

КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ХАНТЫ – МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ  
«МЕГИОНСКАЯ ШКОЛА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ»

Рассмотрено на  
заседании МС  
протокол № 5  
от 19.05.2023

Согласовано:  
Заместитель директора  
по воспитательной работе  
Л.В. Тарабаева

Утверждаю:  
Директор КОУ «Мегионская школа для  
обучающихся с ограниченными  
возможностями здоровья»  
Е.В. Масленников  
Приказ от 30.08. 2023 № 305-0

**АДАптированная РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«ДВИЖЕНИЕ ЕСТЬ ЖИЗНЬ!»  
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 9 «Б» КЛАССА  
на 2023 – 2024 учебный год  
(Вариант 2)**

**Автор программы: К.В.Мананников**

г.Мегион  
2023 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.
2. Место курса в учебном плане.
3. Планируемые результаты освоения программы.
4. Учебно-тематический план.
5. Содержание программы курса внеурочной деятельности.
6. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы.
7. Список литературы.
8. Календарно-тематическое планирование.
9. Списочный состав группы внеурочной деятельности.

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Название программы	Внеурочная деятельность «Движение есть жизнь!»
Направление	Спортивно-оздоровительное
Составитель	Мананников Константин Викторович
Название учреждения	КОУ «Мегионская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»
Целевая группа	Обучающиеся 9 «Б» класса, имеющие нарушения физического развития в достижении планируемых результатов.
Цель программы	формирование знаний обучающихся о здоровом образе жизни, развитие и стимуляция физической активности обучающихся, развитие двигательных способностей и мобильности, формирование негативного отношения к факторам, вредящим здоровью.
Задачи программы	<p>коррекция нарушений физического развития;</p> <p>формирование двигательных умений и навыков;</p> <p>развитие двигательных способностей в процессе обучения;</p> <p>укрепление здоровья и закаливание организма,</p> <p>формирование правильной осанки;</p> <p>раскрытие возможных избирательных способностей и интересов обучающегося</p> <p>для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;</p> <p>формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;</p> <p>формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;</p> <p>поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;</p> <p>формирование познавательных интересов, сообщение доступных теоретических сведений по физической культуре;</p> <p>воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями;</p> <p>воспитание нравственных, морально-волевых качеств (настойчивости, смелости),</p> <p>навыков культурного поведения.</p>
Срок реализации	1 год
Режим работы и время	1 раз в неделю Вторник 13.10-13.50

## Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа внеурочной деятельности «Движение есть жизнь!» разработана на основе:

1. Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказа Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014г. №1599 «Об утверждении федерального государственного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».
3. СП 2.4.3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утверждено постановлением от 28 сентября 2020 года № 28)
4. СП 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (утверждено постановлением от 28 января 2021 года №2)
5. Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утверждена Министерством просвещения РФ приказ от 24 ноября 2022 года № 1026)
6. Адаптированной основной образовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) КОУ «Мегионская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Вариант 2) на 2023-2024 уч. год.
7. Федерального перечня учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях на 2023 -2024 уч.год.
8. Программы образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью / Л.Б. Баряева, Д.И. Бойков, В.И. Липакова, и др.; под редакцией Л.Б. Баряевой, Н.Н. Яковлевой. – СПб.: ЦДК проф. Л.Б. Баряевой, 2011. Вариант 2.
9. Программы обучения глубоко умственно отсталых детей (НИИ Дефектологии АПН СССР).-Москва., 1983. Вариант 2.

Программа воспитания является компонентом АООП образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) КОУ «Мегионская школа для обучающихся с ОВЗ.»

Программа в соответствии с ФГОС общего образования направлена на личностное развитие обучающихся, формирование у них системных знаний о различных аспектах развития России и мира. Одним из результатов реализации программы станет приобщение обучающихся к российским традиционным духовным ценностям, правилам и нормам поведения в российском обществе. Данная программа призвана обеспечить достижение учащимися основ российской идентичности; готовность обучающихся к саморазвитию; мотивацию к познанию и обучению; ценностные установки и социально – значимые качества личности; активное участие в социально-значимой деятельности.

В соответствии с методическими рекомендациями «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих программы внеурочной деятельности в субъектах Российской Федерации», педагогами-психологами проведена диагностика компетенций обучающихся и выявление мнений и требований к системе внеурочной деятельности со стороны субъектов общественного заказа (законные представители). Диагностическое исследование включало: опрос «Я и моё дополнительное образование» (обучающиеся 5-11 классов), анкета «Интересы моего ребенка» (законные представители), общая диагностика потенциальных возможностей обучающихся. По результатам диагностического исследования, сформированы группы учащихся по направлениям с учетом индивидуальных способностей (Аналитическая справка по результатам анкетирования обучающихся и их родителей о дополнительном образовании от 02.06.2023г., Приложение 1).

