

РАСМОТРЕНО
на заседании МС
Протокол № 2
от 28.08.2025г.

СОГЛАСОВАНО:
Заместитель директора по
воспитательной работе КОУ
«Мегионская школа для
обучающихся с ограниченными
возможностями здоровья»
Л.В. Тарабаева



УТВЕРЖДАЮ:
И.о. директора КОУ
«Мегионская школа для
обучающихся с ограниченными
возможностями здоровья»
Л.В. Тарабаева



Приказ № 297-О
от «28» 08 2025 года

**Адаптированная рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Народные игры»
для обучающихся 8-12 лет
на 2025 – 2026 учебный год**

Автор программы: Е.В. Мичкова
учитель физической культуры

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт Программы.....	3
2. Пояснительная записка.....	4
3. Общая характеристика курса.....	6
4. Описание места курса в учебном плане.....	9
5. Планируемые результаты освоения курса.....	9
6. Содержание курса внеурочной деятельности.....	10
7. Тематическое планирование.....	11
8. Материально-техническое обеспечение программы.....	12
9. Учебно – методическое обеспечение программы.....	13
10. Календарно-тематический план.....	15

1. Паспорт Программы

Наименование программы	Кружок «Народные игры»
Направление	Спортивно-оздоровительное
Составитель программы	Мичкова Екатерина Владимировна
Название учреждения	КОУ «Мегионская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»
Целевая группа	Обучающиеся 8-12 лет, испытывающих затруднения в достижении планируемых результатов, связанных с двигательными действиями, основой игровой деятельности.
Цель программы	формирование гармонически развитой, активной личности; содействие укреплению и сохранению здоровья младших школьников; создание эмоционально положительной основы для развития патриотических чувств.
Задачи программы	Образовательные задачи предполагают: • знакомство учащихся с разнообразием народных игр и возможностью использовать их при организации досуга; • расширение двигательного опыта обучающихся за счёт овладения двигательными действиями игры и формирования основ индивидуального образа жизни; • активизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время. Воспитательные задачи направлены на формирование разноплановой и гармонично развитой личности: • потребность в ежедневных играх; самостоятельность, инициативность; • самоорганизация, стремление к взаимопомощи; • содействие развитию интереса к многонациональной культуре нашей Родины, воспитание бережного отношения к народным традициям; • содействие сплочению классных коллективов через игровые формы работы. • содействие развитию доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.
	Коррекционно-развивающие задачи направлены на: • развитие познавательной активности, интереса и инициативы в игровой деятельности; • обогащение словарного запаса;

	• преодоление недостатков двигательной сферы, физического и психического развития детей с ОВЗ; • развитие двигательных качеств. Оздоровительные задачи направлены на: • охрану жизни и укрепление здоровья воспитанников; • гармоничное психосоматическое развитие; • совершенствование защитных функций организма, повышение устойчивости к различным заболеваниям, увеличение работоспособности; • повышение физиологической активности органов и систем организма.
Сроки реализации	1 год
Режим и время занятий	1 раз в неделю понедельник 17.30-18.10

2. Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Народные игры» разработана на основе:

1. Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Приказов Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014г. №1599 «Об утверждении федерального государственного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»; №1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (Приложение N 8. Требования к АООП НОО обучающихся с расстройствами аутистического спектра).

3. СП 2.4.3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (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. Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программой 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, 8.4) на 2025-2026 уч. год.

7. Федеральной рабочей программы по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в соответствии с комплектом рабочих программ по адаптивной физической культуре для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (одобрен решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 29 сентября 2022 г. № 7/22).

8. Федерального перечня учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях на 2025-2026 уч.год.

Цель: формирование представлений обучающихся о здоровом образе жизни, развитие физической активности и двигательных навыков.

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.

По результатам наблюдения обучающиеся проявляют интерес к занятиям физической культурой и спортом, особенно привлекают подвижные игры и игровые упражнения. Учитывая особенности психомоторного недоразвития, физической и психической ретардации, трудностей восприятия учебного материала целесообразный подбор физических упражнений, игр позволяет избирательно решать, как общие, так и специфические задачи. Такие естественные виды упражнений как ходьба, бег, прыжки, метания, упражнения с мячом и др. обладают огромными возможностями для коррекции и развития координационных способностей, равновесия, ориентировки в пространстве, физической подготовленности, профилактики вторичных нарушений, коррекции сенсорных и психических нарушений.

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 2-11 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 14.06.2025г., Приложение 1).

