

МКУ УО
Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение для
обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
«Основная школа «Коррекция и развитие»
(МКОУ ОШ «Коррекция и развитие»)

ПРИНЯТА
Педагогическим Советом
протокол от 31.08.2023 г. № 1

УТВЕРЖДЕНА
приказом МКОУ ОШ
«Коррекция и развитие»
от 01.09.2023 г. № 155

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по курсу внеурочной деятельности «Здоровейка»
1класс
(Вариант 2)

Автор-составитель: Незамаева Галина Геннадьевна,
учитель

ОДОБРЕНА
на заседании методического
объединения (протокол от
30.08.2023 г. № 1

Междуреченск, 2023

Пояснительная записка.

Рабочая программа по курсу «Здоровейка» разработана на основе: требований к личностным и предметным результатам освоения АООП; программы формирования базовых учебных действий; учебного плана образовательного учреждения.

Цели курса:

- создание условий для сохранения и укрепления здоровья обучающихся через организацию подвижных игр;
- формирование мотивации обучающихся к подвижным играм.

Общая характеристика курса.

Содержание программы курса «Здоровейка» предусматривает знакомство с правилами подвижных игр, русских народных, игр народов России.

Основное внимание в содержании программы уделено формированию двигательных навыков, развитию физических и нравственно-волевых качеств (быстроты реакции, ловкости, выносливости, настойчивости, смелости, решительности, силы воли), формированию коммуникативных навыков в процессе игр.

Коррекционная направленность обеспечивается через требования к соблюдению правил игры (эстафеты), точному выполнению основного движения в игре или эстафете. Это способствует коррекции эмоционально-волевой сферы, общей моторики обучающихся.

Работа по данной программе предполагает объяснение или напоминание правил игры или эстафеты, заучивание считалок.

Занятия по данному направлению дают возможность каждому ребенку почувствовать уверенность в себе и создают условия для сплочения детского коллектива, формируя дружеские взаимоотношения, способствуют снятию эмоционального напряжения, повышению двигательной активности.

Основной формой организации деятельности программы «Здоровейка» является подвижная игра.

Описание места курса в учебном плане.

Программа курса «Здоровейка» учебного плана МКОУ ОШ «Коррекция и развитие» изучается в 1 классе -33 ч (1 занятие в неделю), с учетом дополнительных каникул, предусмотренных для 1 класса.

Личностные результаты освоения курса:

- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.

Предметные результаты освоения курса:

- знать названия 5-6 игр;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием;
- соблюдать требования техники безопасности к местам проведения игр.

Содержание курса:

Русские народные игры.

«Горелки», «Салки», «Жмурки», «Удочка.

Подвижные игры.

«Ловишки», «Совушка», «Затейники», «Перелет птиц», «Успей добежать», «Не попадись», «Догони свою пару», «Ноги от земли», «Кого назвали, тот ловит», «Ловля обезьян», «Кого назвали, тот и ловит», «Мяч в воздухе», «Воробьи и кошка», «Хитрая лиса», «Волк во рву», «Медведь и пчелы».

Эстафеты.

«Кто быстрее до флажка», передача мяча в колонне, «пролезь в обруч», с кочки на кочку, «пингвины», «попади в обруч».

Тематическое планирование.

№	Разделы, темы	Количество часов	Основные виды учебной деятельности
1	Русские народные игры. Подвижные игры. Эстафеты	33	Соблюдают правила игры, действуют согласно словам игры или сигналу, заучивают считалку, выполняют задания в эстафете в команде.

Календарно - тематическое планирование.

№	Тема урока	Кол. Часов	Дата	Примечание
1	Игра "Горелки".	1	06.09,	
2	Игра "Салки".	1	13.09	
3	Игра "Жмурки".	1	20.09	
4	Игра "Удочка".	1	27.09	
5	Игра "Ловишки".	1	04.10	
6	Игра "Совушка".	1	11.10	
7	Игра "Затейники".	1	18.10	
8	Игра "Перелёт птиц".	1	25.10	
9	Игра "Успей добежать".	1	08.11	
10	Игра "Не попадись".	1	15.11	
11	Игра "Догони свою пару".	1	22.11	
12	Игра "Ноги от земли".	1	29.11	
13	Игра "Кого назвали, тот ловит".	1	06.12	
14	Игра "Ловля обезьян".	1	13.12	

