

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»

Принято

на педагогическом совете
ГБОУ «Альметьевская школа-интернат»
протокол № 1 от "29" августа 2025 г.

Введено

в действие приказом
№ 115 – О от "01" сентября 2025 г.

Утверждаю:

Директор государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения
«Альметьевская школа-интернат для детей
с ограниченными возможностями здоровья»

Л.Р. Мартынова



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 009B8F2ED4AABF29319CBFF737774DF79D

Владелец: Мартынова Лилия Равиловна

Действителен с 24.02.2025 до 20.05.2026

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности (6.3)

«ДВИЖЕНИЕ ЕСТЬ ЖИЗНЬ»

для 5-9 КОРРЕКЦИОННЫХ КЛАССОВ

1 ч. в неделю; 34 ч. в год

**Составители: Гараева Гульшат Вилсоровна, воспитатель
Латинова Ландыш Марсовна, воспитатель**

Согласовано:

Зам. директора по ВР: Денисова П.А

Рассмотрено:

на заседании ШМО, протокол № 1 от 28 августа 2025 г.

Руководитель ШМО: Гараева Г.В

Альметьевск – 2025 г

Пояснительная записка

Рабочая программа данного учебного курса внеурочной деятельности разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного стандарта образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями»;
- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с интеллектуальными нарушениями (ФАООП ИН), утвержденной Министерством просвещения РФ, приказ от 24.11.2022 г. № 1026;
- Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;
- Методических рекомендаций Министерства просвещения РФ по организации внеурочной деятельности от 05.07.2022 г.;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р;
- Постановления СП 2.4 3648-20 «Об утверждении санитарных правил «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Учебного плана «Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»;
- Положения о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ учебных курсов, предметов, дисциплин Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения ГБОУ «Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»;
- Рабочей программы воспитания ГБОУ «Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья».

Актуальность темы

Реализация внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Движение есть жизнь» обучающихся с интеллектуальными нарушениями – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью и безопасности. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей очень важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Существенным фактором снижения процента здоровых детей является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. Программа ориентирована на детей с нарушениями интеллекта, у которых отсутствуют личные приоритеты здоровья, чаще всего присутствует отрицательный пример окружающих взрослых и детей в семьях. Поэтому решающая роль в формировании здорового образа жизни отводится школе.

Подвижные игры – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве; желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений; проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов.

Подвижные игры всегда требуют от играющих двигательных усилий, направленных на достижение условной цели, оговорённой в правилах. Особенность подвижных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер.

Все свои жизненные впечатления и переживания обучающие отражают в условно-игровой форме, способствующей конкретному перевоплощению в образ ("Гуси- лебеди", например). Игровая ситуация увлекает и воспитывает младшего школьника, а встречающиеся в некоторых играх зачины, диалоги непосредственно характеризуют персонажей и их действия, которые надо умело подчеркнуть в образе, что требует от детей активной интеллектуальной деятельности.

В играх, не имеющих сюжета и построенных лишь на определённых игровых заданиях, также много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы школьника, развитию его мышления и самостоятельности действий. Большое воспитательное значение заложено в правилах игр. Они определяют весь ход игры; регулируют действия и поведение детей, их взаимоотношения; содействуют формированию воли, т.е. они обеспечивают условия, в рамках которых ребёнок не может не проявить воспитываемые у него качества.

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.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению направлена на нивелирование следующих школьных факторов риска: школьные страхи, большие учебные нагрузки и трудности в усвоении школьной программы, интенсификация учебного процесса. Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье обучающихся в дальнейшем.

Итак, подвижные игры в комплексе с другими воспитательными средствами представляют собой основу начального этапа формирования гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство. Впечатления детства глубоки и неизгладимы в памяти взрослого человека. Они образуют фундамент развития его нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно- полезной и творческой деятельности.

Цели и задачи обучения, воспитания и развития детей по спортивно-оздоровительному направлению внеурочной деятельности.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья обучающихся, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих **целей**:

- формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;
- развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
- обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.
- охрана и укрепление физического и психического здоровья обучающихся.

Цели конкретизированы следующими **задачами**:

1. **Формирование:**

- представлений о: факторах, оказывающих влияющих на здоровье; правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных продуктах; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха; двигательной активности; основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие;
- навыков конструктивного общения;
- потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития;
- пропаганда здорового образа жизни;
- Формирование осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью;
- отработка навыков, направленных на развитие и совершенствование различных физических качеств:
 - а) повышение уровня выносливости (беговые упражнения),
 - б) укрепление основной группы мышц, увеличивая подвижность в суставах, улучшая координацию движений .

