	
8	«Пчелы и медведи»	4	1	3	
III	Игры народов России	17	5	12	
1	Татарская народная игра «Серый волк»	4	1	3	
2	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	4	1	3	
3	Бурятская народная игра «Ищем»	3	1	2	

	палочку»				
4	Марийская народная игра «Катание мяча»	3	1	2	
5	Чувашская игра «Рыбки»	3	1	2	
VI	Эстафеты	14	4	10	
1	«Собери урожай»	3	1	2	
2	«Быстрые и ловкие»	3	1	2	
3	«Банные состязания»	4	1	3	
4	«Эх, прокачусь»	4	1	3	
Итого:		68	19	49	

4.Содержание учебно - тематического плана

Простые и усложненные игры-догонялки, в которых одним приходится убежать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок и кончая сложными салками, разные условия и разные правила.

Игры-поиски. Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игры способствует отдыху участников после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают утомленные центры.

Игры с быстрым нахождением своего места. В этот раздел входят игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое). Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве.

1. «Русские народные игры»

Теория: Знакомство с историей русской игры и её правилами.

Практика: Развитие физических способностей, координации движений, силу и ловкость.

2. «Подвижные игры»

Теория: Знакомство с историей игры и ее правилами.

Практика: Совершенствуем координацию движений. Развиваем быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе.

3. «Игры народов России»

Теория: Знакомство с разнообразием игр различных народов, проживающих в России и их правилами.

Практика: Развитие силы, ловкости и физических способностей.

4. «Эстафеты»

Теория: Знакомство с правилами эстафет.

Практика: Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения.

5. Прогнозируемые результаты.

В результате освоения программного материала дети должны:

Знать:

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- о режиме дня и личной гигиене;
- о способах изменения направления и скорости движения;
- о народной игре как средстве подвижной игры;
- об играх разных народов;
- о соблюдении правил игры.

Уметь: выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки; выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток; играть в подвижные игры; выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами; выполнять строевые упражнения; соблюдать правила игры.

Результаты реализации программы «Подвижные игры» - это, в первую очередь, воспитательные результаты.

6. Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

Программа спортивных занятий физическим воспитанием и не требует выставления оценок

7. Методическое обеспечение

Формы занятий: Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него в форме занятия, беседы, занятия - путешествия, занятия – соревнования. На занятиях используются следующие приемы и методы обучения: рассказ, объяснение, чтение текста, знакомство с новыми подвижными.

8. Материально-технические условия реализации программы

Оборудование	Количество
Мячи	8
Конусы	4
Обручи	8
Скакалки	8
Гимнастическая стенка	2
Гимнастические палки	8
Секундомер	1
Свисток	1

9. Список используемой литературы

1. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), 2015 год.

2. Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие / О.А. Степанова. - М.: Баласс, 2012. - С. 128. Образовательная система «Школа», серия «Методическая библиотека учителя начальной школы».

3. Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 1-4 классы: проект. - 3 - е изд. - М.: Просвещение, 2011.- 61с. - Стандарты второго поколения.

4. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе Дни здоровья, спортивные праздники, конкурсы /авт.-сост. О.В. Белоножкина и др. Учитель 2017-173с.

5. Справочник учителя физической культуры /Авт.- сост. П.А. Киселев, С.Б. Киселева - Волгоград: Учитель, 2011.- 251 с.

6. Физическая культура. 1 - 4 классы. Методические рекомендации для учителя. Егоров Б.Б., Пересади́на Ю.Е. , Цандыков В.Э. - М.: Баласс, 2012.-128с.

7. Физическая культура. Входные и итоговые проверочные работы: 1-4 классы / Авт.- сост. В.Н. Верхлин, К.А. Воронцов.- М.:ВАКО, 2011.- 48с.- Контрольно измерительные материалы

8. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 1/авт. Егоров Б.Б., Пересади́н Ю.Е - М.: Баласс, 2012.-80с.

9. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 2 /авт. Егоров Б.Б., Пересади́н Ю.Е - М.: Баласс, 2011.-80с.

10. Физическая культура: учебное пособие /В.Л. Мустаев; под научной редакцией Н.А. Заруба, консультант по методике Л.А. Коровина. - Кемерово: изд-во КРИПКиПРО, 2018.- 140с.