15	"Кого назвали, тот и ловит".	1	20.12	
16	"Ловля обезьян".	1	27.12	
17	"Кого назвали, тот и ловит".	1	10.01	
18	"Мяч в воздухе"	1	17.01	
19	"Воробьи и кошка".	1	24.01	
20	"Хитрая лиса".	1	31.01	
21	"Волк во рву".	1	07.02	
22	"Медведь и пчелы".	1	14.02	
23	"Кот и мыши".	1	28.02	
24	"Горелки".	1	06.03	
25	"Салки".	1	13.03	
26	"Пятнашки".	1	20.03	
27	"Охотники и зайцы".	1	03.04	
28	"Фанты".	1	10.04	
29	"Волк".	1	17.04	
30	"Пятнашки".	1	24.04	
31	Игра "Горелки".	1	08.05	
32	Игра "Салки".	1	15.05	
33	Игра "Жмурки".	1	22.05	
	Всего	33		

**Учебно-методическое материально-техническое
обеспечение образовательного процесса.**

Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	примечания
Программы	
Маллер А.Р., Программа обучения глубоко умственно отсталых детей.-М.,1983.	
Художественная литература для учащихся	
Интернет-ресурсы	
https://kopilkaurokov.ru/ Рабочая программа внеурочной деятельности «Подвижные игры», Шигина Ж.А. https://infourok.ru/ Рабочая программа по курсу «Подвижные игры», Борцова О.И. https://pedportal.net/nachalnye-klassy/raznoe/rabochaya-programma-quot-podvizhnye-igry-quot-1-4-klassy-1210726	
Дидактические материалы	
1. Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие / О.А. Степанова. - М.: Баласс, 2012. - С. 128. Образовательная система «Школа 2100», серия «Методическая библиотека учителя начальной школы». 2. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе. Дни здоровья, спортивные праздники, конкурсы /авт.-сост. О.В. Белоножкина и др. Учитель 2007-173с. 3. Физическая культура. 1 – 4 классы. Методические	

<p>рекомендации для учителя. Егоров Б.Б., Пересадина Ю.Е. Цандыков В.Э. – М.: Баласс, 2012.-128с.</p> <p>4. Физическая культура: учебное пособие /В.Л. Мустаев; под научной редакцией Н.А. Заруба, консультант по методике Л.А. Коровина. – Кемерово: изд-во КРИПКипРО, 2008.- 140с.</p> <p>5. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 1/авт. Егоров Б.Б., Пересадин Ю.Е – М.: Баласс, 2012.-80с.</p>	
Методические пособия для учителя	
Техническое обеспечение	

МКУ УО
Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение для
обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
«Основная школа «Коррекция и развитие»
(МКОУ ОШ «Коррекция и развитие»)

ПРИНЯТА
Педагогическим Советом
протокол от 31.08.2023 № 1

УТВЕРЖДЕНА
приказом МКОУ ОШ
«Коррекция и развитие»
от 01.09.2023 г. № 155

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по курсу внеурочной деятельности
«Здоровейка»
2 Б класс
(Вариант 2)

Автор-составитель: Ишкова Виктория Анатольевна,
учитель

ОДОБРЕНА
на заседании методического
объединения
(протокол от 30.08.2023 г. № 1)

Междуреченск, 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Здоровейка» для 2 класса разработана на основе требований к личностным и предметным результатам освоения АООП; программы формирования базовых учебных действий с учётом:

- учебного плана МКОУ ОШ «Коррекция и развитие».

Цель:

- создание условий для сохранения и укрепления здоровья обучающихся через организацию подвижных игр;
- формирование мотивации обучающихся к подвижным играм.

Общая характеристика курса

Курс предусматривает изучение следующих разделов:

- Подвижные игры
- Русские народные игры
- Игры народов России
- Эстафеты

Содержание программы курса «Здоровейка» предусматривает знакомство с правилами подвижных игр, русских народных, игр народов России.

Основное внимание в содержании программы уделено формированию двигательных навыков, развитию физических и нравственно-волевых качеств (быстроты реакции, ловкости, выносливости, настойчивости, смелости, решительности, силы воли), формированию коммуникативных навыков в процессе игр.