**Актуальность и новизна программы «Движение есть жизнь!»** обусловлены состоянием здоровья школьников и масштабными задачами решения этой проблемы.

Программа «Движение есть жизнь!» направлена на достижение общих целей воспитания школьников – формирование в процессе внеурочной деятельности мировоззренческо-ценностных ориентиров на здоровье, здоровый образ жизни и устойчивые модели поведения в природной и социальной среде. Этому способствуют интегрированность содержания программы, его преемственность с основными учебными дисциплинами, а также использование при проведении занятий деятельностного подхода, что и позволяет осуществлять новую образовательную парадигму, способствующую накоплению у учащихся «эмпирического опыта» в вопросах здоровья и здорового и безопасного образа жизни, который будет востребован ими в дальнейшей жизни и относится к категории общей культуры здоровья.

Изменения в современной системе образования предъявляют высокие требования к обучающимся и их здоровью. Тем самым обязывая образовательное учреждение создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья, формированию ценностного отношения обучающихся к собственному здоровью и здоровью окружающих. При этом здоровье рассматривается как сложный, многоуровневый феномен, включающий в себя физиологический, психологический и социальный аспекты. Именно образовательное учреждение призвано вооружить ребенка индивидуальными способами ведения здорового образа жизни, нивелируя негативное воздействие социального окружения.

Приоритетность проблемы сохранения и укрепления здоровья обучающихся нашла отражение в многочисленных исследованиях ученых. Это подчеркивает необходимость формирования у обучающихся мотивации на ведение здорового образа жизни через организацию культурной здоровьесберегающей практики детей, через деятельные формы взаимодействия, в результате которых только и возможно становление здоровьесберегающей компетентности.

У детей с ОВЗ имеются нарушения со стороны сердечно-сосудистой и дыхательной систем и физического развития. У многих из них наблюдается функциональная слабость миокарда, сердечная аритмия, понижение артериального давления. Дыхание у них поверхностное, неритмичное; небольшая мышечная нагрузка резко учащает его, и необходимо длительное время для восстановления.

Физкультурно-оздоровительная работа в специальном (коррекционном) образовательном учреждении включает в себя непосредственно физическое воспитание; организацию рационального двигательного режима; создание комфортной, безопасной развивающей среды, необходимой для обеспечения двигательной активности детей; профилактические и оздоровительные мероприятия.

#### **Цель программы:**

формирование знаний обучающихся о здоровом образе жизни, развитие и стимуляция физической активности обучающихся, развитие двигательных способностей и мобильности, формирование негативного отношения к факторам, вредящим здоровью.

#### **Задачи программы:**

коррекция нарушений физического развития;  
формирование двигательных умений и навыков;  
развитие двигательных способностей в процессе обучения;  
укрепление здоровья и закалывание организма, формирование правильной осанки;  
раскрытие возможных избирательных способностей и интересов обучающегося для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;  
формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;  
формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;  
поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;  
формирование познавательных интересов, сообщение доступных теоретических сведений по физической культуре;

воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями;  
воспитание нравственных, морально-волевых качеств (настойчивости, смелости),  
навыков культурного поведения.

Коррекция недостатков психического и физического развития с учетом возрастных особенностей обучающихся, предусматривает:

обогащение чувственного опыта;  
коррекцию и развитие сенсомоторной сферы;  
формирование навыков общения, предметно-практической и познавательной деятельности.

Программа по внеурочной деятельности «Движение есть жизнь!» представлена следующими разделами: «Игры с бегом», «Игры с мячом», «Игры с прыжками», «Игры малой подвижности», «Народные игры», «Эстафеты».

### **Место курса в учебном плане**

Программа «Движение есть жизнь!» рассчитана на год и ориентирована на обучающихся 15-17 лет, разработана с учетом психофизических особенностей детей.

Внеурочная деятельность обучающихся «Движение есть жизнь!» в рамках спортивно-оздоровительного направления планируется из расчета 1 час в неделю 34 часа в год.

