

«Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Запасноимбежская средняя общеобразовательная школа имени С.В.  
Потапова»

«Рассмотрено»  
Руководитель МО  
учителей  
Протокол № \_\_\_ от  
« 30 » 08 2024 г.  
Рук ШМО  
Матейкович Г.Ю.  
*МГ*

«Согласовано»  
Заместитель директора  
школы по УВР МКОУ  
Запасноимбежская СОШ  
С.В. Орлова  
« 30 » 08 2024 г.  
Директор  
МКОУ  
Запасноимбежская СОШ  
И.И. Никитина  
« 30 » 08 2024 г.  
Приказ № 01/04/39 от  
« 30 » 08 2024 г.



Рабочая программа внеурочной деятельности «Мир движений»  
Спортивное направление

Составитель программы: Несытых Гуля Абдуалиевна

п.Запасной Имбеж, 2024 г

## Пояснительная записка

Рабочая программа кружковой деятельности «Мир движений» для обучающихся с умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), спортивно-оздоровительной направленности, составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:

Федерального закона № 273 «об образовании РФ»;

Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития МКОУ «Запасноимбежская СОШ»;

РПВ МКОУ «Запасноимбежская СОШ» от 31.08.2023, утверждена приказом №01.04-60;

Коллегиального заключения и рекомендаций ПМПК отдела образования администрации Партизанского района.

**Цель.** Формирование и развитие творческих способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, создание необходимых условий для позитивной социализации и профессионального самоопределения, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, а также организация их свободного времени.

### Задачи.

- Коррекция всех компонентов психофизического, интеллектуального, личностного развития обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей;
- развитие активности, самостоятельности и независимости в повседневной жизни;
- развитие возможных избирательных способностей и интересов ребенка в разных видах деятельности;
- формирование основ нравственного самосознания личности, умения правильно оценивать окружающее и самих себя;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие трудолюбия, способности к преодолению трудностей, целеустремленности и настойчивости в достижении результата; ➤ расширение представлений ребенка о мире и о себе, его социального опыта;
- формирование положительного отношения к базовым общественным ценностям;
- формирование умений, навыков социального общения людей;
- расширение круга общения, выход обучающегося за пределы семьи и школы;
- развитие навыков осуществления сотрудничества с педагогами, сверстниками, родителями, старшими детьми в решении общих проблем;
- укрепление доверия к другим людям;
- развитие доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, понимания других людей и сопереживания им.
- — воспитание интереса к физической культуре и спорту;
- — овладение основами доступных видов спорта (легкой атлетикой, гимнастикой, лыжной подготовкой и др.) в соответствии с возрастными и психофизическими особенностями обучающихся;

- — коррекция недостатков познавательной сферы и психомоторного развития; развитие и совершенствование волевой сферы; формирование социально приемлемых форм поведения, предупреждение проявлений деструктивного поведения (крик, агрессия, самоагрессия, стереотипии и др.) в процессе уроков и во внеучебной деятельности;
- — воспитание нравственных качеств и свойств личности; содействие военно-патриотической подготовке.

Программа занятий рассчитана на 1 год. В неделю проводится два занятия по 1 часу. 68 часа за год. Занятия в группе предусмотрены для девочек и мальчиков.

Программа реализуется в единстве учебной и воспитательной деятельности общеобразовательной организации по основным направлениям воспитания в соответствии с ФГОС:

**-гражданское воспитание** — формирование российской гражданской идентичности, принадлежности к общности граждан Российской Федерации, к народу России как источнику власти в Российском государстве и субъекту тысячелетней российской государственности, уважения к правам, свободам и обязанностям гражданина России, правовой и политической культуры;

**-патриотическое воспитание** — воспитание любви к родному краю, Родине, своему народу, уважения к другим народам России; историческое просвещение, формирование российского национального исторического сознания, российской культурной идентичности;

**-духовно-нравственное воспитание** — воспитание на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, сопереживания, справедливости, коллективизма, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков, их вере и культурным традициям;

**-эстетическое воспитание** — формирование эстетической культуры на основе российских традиционных духовных ценностей, приобщение к лучшим образцам отечественного и мирового искусства;

**-трудовое воспитание** — воспитание уважения к труду, трудящимся, результатам труда (своего и других людей), ориентация на трудовую деятельность, получение профессии, личностное самовыражение в продуктивном, нравственно достойном труде в российском обществе, достижение выдающихся результатов в профессиональной деятельности;

**-экологическое воспитание** — формирование экологической культуры, ответственного, бережного отношения к природе, окружающей среде на основе российских традиционных духовных ценностей, навыков охраны, защиты, восстановления природы, окружающей среды;

**-ценности научного познания** — воспитание стремления к познанию себя и других людей, природы и общества, к получению знаний, качественного образования с учётом личностных интересов и общественных потребностей.