Планируется посещение всех занятий в сопровождении тьюторов, которые закреплены за обучающимися 8-12 лет (2в и 4а классов).

Актуальность программы.

Актуальность программы в том, что подвижные и коррекционные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников с умеренной умственной отсталостью, расстройствами аутистического спектра, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста.

Каждая национальная, этническая и культурная группа обладает настоящим сокровищем – народными (традиционными) детскими играми, сохраняющими и в настоящее время большую культурную и образовательную ценность. Народные игры можно рассматривать как часть духовного потенциала народа, формировавшегося на протяжении длительного периода. Игра в начальной школе является незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности младшего школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений, на развитие творчества, воображения, внимания, воспитания инициативности, самостоятельности действий, выработку умения выполнять правила общественного порядка. У детей формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических

чувств: любви к Родине; ее культуре и наследию. По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Народные подвижные игры, имеющие многовековую историю, всегда были очень важны при воспитании, так как способствовали максимальному развитию у детей разнообразных двигательных навыков и умений, сноровки, необходимых во всех видах деятельности.

Правильно организованный игровой двигательный режим укрепляет здоровье, дает возможность добиться значительного улучшения показателей психофизической подготовленности учащихся, и, что особенно важно, благодаря ему физические способности детей развиваются гармонично.

Подвижные игры, включающие выполнение каких-либо физических упражнений (бег, удары, прыжки) в ответ на следующие друг за другом сигналы, могут эффективно использоваться для развития реактивности, резкости (способности быстро напрягать мышцы), быстроты (способности ускорять быстрое суставное движение).

Актуально обучение по данной программе будет для детей с умеренной умственной отсталостью, так как именно для них закладываются основы игровой деятельности, направленные на совершенствование прежде всего естественных движений (ходьба, бег, прыжки, метание), элементарных игровых умений (ловля мяча, передачи, броски, удары по мячу) и технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой, соперником), необходимые при дальнейшем овладении спортивными играми. Многообразие двигательных действий, входящих в состав подвижных игр, оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентированию в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей). Таким образом, курс «Народные игры» реализует спортивно-оздоровительное направление во внеурочной деятельности для обучающихся 8-12 лет.

3.Общая характеристика курса

Цель программы – формирование гармонически развитой, активной личности; содействие укреплению и сохранению здоровья младших школьников; создание эмоционально положительной основы для развития патриотических чувств.

Задачи программы:

Образовательные задачи предполагают:

- знакомство учащихся с разнообразием народных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- расширение двигательного опыта обучающихся за счёт овладения двигательными действиями игры и формирования основ индивидуального образа жизни;
- активизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время.

Воспитательные задачи направлены на формирование разноплановой и гармонично развитой личности:

- потребность в ежедневных играх; самостоятельность, инициативность;
- самоорганизация, стремление к взаимопомощи;
- содействие развитию интереса к многонациональной культуре нашей Родины, воспитание бережного отношения к народным традициям;
- содействие сплочению классных коллективов через игровые формы работы.
- содействие развитию доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.

Коррекционно-развивающие задачи направлены на:

- развитие познавательной активности, интереса и инициативы в игровой деятельности;
- обогащение словарного запаса;
- преодоление недостатков двигательной сферы, физического и психического развития детей с ОВЗ;
- развитие двигательных качеств.

Оздоровительные задачи направлены на:

- охрану жизни и укрепление здоровья воспитанников;
- гармоничное психосоматическое развитие;
- совершенствование защитных функций организма, повышение устойчивости к различным заболеваниям, увеличение работоспособности;
- повышение физиологической активности органов и систем организма.

Характеристика обучающихся группы, у которых наблюдается наличие нарушений психического и физического развития.

Программа предназначена для обучающихся 8-12 лет с умеренной умственной отсталостью, расстройствами аутистического спектра (вариант 2, 8.4).

У этих детей наряду с основным диагнозом, имеется много различных сопутствующих заболеваний, таких как различные нарушения сердечно-сосудистой, дыхательной, эндокринной систем, отмечаются нарушения зрения и слуха, ожирение, ограниченность речевого развития. В **двигательной сфере** детей страдают координация, точность и темп движений, сенсомоторика, наблюдаются различные аномалии опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопие), мышечная слабость, отставание в росте. Нередко у таких детей наблюдается аномалии развития конечностей, кистей, пальцев, головы, внутренних органов. Стойкое нарушение **познавательной деятельности** выражается в отсутствии потребности в знаниях, вялости мыслительной деятельности, неумении анализировать и обобщать, из совокупности выделять главное, проводить сравнение, находить сходство, оценивать себя и свою работу. Отмечается недостаточность всех уровней мыслительной деятельности: наглядно-действенного, наглядно-образного, словесно-логического. Анализ зрительного восприятия реального предмета или изображения отличается бедностью и фрагментарностью.