2. **Обучение:**

- осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;
- правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- упражнениям сохранения зрения.

Универсальными компетенциями учащихся по курсу являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью

- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

**Календарно –тематическое планирование
5 коррекционный класс – 34 часа**

№ п/п	Тема занятия	Кол- во часов	Характеристика деятельности обучающихся	Дата проведения	
				План	Факт
1	Вводное занятие	1	Беседа. Для чего человеку движения. Что даёт физкультура. Инструктаж по технике безопасности		
2.	Подвижная игра "Ловишки".	1	ТБ при проведении подвижных игр.		
3.	Подвижная игра "Ловишки". "Быстро встань в колонну"	1	Игровое упражнение		
4.	Русская народная игра «Горелки», подвижная игра "Жмурки"	1	Игра малой подвижности		
5.	Русская народная игра «Сал» Подвижная игра "Совушка".	1	Беседа «Возникновение подвижных игр»		
6.	"Передал - садись", подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Затейники".	1	Игровое упражнение		
7.	Подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Эхо".	1	Игровое упражнение		
8.	Подвижная игра "Перелет птиц", игровое упражнение "Передача мяча колонне".	1	Игровое упражнение		
9.	Подвижная игра "Успей добежать", "Эхо".	1	Игра малой подвижности		

10.	Подвижная игра "Жмурки", "Летает, не летает".	1	Игра малой подвижности		
11.	Подвижная игра "Не попадись", ходьба, "Бабочка", "Лягушка".	1	Игровое упражнение		
12.	Подвижная игра "Догони свою пару", игра "Фигуры".	1	Игровое упражнение		
13.	Подвижная игра "Ноги от земли" или "Не оставайся на полу", "Угадай, чей голосок".	1	Игра малой подвижности		
14.	Подвижная игра "Ноги от земли", "Кто ушел?".	1	Игра малой подвижности		
15.	Подвижная игра "Ключи", игра "Кто ушел?".	1	Подвижная игра средней интенсивности		
16.	Подвижная игра "Кого называли, тот ловит", "Воротца".	1	Подвижная игра средней интенсивности		
17.	Подвижная игра "Воробьи и кошка".	1	Игра малой подвижности		
18.	Подвижная игра "Ловля обезьян", "Мяч вошедшему".	1	Игра малой подвижности		
19.	Подвижная игра "Перелет птиц", "Поймай мяч".	1	Игра малой подвижности		
20.	Подвижная игра "Ловля обезьян", "Хоровод".	1	Беседа: «Основы строения и функций организма»		
21.	Подвижная игра "Будь ловким", "Фигуры".	1	ТБ при проведении подвижных игр.		

22.	Подвижная игра "Ключи".	1	Игра средней интенсивности		
23.	Подвижная игра "Хитрая лиса".	1	Беседа: «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде».		
24.	Подвижная игра "Удочка", "Летает, не летает".	1	Игровое упражнение		
25.	Подвижная игра "Кого назвали, тот и ловит", "Летает, не летает".	1	Игровое упражнение		
26.	Подвижная игра "Ловишки", "Передача мяча в колонне".	1	Игровое упражнение		
27.	Подвижная игра "Бери ленту", "Эхо".	1	Эстафета		
28.	Подвижная игра "Воробьи и кошка"	1	Игра малой подвижности		
29.	Подвижная игра "Мяч в воздухе".	1	Игра малой подвижности		
30.	Подвижная игра "Мяч в воздухе", "Кто ушел?".	1	Игра малой подвижности		
31.	Подвижная игра "Медведи и пчелы", "Воротца".	1	Игровое упражнение		
32.	Подвижная игра "Медведи и пчелы "Угадай, чей голосок".	1	Игровое упражнение		
33.	Подвижная игра "Мяч в воздухе", "Затейники".	1	Игровое упражнение		
34.	Подвижная игра "Совушка", "Угадай, чей голосок".	1	Эстафета		

**Календарно –тематическое планирование
6 коррекционный класс – 34 часа**

№ п/п	Тема занятия	Кол- во часов	Характеристика деятельности обучающихся	Дата проведения	
				План	Факт
1.	Вводное занятие	1	Беседа. Для чего человеку движения. Что даёт физкультура. Инструктаж по технике безопасности		
2.	Русская народная игра «Жмурки»	1	ТБ при проведении подвижных игр.		
3.	Русская народная игра «Кот и мышь»	1	ТБ при проведении подвижных игр.		
4.	Русская народная игра «Горелки»	1	Игровое упражнение		
5.	Русская народная игра «Салки»	1	Игра малой подвижности		
6.	Русская народная игра «Пятнашки»	1	Беседа «Возникновение подвижных игр»		
7.	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1	Игровое упражнение		
8.	Русская народная игра «Фанты»	1	Игровое упражнение		
9.	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	1	Игровое упражнение		
10.	Русская народная игра «Волк»	1	Игра малой подвижности		