Коррекционная направленность обеспечивается через требования к соблюдению правил игры (эстафеты), точному выполнению основного движения в игре или эстафете. Это способствует коррекции эмоционально-волевой сферы, общей моторики обучающихся.

Работа по данной программе предполагает объяснение или напоминание правил игры или эстафеты, заучивание считалок.

Занятия по данному направлению дают возможность каждому ребенку почувствовать уверенность в себе и создают условия для сплочения детского коллектива, формируя дружеские взаимоотношения, способствуют снятию эмоционального напряжения, повышению двигательной активности.

Основной формой организации деятельности программы «Здоровейка» является подвижная игра.

Место курса в учебном плане

В соответствии с учебным планом МКОУ ОШ «Коррекция и развитие» общий объём учебного времени во 2 классе 34 часа в год, 1 час в неделю.

Планируемые (возможные) результаты освоения курса

Личностные (возможные) результаты:

- потребности и начальные умения выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных видах спортивно-физкультурной деятельности;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.

Предметные (возможные) результаты:

- знать считалки для выбора ведущего в игре;
- уметь играть по правилам игры;
- в доступной форме объяснять правила игры.

Содержание курса

- **Русские народные игры.** «Жмурки» «Кот и мыши», «Горелки», «Салки», «Пятнашки», «Охотники и зайцы», «Фанты», «Ловушки с приседаниями», «Волк», «Птицелов».
- **Подвижные игры.** «Совушка», «Мышеловка», «Пустое место», «Карусель», «Кто быстрее?», «Конники-спортсмены», «Лягушата и цыплята», «Карлики и великаны».
- **Эстафеты.** «Передача мяча», «С мячом», «Быстрые и ловкие», «Вызов номеров», по кругу, с обручем, со скакалкой.
- **Игры народов России.** Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень». Бурятская народная игра «Ищем палочку». Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок». Марийская народная игра «Катание мяча». Татарская народная игра «Серый волк». Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки». Чувашская игра «Рыбки».

Тематическое планирование

№	Разделы, темы	Количество часов	Основные виды учебной деятельности
1	Русские народные игры.	9	Соблюдают правила игры, действуют согласно словам игры или сигналу, заучивают считалку, выбирают водящего игры, выполняют задания в эстафете в команде.
2	Подвижные игры.	11	
3	Эстафеты	7	
4	Игры народов России.	7	
	Всего часов за год	34	

Календарно - тематическое планирование

	№	Дата	Тема урока	Кол. часов	Примечание
1 четверть	1	5.09.2023	Подвижная игра "Жмурки".	1	
	2	12.09.2023	Подвижная игра "Кот и мыши".	1	
	3	19.09.2023	Подвижная игра "Горелки".	1	
	4	26.09.2023	Подвижная игра "Салки".	1	
	5	3.10.2023	Подвижная игра "Пятнашки".	1	
	6	10.10.2023	Подвижная игра "Охотники и зайцы".	1	
	7	17.10.2023	Подвижная игра "Фанты".	1	
	8	24.10.2023	Подвижная игра "Ловушки с приседаниями".	1	
2 полугодие	9	7.11.2023	Подвижная игра "Ловушки с приседаниями".	1	

	10	14.11.2023	Подвижная игра "Волк".	1	
	11	21.11.2023	Подвижная игра "Птицелов".	1	
	12	28.11.2023	Подвижная игра "Совушка".	1	
	13	5.12.2023	Подвижная игра "Мышеловка".	1	
	14	12.12.2023	Подвижная игра "Пустое место".	1	
	15	19.12.2023	Подвижная игра "Карусель".	1	
	16	26.12.2023	Подвижная игра "Кто быстрее".	1	
3 четверть	17	9.01.2024	Подвижная игра "Конники-спортсмены".	1	
	18	16.01.2024	Подвижная игра "Лягушата и цыплята".	1	
	19	23.01.2024	Подвижная игра "Карлики и великаны".	1	
	20	30.01.2024	Подвижная игра "Передача мяча".	1	
	21	6.02.2024	Подвижная игра "С мячом".	1	
	22	13.02.2024	Подвижная игра "Быстрые и ловкие".	1	
	23	20.02.2024	Подвижная игра "Вызов номеров".	1	
	24	27.02.2024	Подвижная игра "Юрта".	1	
	25	5.03.2024	Подвижная игра "Медный пень".	1	
	26	12.03.2024	Подвижная игра "Ищем палочку".	1	
4 четверть	27	19.03.2024	Подвижная игра "Подними платок".	1	
	28	9.04.2024	Подвижная игра "Катание мяча".	1	
	29	16.04.2024	Подвижная игра "Серый волк".	1	
	30	23.04.2024	Подвижная игра "Сокол и лиса".	1	
	31	7.05.2024	Подвижная игра "Пятнашки".	1	
	32	14.05.2024	Подвижная игра "Рыбки".	1	
	33	21.05.2024	Подвижная игра "Кот и мыши".	1	
	34	28.05.2024	Подвижная игра "Мышеловка".	1	