Восприятие характеризуется замедленным темпом и объемом, поэтому формирование знаний, освоение двигательных действий требует больше времени. Трудности восприятия пространства и времени мешают ориентироваться в окружающем, улавливать внутренние взаимосвязи. Например, поводящие упражнения часто воспринимаются как самостоятельные, не имеющие логической связи с основным упражнением.

Речевая деятельность развита недостаточно, страдают все ее стороны: фонетическая, лексическая, грамматическая. Характерна задержка становления речи, понимания обращенной речи. Нарушение речи носит системный характер и распространяется на все функции речи – коммуникативную, познавательную, регулирующую. Причиной являются нарушения взаимосвязи между первой и второй сигнальными системами. В результате отмечаются трудности звукобуквенного анализа и синтеза, восприятия и понимания речи, что снижает потребность в речевом общении.

Память характеризуется слабым развитием и низким уровнем запоминания, особенно затруднено осмысленное запоминание. **Внимание** характеризуется малой устойчивостью, замедленностью переключения. Существенно страдают **волевые процессы**: дети не умеют руководить своей деятельностью. Нередко встречаются «стертые» двигательные нарушения, которые компенсировались к школьному возрасту и стали практически незаметны в бытовых условиях, однако проявляются при физической нагрузке и при выполнении сложных двигательных действий.

Эмоциональная сфера также имеет ряд особенностей. Отмечается недоразвитие, неустойчивость эмоций, отсутствие оттенков переживаний, слабость собственных намерений, стереотипность реакций. Всем детям свойственны эмоциональная незрелость,

нестабильность чувств, трудности в понимании мимики и выразительных движений. Наблюдаются случаи то выраженного эмоционального спада, то повышенной возбудимости. У детей этой категории наблюдается недоразвитие навыков игровой деятельности, они с удовольствием играют в известные, освоенные подвижные игры и с трудом осваивают новые.

Состав группы смешанный могут заниматься, как мальчики, так и девочки, соблюдая нагрузку соответственно возрасту, также для овладения коммуникативными вербальными и невербальными средствами, повышения интереса к эмоциональному и ситуативно-деловому сотрудничеству. Контингент обучающихся может меняться в течение года, в связи с выбором кружка обучающимися по интересам, по способностям учащихся, а также в связи с занятостью в других кружках, может происходить отток и приток детей.

Формы занятий - групповая совместная деятельность.

Основные принципы работы со школьниками на занятиях: создание условий для активного продуктивного общения, отработка стандартных коммуникативных речевых и игровых умений; развитие личностных особенностей (открытости, спонтанности и др.); расширение кругозора, систематизации знаний по интересующим детей вопросам, помощь в осознании себя, своих возможностей, закрепление правил общения.

Формы организации:

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

Методы реализации:

- метод практических упражнений;
- метод дистанционного управления;
- метод наглядности;
- метод стимулирования двигательных действий.

Замедленность протекания психических процессов, конкретность мышления, дефекты памяти и внимания обуславливают чрезвычайную медлительность образования у детей двигательных навыков. Для того чтобы ученики усвоили упражнения, игры, инструкции к ним, необходимы многократные повторения, сочетающиеся с правильным показом. Необходимо подбирать такие упражнения и задания, которые состоят из простых, элементарных движений. Одной из характерных особенностей детей с умеренной умственной отсталостью и с расстройствами аутистического спектра является инертность нервных процессов, их стереотипность и обусловленная этим трудность переключения с одного действия на другое. При изменении привычной обстановки они не могут воспроизвести даже хорошо знакомые, разученные упражнения, игры. Поэтому при планировании занятий необходимо предусмотреть разучивание одних и тех же заданий в различных условиях.

В работе с такими детьми нужно помнить, что словесная инструкция, даже в сочетании с показом, не всегда бывает достаточной для усвоения упражнения, игры. Поэтому требуется непосредственная помощь учащимся в процессе воспроизведения того или иного задания.

