

**Государственное общеобразовательное учреждение Республики Коми
«Специальная (коррекционная) школа № 40» г. Сыктывкара**

Рассмотрено:
Методическим
объединением
Протокол № 1
от «29» августа 2024 г.

Рекомендовано:
Педагогическим советом

Протокол № 1
от «30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ.
Директор ГОУ РК «С(К)Ш
№ 40» г. Сыктывкара

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
СПОРТИВНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО НАПРАВЛЕНИЯ
«ВЕСЁЛЫЙ ЧАС»**

Срок реализации программы	1 год
Составитель	Бурчак А.Н., учитель начальных классов.

г. Сыктывкар

2024 г.

1. Пояснительная записка

Актуальность данной темы.

Программа « Весёлый час » направлена на разучивание подвижных игр. Актуальность данной программы в том, что подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания. Программа актуальна в рамках реализации ФГОС. Элементы данной программы присутствуют в таких предметах, как «Окружающий природный мир», «Математика», «Речевая практика», «Русский язык».

Нормативно-правовая база

Программа разработана на основе нормативных документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Ст.12, 28; ст.12, ч.9; ст. 75, ч. 1 (с последними изменениями от 03.07.2016 №306-ФЗ; от 03.07.2016 №313-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»);
2. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 №189 (с изменениями №81 от 24.11.2015) «Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;
3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10.07.2015 №26 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
4. Письмо Минобрнауки РФ от 12.05.2011 №03 – 296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
5. Письмо Министерства образования и науки РФ от 14 декабря 2015 г. №09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»;
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 №189 (с изменениями №81 от 24.11.2015) «Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10.07.2015 №26 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
8. Письмо Минобрнауки РФ от 12.05.2011 №03 – 296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
9. Письмо Министерства образования и науки РФ от 14 декабря 2015 г. №09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»;
10. Положение о рабочей программе внеурочной деятельности ГОУ РК СКШ №40 г. Сыктывкара.

11. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» от 19.12.2014 №1598.

Направленность программы.

Программа реализуется во внеурочной деятельности, направление развития личности – спортивно-оздоровительное.

Отличительные особенности программы.

Программа учитывает возрастные и психические особенности детей, возможность оказания помощи со стороны взрослых (родителя, учителя).

Адресат программы.

Программа предназначена для обучающихся первого дополнительного класса с легкой, умеренной умственной отсталостью (в соответствии с ФГОС вариант 1).

Цель программы

- сформировать мотивацию сохранения и приумножения здоровья средством подвижной игры.

Задачи программы

- укрепление здоровья, улучшение осанки, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирование в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей
- соблюдение правил техники безопасности во время занятий.

Принципы, на которые ориентирована программа

- Принцип гуманистической направленности
- Принцип доступности
- Принцип системности
- Принцип добровольности

Формы организации внеурочной деятельности

Формы организации внеурочной деятельности разнообразны и их выбор определяется классным руководителем: эстафеты, соревнования, игры

Виды деятельности.

Игровая.

Методы обучения

В начальных классах чувство дискомфорта, неуверенности возникает у ребят с ОВЗ, которые в силу своих особенностей восприятия информации - памяти, внимания, а также мышления отстают от других, выполняют задания медленнее. Зная то, что познавательный интерес развивается с помощью определенных методов, приемов и средств, применяют методы познавательной активности учащихся:

- метод познавательной игры;
- метод стимулирования;
- метод поощрения;
- метод организации учебно-познавательной деятельности;
- метод контроля.

Режим занятий.

Программа рассчитана на 1 год обучения.

2. Содержание программы

Весь материал разделяется на отдельные разделы:

«Русские народные игры» включают в себя знакомство с играми народа коми, 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.

«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.

Календарно - тематическое планирование

№	№	Тема урока	Кол. часов
		1 четверть	8
1	1	Техника безопасности. Знакомство с правилами эстафет.	1
2	2	Русская народная игра «У медведя во бору».	1
3	3	Подвижная игра «Ловишки».	1
4	4	Игры народов России «Змейка»	1
5	5	Русская народная игра «Золотые ворота»	1
6	6	Подвижная игра «Кот и мыши».	1
7	7	Игры народов России «Капканы».	1
8	8	Эстафета со скакалкой.	1
9	9	Русская народная игра «Казачьи разбойники».	1
		2 четверть.	7
10	1	Подвижная игра «Через ручеёк».	1
11	2	Игры народов коми «Колышки».	1
12	3	Русская народная игра «Салки	1
13	4	Подвижная игра «Найди себе пару».	1
14	5	Игры народов России «Липкие пеньки».	1
15	6	Подвижная игра «Горелки».	1
16	7	Эстафета с мячом	1
		3 четверть	9
17	1	Техника безопасности во время проведения подвижных игр.	1
18	2	Русская народная игра «Горелки».	1
19	3	Подвижная игра «Коршун».	1
20	4	Игры народов России «Метко в цель».	1
21	5	Русская народная игра «Заплетись плетень».	1
22	6	Подвижная игра «Охотники и олени».	1
23	7	Игры народов коми «Подними платок».	1
24	8	Эстафета «Быстрые и ловкие».	1
25	9	Русская народная игра «Третий лишний».	1
		4 четверть	8
26	1	Коми народная игра «Ищем палочку»	1

27	2	Эстафета по кругу.	1
28	3	Подвижная игра «Пустое место»	1
29	4	Русская народная игра «Медный пень».	1
30	5	Подвижная игра «Рыбы и сети».	1
31	6	Русская народная игра «Жмурки».	1
32	7	Подвижная игра «День и ночь».	1
33	8	Подвижная игра «Птица без гнезда».	

3. Результаты освоения курса.

Личностные результаты

- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками;
- ценить и принимать следующие базовые ценности: «добро», «терпение», «родина», «природа», «семья», «мир», «настоящий друг», «справедливость», «желание понимать друг друга», «понимать позицию другого».

Предметные результаты

Минимальный уровень:

- Участвовать в диалоге; слушать и понимать других, выполнять простые инструкции

Достаточный уровень:

- применять полученные знания о подвижных играх для организации собственного досуга;
- применять собственные организаторские способности для организации подвижных игр со сверстниками, с братом или сестрой.

4. Учебный план

Направление	Название	Количество часов в неделю	Всего
Спортивно- оздоровительное	Весёлый час	1ч	33 часа

5. Условия реализации программы.

Занятия проводятся в спортивном зале, на прогулке, в фойэ.

6. Формы контроля

Соревнования , портфолио, праздники.

7. Методические материалы

Мячи, скакалки, кегли, обручи, маты.

8. Список литературы для учителя.

- Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 1998г.
 Кереман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение, 1989г.
 «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2005 г.
 «Поурочные разработки по физкультуре. 1- 4 классы. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВЯКО, 2005 г
 Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008 г

Литература для учеников не предусмотрена