11.	Русская народная игра «Птицелов»	1	Игра малой подвижности		
12.	Подвижная игра «Совушка»	1	Игровое упражнение		
13.	Подвижная игра «Мышеловка»	1	Игровое упражнение		
14.	Подвижная игра «Пустое место»	1	Игра малой подвижности		
15.	Подвижная игра «Карусель»	1	Игра малой подвижности		
16.	Подвижная игра «Кто быстрее?»	1	Подвижная игра средней интенсивности		
17.	Подвижная игра «Конники-спортсмены»	1	Подвижная игра средней интенсивности		
18.	Подвижная игра «Лягушата и цыплята»	1	Игра малой подвижности		
19.	Подвижная игра «Карлики и великаны»	1	Игра малой подвижности		
20.	Эстафета «Передача мяча»	1	Игра малой подвижности		
21.	Эстафета «С мячом»	1	Беседа: «Основы строения и функций организма»		
22.	Эстафета зверей	1	ТБ при проведении подвижных игр.		
23.	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1	Игра средней интенсивности		
24.	Эстафета «Вызов номеров»	1	Беседа: «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде». Эстафета		
25.	Эстафета по кругу	1	Эстафета		

26.	Эстафета с обручем	1	Эстафета		
27.	Эстафета со скакалкой	1	Эстафета		
28.	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»	1	Эстафета		
29.	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	1	Игра малой подвижности		
30.	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1	Игра малой подвижности		
31.	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	1	Игра малой подвижности		
32.	Марийская народная игра «Катание мяча»	1	Игровое упражнение		
33.	Татарская народная игра «Серый волк»	1	Игровое упражнение		
34.	Игра по выбору	1			

**Календарно –тематическое планирование
7 коррекционный класс – 34 часа**

№ п/п	Тема занятия	Кол- во часов	Характеристика деятельности обучающихся	Дата проведения	
				План	Факт
1.	Вводное занятие	1	Беседа. Для чего человеку движения. Что даёт физкультура. Инструктаж по технике безопасности		
2.	Русская народная игра «Краски»	1	ТБ при проведении подвижных игр.		
3.	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	1	Игровое упражнение		
4.	Русская народная игра «Ляпка»	1	Игра малой подвижности		
5.	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	1	Беседа «Возникновение подвижных игр»		
6.	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1	Игровое упражнение		
7.	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	1	Игровое упражнение		
8.	Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой»	1	Игровое упражнение		
9.	Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!»	1	Игра малой подвижности		
10.	Карельские народные игры «Мяч», «Я	1	Игра малой подвижности		

	есть!»				
11.	Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!»	1	Игровое упражнение		
12.	Марийская народная игра «Катание мяча»	1	Игровое упражнение		
13.	Татарская народная игра «Серый волк»	1	Игра малой подвижности		
14.	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	1	Игра малой подвижности		
15.	Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый зайка»	1	Подвижная игра средней интенсивности		
16.	Чечено-ингушская игра «Чиж»	1	Подвижная игра средней интенсивности		
17.	Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба»	1	Игра малой подвижности		
18.	Мордовские народные игры «Котел», «Круговой»	1	Игра малой подвижности		
19.	Северо-осетинская игра «Борьба за флажки»	1	Игра малой подвижности		
20.	Чувашская игра «Рыбки»	1	Беседа: «Основы строения и функций организма»		
21.	Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз»	1	ТБ при проведении подвижных игр.		
22.	Эстафета «Вызов номеров»	1	Игра средней интенсивности		
23.	Эстафета по кругу	1	Эстафета		
24.	Эстафета с обручем	1	Эстафета		

25.	Эстафета с мячом	1	Эстафета		
26.	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1	Эстафета		
27.	Эстафета «Встречная»	1	Эстафета		
28.	Русская народная игра «Салки»	1	Игра малой подвижности		
29.	Русская народная игра «Пятнашки»	1	Игра малой подвижности		
30.	Русская народная игра «Охотники зайцы»	1	Игра малой подвижности		
31.	Русская народная игра «Фанты»	1	Игровое упражнение		
32.	Русская народная игра «Ловушки приседаниями»	1	Игровое упражнение		
33.	Русская народная игра «Волк»	1	Игровое упражнение		
34.	Русская народная игра «Птицелов»	1	Эстафета		