Формы подведения итогов реализации программы:

Развлечение «В мире добрых игр».

4. Описание места курса в учебном плане

Сроки реализации программы.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Народные игры» разработана с учетом психофизических особенностей детей и осуществляется с учетом возрастных особенностей обучающихся, рассчитана на 1 учебный год (2025-2026), 34 часа; предназначена для обучающихся 8-12 лет.

Режим занятий и место проведения.

Все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность 40 минут (академический час), 1 раз в неделю: понедельник 17.30-18.10. Занятия проводятся в спортивном зале и на свежем воздухе.

5. Планируемые результаты освоения курса

Планируемые результаты:

- повышение интереса к игровой деятельности;
- создание условий для успешного обучения обучающихся в образовательном учреждении, в коллективе сверстников, социальной среде на основе единой системы ценностей, образовательных технологий и активных форм обучения;
- расширение культурологических знаний, приобщение учащихся к ценностям русской культуры;
- развитие умений работать в коллективе;
- формирование у детей уверенности в своих силах;
- умение применять игры самостоятельно;
- укрепление здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни.

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся должны: **иметь представление:**

- о народной игре как средстве подвижной игры;
- о соблюдении правил игры;
- о связи занятий подвижными играми с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности.

уметь:

- самостоятельно играть в подвижные игры;
- соблюдать правила игры.

В результате изучения данной программы, учащиеся получают возможность формирования предметных и личностных результатов:

Прогнозируемый результат

Предметные результаты:

1. Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений:
 - 1.1 освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в т.ч. с использованием технических средств);
 - 1.2 освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей;
 - 1.3 совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости;
 - 1.4 умение радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал и др.
2. Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: общеразвивающие упражнения, корригирующие упражнения, прикладные упражнения, игры и игровые упражнения;
 - 2.1 интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: спортивные и подвижные игры, физическая подготовка;
 - 2.2 умение выполнять общеразвивающие упражнения, корригирующие упражнения, прикладные упражнения, играть в подвижные игры и др.
3. Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью:

3.1 умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения, др.

Личностные результаты:

- осознание себя как ученика, заинтересованного посещением занятий подвижными играми в условиях спортивного зала, на спортивной площадке (на открытом воздухе);
- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней;
- готовность к безопасному и бережному поведению в процессе занятий спортом и физической культурой;
- осознанное отношение к своему здоровью, здоровому образу жизни.

6.Содержание курса внеурочной деятельности

Выбор содержания программы мотивирован тем, что она:

- соответствует социальному заказу общества в связи с необходимостью воспитания патриотизма у младших школьников;
- построена с учётом принципов системности, научности, доступности и преемственности;
- поддерживает и развивает у учащихся мотивацию к школьному обучению;
- способствует развитию коммуникативной и информационной компетенции учащихся;
- обеспечивает условия для реализации практической направленности, учитывает возрастную психологию учащихся;
- сохраняет единое образовательное пространство, предоставляет широкие возможности для реализации.

Содержание программы отражено в следующих разделах:

1.Русские народные игры (9 часов).

Вводное занятие. Общие правила игр. Техника безопасности. Русские народные игры: «Краски», «Гори, гори ясно», «Ляпка», «Салки», «Пятнашки», «Охотники и зайцы», «Фанты», «Ловишки с приседаниями», «Волк», «Птицелов», «Горелки».

2.Игры народов России (19 часов).

Игры народов России: «Юрта», «Медный пень», «Ищем палочку», «Выбей из круга», «Подними платок», «Под буркой», «Прятки», «Альчик!», «Мяч», «Я есть!», «Невод», «Стой, олень!», «Катание мяча», «Серый волк», «Сокол и лиса», «Пятнашки», «Водяной», «Серый зайка», «Чиж», «Стрельба в мишень», «Борьба», «Котел», «Круговой», «Борьба за флажки», «Рыбки», «Льдинки, ветер и мороз».

3.Эстафеты (5 часов).

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

4. Итоговое занятие (1 час).

Развлечение «В мире добрых игр».

В процессе реализации программы «Народные игры» дети знакомятся с народными играми; играми народов, проживающих на территории Российской Федерации; эстафетами.