Содержательные линии	Минимальный уровень	Формы организации	Виды деятельности	Методы отслеживания успешности овладения содержанием программ
<p>1. физическая подготовка:</p> <p>2. Гимнастика:</p> <p>3. Легкая атлетика</p> <p>4. Подвижные игры:</p>	<p><i>Знать:</i> Личная гигиена. Значение физических упражнений в жизни человека. Роль физкультуры в подготовке к труду. Значение физической культуры в жизни человека. Выполнение действий по подражанию.</p> <p><i>Знать:</i> элементарные сведения о передвижениях по ориентирам. Правила поведения на занятиях по гимнастике.</p> <p>Значение утренней гимнастики.</p> <p><i>Уметь:</i> Построения и перестроения. Упражнения без предметов (корректирующие и общеразвивающие упражнения): упражнения на дыхание; для развития мышц кистей рук и пальцев; мышц шеи; расслабления мышц; укрепления голеностопных суставов и стоп; укрепления мышц туловища, рук и ног; для формирования и укрепления правильной осанки. Уметь выполнять с помощью учителя:</p> <p>-Ходьба по залу, по заданным ориентирам.</p> <p>-слышать команды,</p> <p>-эстафеты с помощью учителя. <i>Знать:</i> Элементарные сведения о правилах игр и поведении во время игр. Правила игр. Владеть элементарными</p>	<p>- Групповая (при выполнении коллективных работ каждая группа выполняет определенное задание);</p> <p>- Коллективная (в процессе подготовки и выполнения коллективной композиции кружковцы работают все вместе, не разделяя обязанностей). Соревнования, праздники, общественно полезные практики, смотры-конкурсы, викторины, беседы, фестивали, игры, туристические походы. Преобладают практические формы работы</p>	<p>Спортивнооздоровительная. Выполнение общеразвивающих и корректирующих упражнений без предметов: упражнения на осанку, на контроль осанки в движении, положений тела и его частей стоя, сидя, лёжа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета; Участие в подвижных играх со сверстниками, осуществление их объективного судейства; взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.</p>	<p>- Педагогическое наблюдение. - Педагогический анализ результатов анкетирования, тестирования, опросов, выполнения учащимися творческих заданий, участие в мероприятиях (концертах, викторинах, соревнованиях, спектаклях), защиты проектов, решения задач поискового характера, активности обучающихся на занятиях - Мониторинг для отслеживания результативности (дневники достижений воспитанников, карты оценки результатов освоения программы, дневники педагогических наблюдений, портфолио учащихся.</p>

	умениями ловля мяча, передача, броски, удары по мячу			
--	--	--	--	--

**Календарно-тематическое планирование  
8 Б класс**

<i>№ П/П</i>	<i>Содержательные линии</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Дата по плану</i>	<i>Дата по факту</i>
1-2	Ходьба и строевые упражнения. Подвижные игры с мячами.	2		
3-4	Разновидности бега: бег за учителем, бег наперегонки. Тренажер-велосипед.	2		
5-6	Ходьба между предметами. Игра «Найди свое место»	2		
7-8	Упражнения на формирование правильной осанки. Лазанья по гимнастической лестнице.	2		
9-10	Упражнения на гимнастической скамейке. Игра: «Запомни порядок»	2		
11-12	Гимнастика с танцевальными элементами. Подскоки на мячах.	2		
13-14	Прыжки на 1-2 ногах. Игра: «По островкам».	2		
15-16	Прыжки через препятствия. Висы на канате.	2		
17-18	Упражнения с большими мячами. Катание мячей в парах.	2		
19-20	Упражнения с теннисными мячами. Метание мячей в корзину.	2		
21-22	Упражнения на гимнастических матах: ползание, перекаты. Тренажеры.	2		

23-24	Эстафеты с предметами и без предметов.	2		
25-26	Упражнения с обручами. Игра: «Наведи порядок».	2		
27-28	Ходьба между предметами. Игра «Найди свое место»	2		
29-30	Упражнения на формирование правильной осанки. Лазанья по гимнастической лестнице.	2		
31	Промежуточная аттестация, тест	1		
32-33-34	Упражнения с обручами. Игра: «Наведи порядок».	3		