**Учебно-методическое материально-техническое
обеспечение образовательного процесса**

Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	примечания
Программы	
Художественная литература для учащихся	
Интернет-ресурсы	
https://kopilkaurokov.ru/ Рабочая программа внеурочной деятельности «Подвижные игры», Шигина Ж.А. https://infourok.ru/ Рабочая программа по курсу «Подвижные игры», Борцова О.И. https://pedportal.net/nachalnye-klassy/raznoe/rabochaya-programma-quot-podvizhnye-igry-quot-1-4-klassy-1210726	
Дидактические материалы	
1. Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие / О.А. Степанова. - М.: Баласс, 2012.	

<p>- С. 128. Образовательная система «Школа 2100», серия «Методическая библиотека учителя начальной школы».</p> <p>2. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе Дни здоровья, спортивные праздники, конкурсы /авт.-сост. О.В. Белоножкина и др. Учитель 2007-173с.</p> <p>3. Физическая культура. 1 – 4 классы. Методические рекомендации для учителя. Егоров Б.Б., Пересади́на Ю.Е. , Цандыков В.Э. – М.: Баласс, 2012.-128с.</p> <p>4. Физическая культура: учебное пособие /В.Л. Мустаев; под научной редакцией Н.А. Заруба, консультант по методике Л.А. Коровина. – Кемерово: изд-во КРИПКиПРО, 2008.-140с.</p> <p>5. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 1/авт. Егоров Б.Б., Пересади́н Ю.Е – М.: Баласс, 2012.-80с.</p>	
Методические пособия для учителя	
Техническое обеспечение	

МКУ УО
Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение для
обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
«Основная школа «Коррекция и развитие»
(МКОУ ОШ «Коррекция и развитие»)

ПРИНЯТА
Педагогическим Советом
протокол от 31.08.2023 № 1

УТВЕРЖДЕНА
приказом МКОУ ОШ
«Коррекция и развитие»
от 01.09.2023 г. № 155

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по курсу внеурочной деятельности
«Здоровейка»
3 Б класс
(Вариант 2)

Автор-составитель: Ишкова Виктория Анатольевна,
учитель

ОДОБРЕНА
на заседании методического
объединения
(протокол от 30.08.2023 г. № 1)

Междуреченск, 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Здоровейка» для 3 класса разработана на основе требований к личностным и предметным результатам освоения АООП; программы формирования базовых учебных действий с учётом:

- учебного плана МКОУ ОШ «Коррекция и развитие».

Цель:

- создание условий для сохранения и укрепления здоровья обучающихся через организацию подвижных игр;
- формирование мотивации обучающихся к подвижным играм.

Общая характеристика курса

Курс предусматривает изучение следующих разделов:

- Подвижные игры
- Русские народные игры
- Игры народов России
- Эстафеты

Содержание программы курса «Здоровейка» предусматривает знакомство с правилами подвижных игр, русских народных, игр народов России.

Основное внимание в содержании программы уделено формированию двигательных навыков, развитию физических и нравственно-волевых качеств (быстроты реакции, ловкости, выносливости, настойчивости, смелости, решительности, силы воли), формированию коммуникативных навыков в процессе игр.

Коррекционная направленность обеспечивается через требования к соблюдению правил игры (эстафеты), точному выполнению основного движения в игре или эстафете. Это способствует коррекции эмоционально-волевой сферы, общей моторики обучающихся.

Работа по данной программе предполагает объяснение или напоминание правил игры или эстафеты, заучивание считалок.