7. Тематическое планирование

Четверть	Наименование разделов	Количество часов			«Учение с увлечением»
		всего	теорети	практи	

			ческих	ческих	
Первая	Русские народные игры.	9	В процессе занятий	3	Коррекционные игры для развития способности ориентирования в пространстве; развития тактильной чувствительности, формирования способности вести совместные действия с партнером; активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти; развития мелкой моторики рук; активизации речевой деятельности, способности к звукоподражанию «Найди предмет в зале», «Рука все помнит», «На ощупь», «Поезд» и пр.
	Игры народов России.			6	
Вторая	Игры народов России.	8		8	Коррекционные игры для развития способности ориентирования в пространстве; развития тактильной чувствительности, формирования способности вести совместные действия с партнером; активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти; развития мелкой моторики рук; активизации речевой деятельности, способности к звукоподражанию «Догони меня», «Найди предмет в зале», «Рука все помнит», «На ощупь», «Море, берег» и пр.
Третья	Игры народов России.	9		3	Коррекционные игры для развития способности ориентирования в пространстве; развития тактильной чувствительности, формирования способности вести совместные действия с партнером; активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти; развития мелкой моторики рук; активизации речевой деятельности, способности к звукоподражанию «Догони меня», «Найди предмет в зале», «Рука все помнит», «На ощупь», «Море, берег» и пр.
	Эстафеты.			5	
	Русские народные игры.			1	

					внимания, памяти; развития мелкой моторики рук; активизации речевой деятельности, способности к звукоподражанию «Пойдешь гулять», «Поезд», «На праздник» и пр. Корректирующие упражнения: расслабление кисти – «стряхнули воду; для мышц туловища «маятник», «косим траву» и пр.
Четвертая	Русские народные игры.	8		4	Коррекционные игры для развития способности ориентирования в пространстве; развития тактильной чувствительности, формирования способности вести совместные действия с партнером; активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти; развития мелкой моторики рук; активизации речевой деятельности, способности к звукоподражанию «Возьми флажок, «Пойдем в гости», «Беги ко мне», «Догони мяч» и пр.
	Игры народов России.			3	
	Итоговое занятие.			1	
Итого		34		34	

8. Материально – техническое обеспечение

АРМ учителя: персональный компьютер; проектор, экран настенный, акустическая система (в учебных кабинетах, закрепленных за классами).

Спортивный инвентарь и оборудование:

Мячи резиновые.
Мячи волейбольные.
Мячи баскетбольные
Мячи теннисные.
Мячи футбольные.
Кегли.
Кубики.
Разноцветные ленты.
Веревочки.
Скакалки гимнастические.
Палки гимнастические.
Обручи гимнастические.
Стойки под обручи.
Маты гимнастические.

Скамейки гимнастические.
Ребристая доска.
Канат.
Стенка гимнастическая.
Бочке параолимпийский.
Степ.
Министеппер.
Щиты для баскетбола.
Сетка для волейбола.

9. Учебно-методическое обеспечение

1. Нормативные документы:

- 1.Креминская, М.М. Сборник программ по физической культуре для образовательных организаций, реализующих адаптивные образовательные программы для детей с ограниченными возможностями здоровья (для учащихся с лёгкой и умеренной умственной отсталостью 1-12 классы). - СПб. : Владос Северо-Запад, 2013.
- 2.Попова, Г.П. Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки. - Волгоград: Учитель, 2008.
3. 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.
- 4.Программы обучения глубоко умственно отсталых детей (НИИ Дефектологии АПН СССР).-Москва., 1983.

2. Учебники и учебные пособия:

- 2.1.Физическая культура. 2 класс: учеб. для общеобразоват. организаций/ А.П. Матвеев. - М.: Просвещение, 2019. Физическая культура. 4 класс: учеб. для общеобразоват. организаций/ А.П. Матвеев. - М.: Просвещение, 2019.
- 2.2.Подвижные игры: Учеб. для студ. пед. вузов. - М.: Издательский центр "Академия", Жуков М.Н., 2000.
- 2.3.Дереклеева Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья, 1-5 классы - М.: ВАКО, 2004 (мастерская учителя).
- 2.4.Методика физического воспитания учащихся 1-4 классов: Пособие для учителя / Е.Н. Литвинов, Г.И. Погадаев, Т.Ю. Торочкова, Р.Я. Шитова -2-е изд.-М.: Просвещение, 2001.
- 2.5. Учебно-методическое пособие. Игры, состязания и самобытные физические упражнения народов севера, 2003.
- 2.6 А.Н. Как предупредить отклонения в поведении детей. М. 2005. 85 с.
- 2.7.Карасева Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // Начальная школа. 2005. № 11 С. 75–78.
- 2.8.Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе: 1–4 классы. М.: Вако, 2004. 124 с.
- 2.9.Ковалько В.И. Школа физкультминуток (1–11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. М.: ВАКО, 2007.
- 2.10.Патрикеев А.Ю. Подвижные игры.1–4 классы. М.: Вако, 2007. 176 с.
- 2.11.Синягина Н.Ю. Как сохранить и укрепить здоровье детей: психологические установки и упражнения. / Н.Ю. Синягина, И.В. Кузнецова. М.: Владос, 2003. 112 с.
- 2.12.Аникеева Н.П. Воспитание игрой.
- 2.13.Божоич Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте.
- 2.14.Гришина Г. Не забывайте народные игры.
- 2.15.Кенеман А.В., Осокина Т.И. Детские народные подвижные игры.

