Государственное казённое общеобразовательное учреждение

«Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 36

города Ставрополя»

**Пояснительная записка**

к курсу внеурочной деятельности «Развитие двигательных навыков»

(спортивно – оздоровительное направление) для обучающихся старших классов

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Развитие двигательных навыков» разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ОВЗ. Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014г. № 1598, зарегистрирован Минюстом России 03 февраля 2015г., рег. № 35847 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;

в соответствии с примерной адаптированной основной общеобразовательной программой начального общего образования слабослышащих обучающихся, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию от 22 декабря 2015 г. № 4/15;

в соответствии с АООП НОО слабослышащих обучающихся государственного казённого общеобразовательного учреждения «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 36 города Ставрополя»

в соответствии с постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации № 2 от 28.01.2021 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или)безвредности для человека факторов среды обитания» (зарегистрировано в Минюсте России 29.01.2021, регистрационный номер 62296);

в соответствии с постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации №28 от 28.09.2020 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020, регистрационный номер 61573);

в соответствии с рабочей программой воспитания государственного казенного общеобразовательного учреждения «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 36 города Ставрополя».

Программа составлена в соответствии с основными положениями системно-деятельностного подхода в обучении. Планирование указывает тему урока, виды контроля, содержит описание видов деятельности, ориентирующих учителя на формирование познавательных, коммуникативных и регулятивных универсальных учебных действий обучающихся, а также указывает ведущие технологии (их элементы), обеспечивающие эффективность деятельности учителя и обучающихся на уроке.

**Целью** программы является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры.

Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Достижение цели обеспечивается решением **следующих задач,**

направленных на:

* укрепление здоровья, содействовать гармоническому физическому развитию;
* обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
* развитие двигательных способностей;
* приобретение необходимых знаний в области физической культуре и спорта;
* воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями;
* содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности;
* воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности.

**Цель** – Всестороннее развитие, укрепление здоровья и становление духовно–нравственной личности детей дошкольного возраста и детей с ограниченными возможностями здоровья посредством активной деятельности.

**Задачи программы:**

* умение организовывать собственную жизнедеятельность для достижения полного благополучия;
* активно включаться в совместную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и взрослыми для сохранения и укрепления личного и общественного здоровья как социокультурного феномена;
* в доступной, эмоционально яркой форме в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми уметь доносить информацию по здоровьесберегающей тематике.

***Личностные результаты:***

* активное включение обучающихся в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и здоровья общественного здоровья;
* проявление у обучающихся позитивных качеств личности и умения управлять своими эмоциями в различных ситуациях риска нарушения здоровья физического и психического;
* проявление у школьников дисциплинированности и настойчивости в сохранении и укреплении личного здоровья и здоровья окружающих людей;
* умение оказать посильную бескорыстную помощь своим сверстникам и окружающим людям в сохранении и преумножении их здоровья.

***Метапредметные результаты:***

* объективная оценка здоровья как социокультурного феномена на основе приобретенных знаний и имеющегося личностного опыта;
* защита и сохранение личностного и общественного здоровья позитивными средствами, соответствующими индивидуальным и возрастным особенностям;
* планирование и организация своей учебной и досуговой деятельности с учетом требований сохранения и совершенствования здоровья;
* анализ и объективная оценка результата собственной деятельности с точки зрения возможных рисков для здоровья и возможностей его совершенствования;
* умение управлять своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми с целью сохранения эмоционального благополучия и психического здоровья.

**Особенности программы.**

Развитие органов дыхания и подвижности суставов, укрепление мышц и эластичности связок. А также развитие внимания и памяти.

**Формы занятий.**

**Наглядный метод** - показ и метод графической записи упражнений, графическое расположение детей на площадке, графические записи ходов (змейка, дорожка, колонна, шеренга, клин, диагональ, движение по кругу, движение в центр круга, из круга, по диагонали, движение в паре, до-за-до, воротца, расческа, полукруг, в две линии.

После показа упражнения и демонстрации его графического изображения (рисунка, фото) надо дать название упражнения, его основ­ных элементов (термины).

**Сло­весный метод** - объяснение, метод коррекции оши­бок, просматривание видео материала, своих же выступлений и оценки себя и других. Использо­вание методов наглядного восприятия в соче­тании со словесными способствует более осо­знанному выполнению комплексов упражне­ний, повышает интерес к занятиям.

**Практический метод -** для создания образа и формирования мысленной модели изучаемого упражнения не­обходимо использовать: его показ, объяснение.