Занятия по данному направлению дают возможность каждому ребенку почувствовать уверенность в себе и создают условия для сплочения детского коллектива, формируя дружеские взаимоотношения, способствуют снятию эмоционального напряжения, повышению двигательной активности.

Основной формой организации деятельности программы «Здоровейка» является подвижная игра.

Место курса в учебном плане

В соответствии с учебным планом МКОУ ОШ «Коррекция и развитие» общий объём учебного времени в 3 классе 34 часа в год, 1 час в неделю.

Планируемые (возможные) результаты освоения курса

Личностные (возможные) результаты:

- потребности и начальные умения выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных видах спортивно-физкультурной деятельности;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Предметные (возможные) результаты:

- знать считалки для выбора ведущего в игре;
- уметь играть по правилам игры;
- в доступной форме объяснять правила игры.

Содержание курса

- **Русские народные игры.** «Жмурки» «Кот и мыши», «Горелки», «Салки», «Пятнашки», «Охотники и зайцы», «Фанты», «Ловушки с приседаниями», «Волк», «Птицелов».
- **Подвижные игры.** «Совушка», «Мышеловка», «Пустое место», «Карусель», «Кто быстрее?», «Конники-спортсмены», «Лягушата и цыплята», «Карлики и великаны».
- **Эстафеты.** «Передача мяча», «С мячом», «Быстрые и ловкие», «Вызов номеров», по кругу, с обручем, со скакалкой.
- **Игры народов России.** Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень». Бурятская народная игра «Ищем палочку». Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок». Марийская народная игра «Катание мяча». Татарская народная игра «Серый волк». Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки». Чувашская игра «Рыбки».

Тематическое планирование

№	Разделы, темы	Количество часов	Основные виды учебной деятельности
1	Русские народные игры.	9	Соблюдают правила игры, действуют согласно словам игры или сигналу, заучивают считалку, выбирают водящего игры, выполняют задания в эстафете в команде.
2	Подвижные игры.	11	
3	Эстафеты	7	
4	Игры народов России.	7	
	Всего часов за год	34	

Календарно - тематическое планирование

	№	Дата	Тема урока	Кол. часов	Примечание
1 четверть	1	6.09.2023	Подвижная игра "Жмурки".	1	
	2	13.09.2023	Подвижная игра "Кот и мыши".	1	
	3	20.09.2023	Подвижная игра "Горелки".	1	
	4	27.09.2023	Подвижная игра "Салки".	1	
	5	4.10.2023	Подвижная игра "Пятнашки".	1	
	6	11.10.2023	Подвижная игра "Охотники и зайцы".	1	
	7	18.10.2023	Подвижная игра "Фанты".	1	
	8	25.10.2023	Подвижная игра "Ловушки с	1	

		приседаниями".		
2 четверть	9	8.11.2023	Подвижная игра "Ловушки с приседаниями".	1
	10	15.11.2023	Подвижная игра "Волк".	1
	11	22.11.2023	Подвижная игра "Птицелов".	1
	12	29.11.2023	Подвижная игра "Совушка".	1
	13	6.12.2023	Подвижная игра "Мышеловка".	1
	14	13.12.2023	Подвижная игра "Пустое место".	1
	15	20.12.2023	Подвижная игра "Карусель".	1
	16	27.12.2023	Подвижная игра "Кто быстрее".	1
3 четверть	17	10.01.2024	Подвижная игра "Конники-спортсмены".	1
	18	17.01.2024	Подвижная игра "Лягушата и цыплята".	1
	19	24.01.2024	Подвижная игра "Карлики и великаны".	1
	20	31.01.2024	Подвижная игра "Передача мяча".	1
	21	7.02.2024	Подвижная игра "С мячом".	1
	22	14.02.2024	Подвижная игра "Быстрые и ловкие".	1
	23	2.02.2024	Подвижная игра "Вызов номеров".	1
	24	28.02.2024	Подвижная игра "Юрта".	1
	25	6.03.2024	Подвижная игра "Медный пень".	1
	26	13.03.2024	Подвижная игра "Ищем палочку".	1
	27	20.03.2024	Подвижная игра "Подними платок".	1
4 четверть	28	3.04.2024	Подвижная игра "Катание мяча".	1
	29	10.04.2024	Подвижная игра "Серый волк".	1
	30	17.04.2024	Подвижная игра "Сокол и лиса".	1
	31	24.04.2024	Подвижная игра "Пятнашки".	1
	32	8.05.2024	Подвижная игра "Рыбки".	1
	33	15.05.2024	Подвижная игра "Кот и мыши".	1
	34	22.05.2024	Подвижная игра "Мышеловка".	1
	35	29.05.2024	Подвижная игра "Мышеловка".	1