**Календарно –тематическое планирование
8 коррекционный класс – 34 часа**

№ п/п	Тема занятия	Кол- во часов	Характеристика деятельности обучающихся	Дата проведения	
				План	Факт
1	Вводное занятие	1	Беседа. Для чего человеку движения. Что даёт физкультура. Инструктаж по технике безопасности		
2.	Русская народная игра «Жмурки»	1	ТБ при проведении подвижных игр.		
3.	Русская народная игра «Кот и мышь»	1	Игровое упражнение		
4.	Русская народная игра «Горелки»	1	Игра малой подвижности		
5.	Русская народная игра «Салки»	1	Беседа «Возникновение подвижных игр»		
6.	Русская народная игра «Пятнашки»	1	Игровое упражнение		
7.	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1	Игровое упражнение		
8.	Русская народная игра «Фанты»	1	Игровое упражнение		
9.	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	1	Игра малой подвижности		

10.	Русская народная игра «Волк»	1	Игровое упражнение		
11.	Русская народная игра «Птицелов»	1	Игровое упражнение		
12.	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»	1	Игра малой подвижности		
13.	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	1	Игра малой подвижности		
14.	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1	Подвижная игра средней интенсивности		
15.	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	1	Подвижная игра средней интенсивности		
16.	Марийская народная игра «Катание мяча»	1	Игра малой подвижности		
17.	Татарская народная игра «Серый волк»	1	Игра малой подвижности		
18.	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	1	Игра малой подвижности		
19.	Чувашская игра «Рыбки	1	Беседа: «Основы строения и функций организма»		
20.	Эстафета «Передача мяча»	1	ТБ при проведении подвижных игр.		
21.	Эстафета со скакалкой	1	Игра средней интенсивности		
22.	Эстафета «С мячом»	1	Эстафета		

23.	Эстафета зверей	1	Эстафета		
24.	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1	Эстафета		
25.	Эстафета «Вызов номеров»	1	Эстафета		
26.	Эстафета по кругу	1	Эстафета		
27.	Эстафета с обручем	1	Игра малой подвижности		
28.	Русская народная игра «Салки»	1	Игра малой подвижности		
29.	Русская народная игра «Пятнашки»	1	Игра малой подвижности		
30.	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1	Игровое упражнение		
31.	Русская народная игра «Краски»	1	Игровое упражнение		
32.	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	1	Игровое упражнение		
33.	Русская народная игра «Третий лишний»	1	Игровое упражнение		
34.	Русская народная игра «Пятнашки»	1	Игровое упражнение		

**Календарно –тематическое планирование
8 кор -9кор класс – 34 часа**

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Характеристика деятельности обучающихся	Дата проведения	
				План	Факт
1.	Вводное занятие	1	Беседа. Для чего человеку движения. Что даёт физкультура. Инструктаж по технике безопасности		
2.	«Тяни в круг»	1	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей		
3.	ОРУ. Игра «Борьба в квадратах»	1	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры: прыжки через скакалку, «классики».		
4.	Игра «Два лагеря»	1	Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей.		
5.	Игры на выбор	1	Подвижные игры. Эстафета по кругу. Самостоятельные игры Развитие скоростно-силовых способностей		
Подвижные игры с бегом, прыжками и метанием					
6.	Игра «Попади в мяч»	1	Подвижные игры. Игры по выбору. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей		
7.	Физические качества человека. Игра «Скакуны»	1	Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Комбинированная		

			эстафета Развитие скоростно-силовых способностей.		
8.	Игра «Прыжок за прыжком»	1	Прыжки. Подвижные игры. Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры. Развитие скоростно-силовых способностей		
9.	Игра «Салки с мячом»	1	Игры на свежем воздухе.		
10.	Игра «Кто быстрее»	1	Подвижные игры. Эстафета с переноской предметов на свежем воздухе. Развитие скоростно-силовых способностей		
11.	Игра «Перебежка с выручкой»	1	Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Подвижные игры		
12.	Игра «Снайперы»	1	Подвижные игры. Самостоятельные игры. Развитие скоростно-силовых способностей		
13.	Игра «Выше ноги от земли»	1	Игры по выбору. Развитие скоростно-силовых способностей		
Подвижные игры с предметами					
14.	ОРУ. Игра «Мяч капитану»	1	Весёлые старты. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель.		
15.	Игра «Перетягивание»	1	Эстафета с мячами, скакалками. Развитие скоростно-силовых способностей		
16.	Игра «Веселый обруч»	1	Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору Комбинированная эстафета. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей		
17.	Игра «Колодец»	1	Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Соревнования на точность броска мяча в корзину.		