2.16.Коротков И.М. Подвижные игры детей.

2.11.Демонстрационные материалы (карточки, плакаты, схемы, видео материалы и т.д.)

2.12.Методические виды продукции: разработки игр, бесед, эстафет, конкурсов и пр.

10. Календарно-тематическое планирование

№ занятия в четверти	№ занятия в году	Дата		Тема	Коли чество часов	Виды деятельности	Форма
		По плану	По факту				
1 четверть – 9 часов							
Раздел. Русские народные игры - 3 часа							
1	1	01.09.25		Вводное занятие. Общие правила игр. Техника безопасности. Русская народная игра «Краски».	1	-слушают теоретический материал по правилам игр и поведения во время игр с опорой на наглядность (картинки, карточки); - участвуют в беседе по теме; -участвуют в играх коррекционной направленности.	Беседа: знакомятся с правилами поведения на занятии во время игр. Актуализация имеющихся знаний и опыта. Игры.
2	2	08.09.25		Русская народная игра «Гори, гори ясно».	1	-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя); -разучивают считалки.	Подвижные игры в спортивном зале или на свежем воздухе.
3	3	15.09.25		Русская народная игра «Ляпка».	1	-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя); -разучивают считалки.	Подвижные игры в спортивном зале или на свежем воздухе.
Раздел. Игры народов России - 6 часов							

4	4	22.09.25		Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень».	1	-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя); -разучивают считалки.	Подвижные игры в спортивном зале или на свежем воздухе.
5	5	29.09.25		Бурятская народная игра «Ищем палочку».	1	-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий (при необходимости, повторный показ, дополнительная индивидуальная инструкция учителя); -разучивают считалки.	Подвижные игры на свежем воздухе. Разучивание считалок.
6	6	06.10.25		Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок».	1	-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий; -осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником).	Подвижные игры в спортивном зале или на свежем воздухе.
7	7	13.10.25		Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой».	1	-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя, ориентируясь на поэтапный показ отдельных действий; -осваивают и используют элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником).	Подвижные игры в спортивном зале или на свежем воздухе.

8	8	20.10.25		Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!».	1	-разучивают считалки; -участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя.	Подвижные игры в спортивном зале или на свежем воздухе.
9	9	27.10.25		Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!».	1	-участвуют в различных видах игр, состязаниях по инструкции и по показу учителя.	Подвижные игры в спортивном зале.
2 четверть – 8 часов							
Раздел. Игры народов России - 8 часов							
1	10	10.11.25		Техника безопасности. Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!».	1	-слушают инструктаж и зрительно воспринимают образец поведения на занятиях (техника безопасности); -участвуют в различных видах игр, состязаниях по инструкции и по показу учителя.	Беседа: правила поведения на занятиях во время игр. Состязания. Подвижные игры.
2	11	17.11.25		Марийская народная игра «Катание мяча».	1	-участвуют в различных видах игр, состязаниях по инструкции и по показу учителя; -осваивают и используют игровые умения.	Состязания. Подвижные игры.
3	12	24.11.25		Татарская народная игра «Серый волк».	1	-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя; -осваивают и используют игровые умения.	Подвижные игры в спортивном зале.
4	13	01.12.25		Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки».	1	-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя; -осваивают и используют игровые умения.	Подвижные игры в спортивном зале.
5	14	08.12.25		Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый зайка».	1	-осваивают и используют игровые умения; -участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя;	Подвижные игры в спортивном зале.
6	15	15.12.25		Чечено-ингушская игра «Чиж».	1	-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя;	Подвижные игры в спортивном зале.