**Учебно-методическое материально-техническое
обеспечение образовательного процесса**

Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	примечания
Программы	
Художественная литература для учащихся	
Интернет-ресурсы	
https://kopilkaurokov.ru/ Рабочая программа внеурочной деятельности «Подвижные игры», Шигина Ж.А. https://infourok.ru/ Рабочая программа по курсу «Подвижные игры», Борцова О.И.	

https://pedportal.net/nachalnye-klassy/raznoe/rabochaya-programma-quot-podvizhnye-igry-quot-1-4-klassy-1210726	
Дидактические материалы	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие / О.А. Степанова. - М.: Баласс, 2012. - С. 128. Образовательная система «Школа 2100», серия «Методическая библиотека учителя начальной школы». 2. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе Дни здоровья, спортивные праздники, конкурсы /авт.-сост. О.В. Белоножкина и др. Учитель 2007-173с. 3. Физическая культура. 1 – 4 классы. Методические рекомендации для учителя. Егоров Б.Б., Пересади́на Ю.Е. , Цандыков В.Э. – М.: Баласс, 2012.-128с. 4. Физическая культура: учебное пособие /В.Л. Мустаев; под научной редакцией Н.А. Заруба, консультант по методике Л.А. Коровина. – Кемерово: изд-во КРИПКИПРО, 2008.- 140с. 5. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 1/авт. Егоров Б.Б., Пересади́н Ю.Е – М.: Баласс, 2012.-80с. 	
Методические пособия для учителя	
Техническое обеспечение	

МКУ УО

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
«Основная школа «Коррекция и развитие»
(МКОУ ОШ «Коррекция и развитие»)

ПРИНЯТА
Педагогическим Советом
протокол от 01.09.2023 г. № 1

УТВЕРЖДЕНА
приказом МКОУ ОШ
«Коррекция и развитие»
от 01.09.2023 г. № 155

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по курсу внеурочной деятельности «Здоровейка»
4 класс
(Вариант 2)

Автор-составитель: Конькова Наталья Олеговна,
учитель

ОДОБРЕНА
на заседании методического
объединения (протокол от
30.08.2023 г. № 1

Междуреченск, 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Здоровейка» разработана на основе: требований к личностным и предметным результатам (возможным результатам) освоения АООП; программы формирования базовых учебных действий с учётом:

- учебного плана МКОУ ОШ «Коррекция и развитие».

Цели курса:

- создание условий для сохранения и укрепления здоровья обучающихся через организацию подвижных игр;
- формирование мотивации обучающихся к подвижным играм.

Общая характеристика курса

Курс предусматривает изучение следующих разделов:

1. Русские народные игры
2. Игры народов России
3. Эстафеты

Содержание программы курса «Здоровейка» предусматривает знакомство с правилами подвижных игр, игр народов России.

Основное внимание в содержании программы уделено формированию двигательных навыков, развитию физических и нравственно-волевых качеств (быстроты реакции, ловкости, выносливости, настойчивости, смелости, решительности, силы воли), формированию коммуникативных навыков в процессе игр.

Коррекционная направленность обеспечивается через требования к соблюдению правил игры (эстафеты), точному выполнению основного движения в игре или эстафете. Это способствует коррекции эмоционально-волевой сферы, общей моторики обучающихся.

Работа по данной программе предполагает объяснение или напоминание правил игры или эстафеты, заучивание считалок.

Занятия по данному направлению дают возможность каждому ребенку почувствовать уверенность в себе и создают условия для сплочения детского коллектива, формируя дружеские взаимоотношения, способствуют снятию эмоционального напряжения, повышению двигательной активности.

Основной формой организации деятельности программы «Здоровейка» является подвижная игра.

Места курса в учебном плане

В соответствии с учебным планом МКОУ ОШ «Коррекция и развитие» общий объём учебного времени по курсу внеурочной деятельности «Здоровейка» в 4 классе – 34 часа в год (1 час в неделю).