18.	Игра «Летучий мяч»	1	Веселые старты.		
Хороводные игры					
19.	Игра «Попади в круг»	1	Игровое упражнение		
20.	Игра «Тополек»	1	Игровое упражнение		
21.	Игра «Мышеловка»	1	Игровое упражнение		
22.	Игра «Возьми булаву	1	Игровое упражнение		
Игры детей разных народов					
23.	ОРУ. Украинская игра «Перепелочка»	1	Игровое упражнение		
24.	Белорусская игра «Заплетись, плетень»	1	Игровое упражнение		
25.	Узбекская игра «Медведи и пчелы»	1	Игровое упражнение		
26.	Казахская игра «Подними монету»	1	Игровое упражнение		
27.	Грузинская игра «Игра в лягушек»	1	Игровое упражнение		
28.	Азербайджанская игра «День и ночь»	1	Игровое упражнение		
29.	Литовская игра «Король зверей»	1	Игровое упражнение		
30.	Молдавская игра «Барашек»	1	Игровое упражнение		

31.	Латышская игра «Решето»	1	Игровое упражнение		
32.	Киргизская игра «Клади платок»	1	Игровое упражнение		
33.	Таджикская игра «Тетка-наседка»	1	Игровое упражнение		
34.	Армянская игра «Земля, вода, огонь, воздух»	1	Игровое упражнение		

Лист корректировки

Класс	Название раздела, темы	Дата проведения по плану	Причина корректировки	Дата проведения по факту

--	--	--	--	--

Методические материалы

Результаты внеурочной деятельности

Образовательные результаты внеурочной деятельности могут быть трёх уровней. *Первый уровень результатов* – приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, об устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), понимания социальной реальности и повседневной жизни.

Второй уровень результатов – формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Третий уровень результатов – получение школьником опыта самостоятельного социального действия.

Результаты внеурочной деятельности не являются предметом контрольнооценочных процедур.

Демонстрация умений

- 1 Участие в творческих конкурсах, соревнованиях разного уровня
2. Организация и участие в школьных предметных неделях, семинарах различного уровня.

Практическая подготовка

- ☐ **Низкий уровень** -ребёнок не может самостоятельно провести игрут.к. не объясняет содержание и правила игры или отказывается проводить игру
- ☐ **Средний уровень** -ребёнок проводит самостоятельно игру,используя алгоритм проведения игр и помощь педагога, т.к затрудняется в объяснениях содержания и правила игры
- ☐ **Высокий уровень**-ребёнок без помощи педагогасамостоятельно проводит игру, используя алгоритм проведения игр, считалки, вовлекая всех ребят в игру

- **Наблюдение** осуществляется в течение всего года с целью выявления личностных, метапредметных качеств каждого ребёнка.
- **Самостоятельное проведение игр** проводится в конце **полугодий** как итоговое занятие по пройденным темам программы с целью выявления личностных и метапредметных качеств каждого ребёнка.
- **Спортивный праздник** – проводится в конце учебного года с целью подведения итогов по пройденному курсу программы.

Результаты внеурочной деятельности

Образовательные результаты внеурочной деятельности могут быть трёх уровней.

Первый уровень результатов – приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, об устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), понимания социальной реальности и повседневной жизни.

Второй уровень результатов – формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Третий уровень результатов – получение школьником опыта самостоятельного социального действия.

Результаты внеурочной деятельности не являются предметом контрольно-оценочных процедур.

Демонстрация умений

1. Оформление выставок, участие в творческих конкурсах разного уровня
2. Организация и участие в школьных концертах, предметных неделях родительских собраниях, семинарах различного уровня.

Список литературы:

1. Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях: Санитарно-эпидемиологические правила СанПиН 2.4.2.-1178-02 [Текст] – М., 2002.
2. Журнал «Практика» (№ 4/2004 г.).
3. Кучма В. Р. Руководство по гигиене и охране здоровья школьников [Текст] / В. Р. Кучма, Г. Н. Сердюковская, А. К. Демин. – М., 2000.
4. Чупаха И. В. Здоровьесберегающие технологии [Текст] / И. В. Чупаха, Е. З. Пужаева, И. Ю. Соколова. – М., 2003.
- 5. Электронные цифровые образовательные ресурсы <https://resh.edu.ru/>**

Лист согласования к документу № Движение есть жизнь от 01.09.2025
Инициатор согласования: Мартынова Л.Р. Директор
Согласование инициировано: 11.09.2025 11:02

Лист согласования			Тип согласования: последовательное	
N°	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Мартынова Л.Р.		 Подписано 11.09.2025 - 11:02	-