**Основной формой подведения итогов и реализации программы являются:**

- Спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия: соревнования, Дни здоровья.
- Утренняя зарядка, физкультминутки на уроках, организация прогулок на свежем воздухе.
- Организация деятельности по охране здоровья, профилактике заболеваний, безопасности.
- Беседы, интерактивные игры, конкурсы газет и рисунков о спорте, акции по ЗОЖ.
- Подвижные игры корригирующего и общеукрепляющего характера.

### **Планируемые результаты освоения программы**

#### **Личностные результаты**

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

#### **Метапредметные результаты**

- 1) определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- 2) умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- 3) уметь организовать самостоятельные занятия, а также, с группой товарищей;
- 4) организовывать и проводить соревнования в классе, во дворе;
- 5) умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- 6) умение вести наблюдение за показателями своего физического развития

### Учебно-тематический план

№ п/п	Название разделов и тем.	Количество во часов		
			Теория	Практика
<b>I четверть – 8 часов</b>				
1	Игры с бегом.	5	1	4
2	Игры с мячом.	3		3
<b>II четверть – 8 часов</b>				
3	Игры с прыжками.	4	1	3
4	Игра малой подвижности	4		4
<b>III четверть – 11 часов</b>				
5	Народные игры.	11	2	9
<b>IV четверть – 7 часов</b>				
8	Эстафеты.	7	1	6
	Итого:	<b>34 часа</b>	5	29

### Содержание программы курса внеурочной деятельности

#### I. Игры с бегом.

Теория. Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды.

#### Практические занятия:

1. Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами».
2. Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок».
3. Комплекс ОРУ на месте. «Скороходы и бегуны»
4. Комплекс ОРУ с предметами, Игра «Игра «Без пары».

#### II. Игры с мячом

Теория. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.

#### Практические занятия:

1. Комплекс ОРУ с набивными мячами. "Пионербол". Игра "Головой, ногой через сетку".
2. Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч в кольцо", "Пионербол".

#### III. Игры с прыжками

Теория. Профилактика детского травматизма.

#### Практические занятия:

1. Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно».
2. Комплекс ОРУ. Игра «Тропка».
3. Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка».

#### IV. Игры малой подвижности

Теория. Разучивание рифм для проведения игр.

#### Практические занятия:

1. Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?», «Найди предмет».
2. Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал», «Угадай, кто это?».
3. Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты», «Наблюдатели».

#### V. Народные игры

Теория. Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.

**Практические занятия:**

1. Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".
2. Разучивание народных игр. Игра "Коршун".
3. Разучивание народных игр. Игра "Бабки".
4. Игра "Русская лапта".
5. Игра «Пустое место».
6. Игра «Кто первый?».
7. Игра «Кто дальше»
8. Игра «Делай, как я?»
9. Игра «Брось предмет в цель»

**VI. Эстафеты**

Теория. Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Способы деления на команды.

**Практические занятия:**

1. Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.
2. Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».
3. Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи).

**Учебно-методическое и материально –техническое обеспечение программы**

Для проведения занятий в школе должно быть следующее оборудование и инвентарь:

1. Учебные пособия: спортивный инвентарь, изобразительные наглядные пособия, плакаты: «Комплекс упражнений утренней гимнастики», «Первая помощь при травмах», «Пропаганда здорового образа жизни», «Правильная осанка», «Гимнастика для глаз»; измерительные приборы: весы, часы и их модели.
2. Оборудование для демонстрации мультимедийных презентаций: компьютер, мультимедийный проектор, DVD и др.
3. Методические виды продукции: разработки игр, бесед, эстафет, конкурсов, прогулок.



## Список литературы

### Для учителя:

1. Дереклеева Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. – М.: ВАКО, 2008.
2. Тихомирова Л.Ф. Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей. - Ярославль, 2003.
3. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А., Жиренко О.Е. Новые 135 уроков здоровья, или школа докторов природы. - М.: ВАКО, 2008.
4. Миняева С. Подвижные игры дома и на улице. - М.: Айрис Пресс, 2006.
5. Антропова М.В., Кузнецова Л.М. Режим дня школьника. М.:Вентана-граф, 2002.
6. Захаров А.Н. Как предупредить отклонения в поведении детей. М. 2005.
7. Ковалько В.И. Школа физкультминуток (1–11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. М.: ВАКО, 2007.
8. Невдахина З.И. Дополнительное образование: сборник авторских программ / ред.-сост. З.И. Невдахина. Вып. 3 М.: Народное образование; Ставрополь: Ставропольсервисшкола, 2007.
9. Синягина Н.Ю. Как сохранить и укрепить здоровье детей: психологические установки и упражнения. / Н.Ю. Синягина, И.В. Кузнецова. М.: Владос, 2003. 112 с.
10. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. М.: АРКТИ, 2003.
11. Якиманская И.С. Личностно ориентированное обучение. М.: 1991.