Планируемые возможные результаты освоения курса

Личностные результаты:

- потребности и начальные умения выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных видах спортивно-физкультурной деятельности;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Предметные результаты:

- организовывать отдых и досуг с использованием разученных подвижных игр;
- обобщать и углублять знания об истории, культуре народных игр.

Содержание курса

№	Разделы	Кол-во часов
---	---------	--------------

1	Русские народные игры	18
2	Игры народов России	8
3	Эстафеты	8
	Итого:	34

Русские народные игры.

«Краски» «Гори, гори ясно», «Ляпка», «Салки», «Пятнашки», «Охотники и зайцы», «Фанты», «Ловушки с приседаниями», «Волк», «Птицелов», «Горелки», «Жмурки». «Третий лишний».

Игры народов России.

Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень».

Бурятская народная игра «Ищем палочку».

Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок».

Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой».

Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!».

Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!».

Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!».

Марийская народная игра «Катание мяча».

Татарская народная игра «Серый волк».

Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки».

Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый заяц».

Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба».

Мордовские народные игры «Котел», «Круговой».

Североосетинская игра «Борьба за флажки».

Чувашская игра «Рыбки».

Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз».

Эстафеты.

«Вызов номеров», по кругу, с обручем, с мячом, «Быстрые и ловкие», «Встречная».

Тематическое планирование

Разделы, темы	Количество часов	Основные виды учебной деятельности
Русские народные игры. Игры народов России. Эстафеты.	34	Соблюдают правила игры, действуют согласно словам игры или сигналу, заучивают считалку, выбирают водящего игры, выполняют задания в эстафете в команде, организуют игры самостоятельно.

Календарно - тематическое планирование

№	Тема урока	Кол-во час.	Дата проведения	Примечание
1	Игра: Краски.	1		
2	Игра: Гори, гори ясно.	1		

3	Игра: Ляпка.	1		
4	Игра: Салки.	1		
5	Игра: Пятнашки.	1		
6	Игра: Охотники и зайцы.	1		
7	Игра: Фанты.	1		
8	Игра: Ловушки с приседаниями.	1		
9	Игра: Волк.	1		
10	Игра: Птицелов.	1		
11	Игра: Горелки.	1		
12	Игра: Жмурки.	1		
13	Игра: Третий лишний.	1		
14	Игра: Быстрые и ловкие.	1		
15	Игра: Встречная.	1		
16	Игра: Юрта.	1		
17	Игра: Медный пень.	1		
18	Игра: Ищем палочку.	1		
19	Игра: Льдинки, ветер и мороз.	1		
20	Игра: Выбей из круга.	1		
21	Игра: Подними платок.	1		
22	Игра: Под буркой.	1		
23	Игра: Невод.	1		
24	Игра: Катание мяча.	1		
25	Игра: Серый волк.	1		
26	Игра: Сокол и лиса.	1		
27	Игра: Пятнашки.	1		
28	Игра: Водяной.	1		
29	Игра: Серый заяц.	1		
30	Игра: Стрельба в мишень.	1		
31	Игра: Борьба за флажки.	1		
32	Игра: Рыбки.	1		
33	Игра: Котел.	1		
34	Игра: Круговой.	1		

Учебно-методическое материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Программа

Учебники
Рабочие тетради
Методический материал
Дидактический материал
<p>1. Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие / О.А. Степанова. - М.: Баласс, 2012. - С. 128. Образовательная система «Школа 2100», серия «Методическая библиотека учителя начальной школы».</p> <p>2. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе Дни здоровья, спортивные праздники, конкурсы /авт.-сост. О.В. Белоножкина и др. Учитель 2007-173с.</p> <p>3. Физическая культура. 1 – 4 классы. Методические рекомендации для учителя. Егоров Б.Б., Пересадына Ю.Е., Цандыков В.Э. – М.: Баласс, 2012. -128с.</p> <p>4. Физическая культура: учебное пособие /В.Л. Мустаев; под научной редакцией Н.А. Заруба, консультант по методике Л.А. Коровина. – Кемерово: изд-во КРИПКиПРО, 2008.- 140с.</p>
Технические средства обучения
Интернет-ресурсы