**Ожидаемые результаты.**

Показатели успешной реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа. Умение учащихся правильно и грамотно контролировать своё тело при выполнении данных заданий.

**Основное содержание курса внеурочной деятельности «Развитие двигательной активности на уроках».**

Программа курса направлена навсестороннее развитие личности посредством формирования физической культуры, на развитие двигательных способностей у обучающихся с нарушением слуха.

Форма организации – групповая.

Виды деятельности:

- беседа,

- игровые упражнения,

- танцевальные упражнения,

- подвижные игры,

- ритмико-гимнастические упражнениями,

- элементами детского фитнеса.

**Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Развитие двигательной активности на уроках»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование разделов/ тем | | практика | | теория |  | итого |
|  |  | Базовая часть | | | | | |
| 1 | I. Знания о физической культуре | | 1 | | 1 |  | 2 |
| 2 | II. Способы физкультурной деятельности | | 2 | | 1 |  | 3 |
| 3 | III. Физическое совершенствование: | | 1 | | 1 |  | 2 |
| 4 | Общеразвивающие упражнения | | 4 | | 1 |  | 5 |
| 5 | Подвижные игры | | 5 | | 1 |  | 6 |
|  |  | Вариативная часть | | | | | |
| 6 | Искусство танца | | 6 | | 1 |  | 7 |
| 7 | Физическое совершенствование через танцевальные движения | | 4 | | 1 |  | 5 |
| 8 | Танцевальный репертуар | | 3 | | 1 |  | 4 |
|  | ИТОГО | |  | 34 | | | |

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Дата проведения план | Дата проведения фактически | Тема | Форма проведения занятия |
|  |  |  | Знания о физической культуре | беседа |
|  |  |  | Знания о физической культуре | игровые упражнение |
|  |  |  | Способы физкультурной деятельности | беседа |
|  |  |  | Способы физкультурной деятельности | танцевальные упражнения |
|  |  |  | Способы физкультурной деятельности | подвижные игры |
|  |  |  | Физическое совершенствование | беседа |
|  |  |  | Физическое совершенствование | танцевальные упражнения |
|  |  |  | Общеразвивающие упражнения | беседа |
|  |  |  | Общеразвивающие упражнения | танцевальные упражнения |
|  |  |  | Общеразвивающие упражнения | ритмико-гимнастические упражнениями |
|  |  |  | Общеразвивающие упражнения | игровые упражнения |
|  |  |  | Общеразвивающие упражнения | танцевальные упражнения |
|  |  |  | Подвижные игры | беседа |
|  |  |  | Подвижные игры | игровые упражнения |
|  |  |  | Подвижные игры | танцевальные упражнения |
|  |  |  | Подвижные игры | подвижные игры |
|  |  |  | Подвижные игры | игровые упражнения |
|  |  |  | Подвижные игры | танцевальные упражнения |
|  |  |  | Искусство танца | беседа |
|  |  |  | Искусство танца | ритмико-гимнастические упражнениями |
|  |  |  | Искусство танца | игровые упражнения |
|  |  |  | Искусство танца | танцевальные упражнения |
|  |  |  | Искусство танца | беседа |
|  |  |  | Искусство танца | игровые упражнения |
|  |  |  | Искусство танца | танцевальные упражнения |
|  |  |  | Физическое совершенствование через танцевальные движения | беседа |
|  |  |  | Физическое совершенствование через танцевальные движения | элементами детского фитнеса |
|  |  |  | Физическое совершенствование через танцевальные движения | игровые упражнения |
|  |  |  | Физическое совершенствование через танцевальные движения | танцевальные упражнения |
|  |  |  | Физическое совершенствование через танцевальные движения | элементами детского фитнеса |
|  |  |  | Танцевальный репертуар | беседа |
|  |  |  | Танцевальный репертуар | игровые упражнения |
|  |  |  | Танцевальный репертуар | танцевальные упражнения |
|  |  |  | Танцевальный репертуар | элементами детского фитнеса |

**Система оценки достижения результатов**

Оценка достижения результатов осуществляется в форме творческих выступлений на школьной, краевом всероссийском уровнях.

**Список литературы.**

1. В.С. Кузнецов, Г.А.Голодницкий. «Методика обучения основным видам движений на уроках физической культуры в школе».
2. Физкультура и спорт №5 1991 г. «Игра доступная всем».
3. Н.И. Дереклеева «Двигательные игры, тренинги, и уроки здоровья».
4. В.Б. Рубанович. «Организация двигательной активности»
5. А.П. Матвеев «Методика физического воспитания в школе»
6. Г.П. Болонов «Физическое воспитание в системе коррекционно-развивающего обучения»