						-осваивают и используют игровые умения.	
7	16	22.12.25		Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба».	1	-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя; -осваивают и используют игровые умения.	Состязания. Подвижные игры.
8	17	29.12.25		Мордовские народные игры «Котел», «Круговой».	1	-участвуют в беседе; -отвечают на вопросы; -участвуют в различных видах игр, состязаниях по инструкции и по показу учителя.	Подвижные игры в спортивном зале.
3 четверть – 9 часов							
Раздел. Игры народов России - 3 часа							
1	18	12.01.26		Техника безопасности. Северо-осетинская игра «Борьба за флажки».	1	-слушают инструктаж и зрительно воспринимают образец поведения на занятиях (техника безопасности); -участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя; -осваивают и используют игровые умения.	Беседа: правила поведения на занятиях во время игр. Состязания. Подвижные игры.
2	19	19.01.26		Чувашская игра «Рыбки».	1	-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя; -осваивают и используют игровые умения.	Подвижные игры в спортивном зале.
3	20	26.01.26		Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз».	1	-участвуют в беседе; -отвечают на вопросы; -участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя; -осваивают и используют игровые умения.	Подвижные игры в спортивном зале.
Раздел. Эстафеты - 5 часов							
4	21	02.02.26		Эстафета «Вызов номеров».	1	-участвуют в различных видах эстафет по инструкции и по показу	Эстафеты.

						учителя; -осваивают и используют игровые умения.	
5	22	09.02.26		Эстафета по кругу.	1	-участвуют в различных видах эстафет по инструкции и по показу учителя; -осваивают и используют игровые умения.	Эстафеты.
6	23	16.02.26		Эстафета с обручем. Эстафета с мячом.	1	-участвуют в различных видах эстафет по инструкции и по показу учителя; -осваивают и используют игровые умения.	Эстафеты.
7	24	02.03.26		Эстафета «Быстрые и ловкие».	1	-участвуют в различных видах эстафет по инструкции и по показу учителя; -осваивают и используют игровые умения.	Эстафеты.
8	25	16.03.26		Эстафета «Встречная».	1	-участвуют в различных видах эстафет по инструкции и по показу учителя; -осваивают и используют игровые умения.	Эстафеты.
Раздел. Русские народные игры - 1 час							
9	6	23.03.26		Русские народные игры «Салки», «Пятнашки».		-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя.	Подвижные игры в спортивном зале.
4 четверть – 8 часов							
Раздел. Русские народные игры - 4 часа							
1	27	30.03.26		Техника безопасности. Русская народная игра «Охотники и зайцы».	1	-слушают инструктаж и зрительно воспринимают образец поведения на занятиях (техника безопасности); -участвуют в беседе; -отвечают на вопросы; -участвуют в различных видах игр по	Беседа: правила поведения на занятиях во время игр. Подвижные игры в спортивном зале или на свежем воздухе.

						инструкции и по показу учителя; -осваивают и используют игровые умения.	
2	28	06.04.26		Русские народные игры «Ловишки с приседаниями», «Волк».	1	-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя; -осваивают и используют игровые умения.	Подвижные игры в спортивном зале или на свежем воздухе.
3	29	13.04.26		Русские народные игры «Птицелов», «Горелки».	1	-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя; -осваивают и используют игровые умения.	Подвижные игры в спортивном зале или на свежем воздухе.
4	30	20.04.26		Русские народные игры «Гори, гори ясно», «Краски».	1	-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя; -осваивают и используют игровые умения.	Подвижные игры в спортивном зале или на свежем воздухе.
Раздел. Игры народов России - 3 часа							
5	31	27.04.26		Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень».	1	-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя; -осваивают и используют игровые умения.	Подвижные игры в спортивном зале или на свежем воздухе.
6	32	04.05.25		Бурятская народная игра «Ищем палочку».	1	-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя; -осваивают и используют игровые умения.	Подвижные игры в спортивном зале или на свежем воздухе.
7	33	18.05.25		Игры народов ханты и манси «Нарты-сани», «Смелые ребята».	1	-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя; -осваивают и используют игровые умения.	Подвижные игры в спортивном зале или на свежем воздухе.
Раздел. Итоговое занятие – 1 час							
8	34	25.05.25		Развлечение «В мире добрых игр».	1	-участвуют в различных видах игр по инструкции и по показу учителя; -используют игровые умения.	Костюмированные инсценировки.
ИТОГО ПО КУРСУ:				34 часа (1 час в неделю)			