### Для учащихся:

1. Гуревич И.А. 300 соревновательно-игровых заданий по физическому воспитанию: Практич. пос. - Минск, 1994.
2. Белых В. Правила здорового образа жизни /В. Белых. – Ростов н/Д.: Феникс, 2017.
3. Лаптев А.П. Закаливайтесь на здоровье /А.П.Лаптев. – М.: Медицина, 1991.
4. Хаткина, М. Веселые уроки здоровья для умных мальчиков и девочек /М. Хаткина. – М.: БАО, 2013.
5. Здорово быть здоровым: 5–6–7-е классы: учебное пособие для общеобразовательных организаций/ под ред.Г.Г.Онищенко.-Москва: Просвещение, 2021.

**Календарно-тематическое планирование**

№ п/п	№ п/п	Тема занятия	Ко-л-во часов	Виды деятельности	«Учение с увлечением» Коррекционно-развивающие игры, упражнения на развитие физических качеств	Дата проведения	
						План	Факт
<b>1 четверть – 8 ч. Игры с бегом-5ч.</b>							
1	1	Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды.	1	Беседа: знакомятся с правилами поведения на занятии во время игр. Знакомство со способами деления на команды. Актуализация имеющихся знаний и опыта.	К/р игра на меткость	05.09	
2	2	Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами».	1	Комплекс ОРУ в движении. Малоподвижные игры на свежем воздухе.	К/р игра на развитие речевой и двигательной активности.	12.09	
3	3	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок».	1	Комплекс ОРУ в движении. Малоподвижные игры на свежем воздухе.	К/р игра на меткость	19.09	
4	4	Комплекс ОРУ на месте. «Скороходы и бегуны»	1	Комплекс ОРУ в движении. Малоподвижные игры на свежем воздухе.	К/р игра на развитие внимания, быстроты реакции.	26.09	
5	5	Комплекс ОРУ с предметами, Игра «Игра «Без пары».	1	Комплекс ОРУ в движении. Малоподвижные игры на свежем воздухе.	К/р игра на развитие тактильных ощущений, слухового внимания, памяти, умения ориентироваться в пространстве.	03.10	
<b>Игры с мячом-3ч.</b>							
6	6	Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.	1	Подвижные игры в спортивном зале. Способы передачи мяча.	К/р игра на развитие быстроты реакции	10.10	
7	7	Комплекс ОРУ с набивными мячами. "Пионербол". Игра "Головой, ногой через сетку".	1	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Корректировка техники выполнения и тактических действий.	К/р игра на умения ориентироваться в пространстве, организованности.	17.10	
8	8	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч в кольцо", "Пионербол".	1	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Корректировка техники выполнения и тактических действий.	К/р игра на улучшение координации движений.	24.10	
<b>2 четверть – 8 часов. Игры с прыжками-4ч.</b>							
9	1	Профилактика детского травматизма. Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно».	1	Беседа. Профилактика детского травматизма. Комплекс ОРУ.	К/р игра на развитие внимания, способности ориентироваться в пространстве.	07.11	

10	2	Комплекс ОРУ. Игра «Тропка».	1	Комплекс ОРУ. Подвижные игры в спортивном зале.	К/р игра на развитие точности движений, ловкости, быстроты двигательной реакции, формирование навыков коллективного взаимодействия.	14.11
11	3	Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка».	1	Комплекс ОРУ. Подвижные игры в спортивном зале.	К/р игра на развитие внимания, способности ориентироваться в пространстве.	21.11
12	4	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч в кольцо", "Пионербол".	1	Комплекс ОРУ. Подвижные игры в спортивном зале.	К/р игра на развитие ловкости, чувства дистанции, точности и быстроты движений.	28.11
<b>Игра малой подвижности-4ч.</b>						
3	5	Разучивание рифм для проведения игр.	1	Разучивание рифм для проведения игр.	К/р игра на развитие координации коллективных действий, умения ориентироваться в пространстве.	05.12
14	6	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?», «Найди предмет».	1	Комплекс ОРУ на месте. Подвижные игры в спортивном зале.	К/р игра на развитие равновесия и точности движений, ощущения пространства при отсутствии зрительного контроля.	12.12
15	7	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал», «Угадай, кто это?».		Комплекс ОРУ на месте. Подвижные игры в спортивном зале.	К/р игра на развитие ловкости, чувства дистанции, точности и быстроты движений.	19.12
16	8	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты», «Наблюдатели».		Комплекс ОРУ на месте. Подвижные игры в спортивном зале.	К/р игра на развитие ловкости, чувства дистанции, точности и быстроты движений.	26.12
<b>3 четверть – 11 ч. Народные игры-11ч.</b>						
17	1	Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники.	1	Беседа. Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники.	К/р игра на развитие внимания, быстроты реакции, точности движений.	09.01
18	2	Классификация народных игр.	1	Беседа. Классификация народных игр: а) подвижные (спортивные) игры; б) обрядовые (календарные); в) по отношению к природе (природные); г) трудовые (бытовые) д) с ведущим (водящим).	К/р игра на развитие быстроты реакции, внимания	16.01

