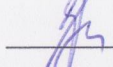


Государственное казенное общеобразовательное учреждение Иркутской области
«Специальная (коррекционная) школа №6 г. Иркутска».

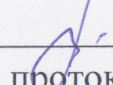
Рассмотрено:

на МО воспитателей


 Н.В.Захарова
протокол № 1 от 25.08.2023г.


Согласовано на МС:

зам. директора по ВР

 М.А.Гладкова
протокол № 1 от 28.08.2023г.

Утверждаю:

 А.Т.Олохтонова
приказ № 128 от 01.09.2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности «Спортландия» девятый год обучения
для обучающихся с умеренной умственной отсталостью

Олохтонов
а
Александра
Тимофеевна
а

Подписан: Олохтонова Александра
Тимофеевна
DN: C=RU, S=Иркутская область,
L=Иркутск, Т=Директор, О="Государственное
Общеобразовательное
Казенное учреждение
Иркутской области"
Специальная
(коррекционная) школа № 6 г.
Иркутска", СНИЛС=04863314162,
ИНН=381002908367,
E=school6cor@bk.ru, G=Александра
Тимофеевна, SN=Олохтонова,
CN=Олохтонова Александра
Тимофеевна

Составила: учитель Н.А.Пьянникова

г. Иркутск

2023г.

1. Пояснительная записка.

Программа кружка «Спортландия» для обучающихся девятого года обучающихся. Общеизвестно, что здоровье нации является одним из главнейших показателей ее благополучия. От здоровья подрастающего поколения зависит будущее России.

Цель – здоровьесбережение, здоровьеподдержание и здоровьесформирование учащихся.

Задачи:

Здоровьесберегающие:

- укрепления здоровья и закаливания занимающихся;
- удовлетворение суточной потребности в физической нагрузке;
- ведение закаливающих процедур;
- укрепление и развитие дыхательного аппарата и организма детей;
- снятие физической и умственной усталости.

Образовательные:

- приобретение инструкторских навыков и умение самостоятельно заниматься физической культурой,
- введение индекса физического состояния ребенка.

Развивающие:

- достижения всестороннего развития;
- развитие координации движений;
- развитие памяти, мышления.

Воспитательные:

- формирование моральных и волевых качеств гражданина;
- воспитание дисциплинированности, смелости и решительности учащихся.

2. Общая характеристика курса внеурочной деятельности

Курс внеурочной деятельности введен в часть учебного плана, формируемого ОО в рамках спортивно-оздоровительного направления. Актуальность данной программы - в обеспечении двигательной активности детей, улучшение самочувствия, состояние здоровья, коррекции телосложения, достижение физического и психологического

комфорта, в привлечении к здоровому образу жизни учащихся старшего подросткового возраста. Программа внеурочной деятельности «Спортландия» предназначена для физкультурно – спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

3. Описание места курса в учебном плане

В учебном плане курс внеурочной деятельности представлен с расчетом 1 час в неделю, 34 часа в год.

4. Личностные и предметные результаты освоения курса

Личностные результаты:

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- 5) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 6) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 7) принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- 8) развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 9) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 10) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 11) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 12) формирование готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и

произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.
- умение систематически наблюдать за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

5. Содержание внеурочного курса

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 учащиеся 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, интеллектуальные игры, 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.

Весь материал разделяется на отдельные разделы: «Русские народные игры», «Подвижные игры», «Эстафеты».

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

«Русские народные игры» - провести знакомство с играми своего народа, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны.

«Подвижные игры» - совершенствовать координацию движений. Развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

«Эстафеты» познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности

6. Тематическое планирование

| № | Разделы | Кол-во часов | Основные виды учебной деятельности учащихся |
|----|-----------------------|--------------|---|
| 1. | Русские народные игры | 12 | Формируют быстроту реакции, внимание, находчивость; учатся выполнять правила игры, разучивают считалку. Учатся двигаться в соответствии с текстом, быстро менять направления движения. Произвольно двигаются по площадке, развивают ловкость, быстроту реакции. |
| 2. | Подвижные игры | 12 | Формируют быстроту реакции, внимание, находчивость; учатся выполнять правила игры, разучивают считалку. Распределяют очередность прыжков, прыгают на одной, затем на двух ногах. Распределяют роли, соревнуются в беге. |
| 3. | Эстафеты | 10 | Играют в группах, развивают внимательность, скорость движения. |
| | | 34 | |

1. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

1. В.К. Шурухина. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня школы. М. Просвещение. 1980г.
2. Е.М. Геллер. Игры на переменах для школьников 1-3 кл. М. Физкультура и спорт. 2002г.
3. Е.М. Минский. Игры и развлечения в группе продлённого дня. М. Просвещение. 2000г.
4. В.Г. Яковлев, В.П. Ратников. Подвижные игры. М. Просвещение, 1977г.

5. А. Я. Гомельский Библия баскетбола 1000 баскетбольных упражнений, Москва, «Просвещение», 1994. - 215
6. Организация работы спортивных секций в школе: программы, рекомендации / авт.-сост. А. Н. Каинов. – Волгоград : Учитель, 2011. – 167 с.
7. В. И. Лях комплексная программа физического воспитания для 1-11 классов / В. И. Лях, А. А. Зданевич. – М. : Просвещение, 2005.