19	3	Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".	1	Подвижные игры в спортивном зале. Разучивание народных игр.	К/р игра на развитие ловкости, точности, выносливости.	23.01	
20	4	Разучивание народных игр. Игра "Коршун".	1	Подвижные игры в спортивном зале. Разучивание народных игр.	К/р игра на развитие быстроты реакции, внимания	30.01	
21	5	Разучивание народных игр. Игра "Бабки".	1	Подвижные игры в спортивном зале. Разучивание народных игр.	К/р игра на освоение элементарных умений передачи мяча, развитие точности движений.	06.02	
22	6	Игра "Русская лапта".	1	Подвижные игры в спортивном зале. Разучивание народных игр.	К/р игра на координацию движения и дыхания.	13.02	
23	7	Игра «Пустое место».	1	Подвижные игры в спортивном зале. Разучивание народных игр.	К/р игра на развитие быстроты реакции. Сохранение правильной осанки.	20.02	
24	8	Игра «Кто первый?».	1	Подвижные игры в спортивном зале. Разучивание народных игр.	К/р игра на ориентировку в пространстве.	27.02	
25	9	Игра «Кто дальше»	1	Подвижные игры в спортивном зале. Разучивание народных игр.	К/р игра на коррекцию осанки.	05.03	
26	10	Игра «Делай, как я?»	1	Подвижные игры в спортивном зале. Разучивание народных игр.	К/р игра на согласованность движений рук и ног, симметричность и амплитуду движений, развитие - мелкой моторики кисти	12.03	
27	11	Игра «Брось предмет в цель»	1	Подвижные игры в спортивном зале. Разучивание народных игр.	К/р игра на согласованность движений рук и ног, симметричность и амплитуду движений, развитие - мелкой моторики кисти	19.03	
				<b>4 четверть – 7 ч. Эстафеты</b>			
28	1	Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Способы деления на команды.	1	Беседа. Правила безопасного поведения при проведении эстафет.	К/р игра на формирование правильной осанки, пространственного ориентирования, речи.	02.04	
29	2	Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, эстафета парами.	1	Организация и проведение эстафет. Подвижные игры в спортивном зале.	К/р игра на развитие внимания, координации движений и пространственного ориентирования.	09.04	

30	3	Эстафета с лазанием и перелезанием.	1	Организация и проведение эстафет. Подвижные игры в спортивном зале.	К/р игра на развитие внимания, координации движений и пространственного ориентирования.	16.04	
31	4	Эстафета с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».	1	Организация и проведение эстафет. Подвижные игры в спортивном зале.	К/р игра на развитие внимания.	23.04	
32	5	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи).	1	Организация и проведение эстафет. Подвижные игры в спортивном зале.	К/р игра На укрепление мышц туловища, плечевого и тазового пояса, развитие координации движений рук и ног.	30.04	
33	6	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)	1	Организация и проведение эстафет. Подвижные игры в спортивном зале.	К/р игра на развитие мелкой моторики, равновесия, координации движений, внимания.	07.05	
34	8	Игры на свежем воздухе.	1	Подвижные игры на свежем воздухе.	К/р игра на развитие концентрации внимания, координации движений, навыка ходьбы	14.05	

**СПИСОЧНЫЙ СОСТАВ  
ГРУПП ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
в 2023-2024 учебном году**

Группа внеурочной деятельности		Кружок «Движение есть жизнь!»
Расписание занятий		Вторник 13.10-13.50
Список детей		
Педагог внеурочной деятельности		Мананников Константин Викторович
№	Фамилия, имя ученика	класс
1.	Замесин Никита	96
2.	Кардымон Ждан	96
3.	Щёголев Максим	96