**АННОТАЦИЯ К ПРОГРАММЕ СПОРТИВНО - ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО НАПРАВЛЕНИЯ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ
С УМЕРЕННОЙ, ТЯЖЕЛОЙ И ГЛУБОКОЙ УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ (ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ), ТЯЖЕЛЫМИ И МНОЖЕСТВЕННЫМИ НАРУШЕНИЯМИ
ДЛЯ 0-9 КЛАССОВ**

**«ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»**

Подвижная игра - осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстроменяющихся условиях. Подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости. А это приводит к развитию выносливости. Во время игры дети действуют в соответствии с правилами, которые обязательны для всех участников. Правила регулируют поведение играющих и способствуют выработке взаимопомощи, коллективизма, честности, дисциплинированности. Вместе с тем необходимость выполнять правила, а также преодолевать препятствия, неизбежные в игре, содействует воспитанию волевых качеств — выдержки, смелости, решительности, умения справляться с отрицательными эмоциями. Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т.д. Особенность подвижных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер. Народные 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. В народных играх много юмора, шуток, задора; движения точны и образны; часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами заманчивыми и любимыми младшими школьниками считалками и потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший неповторимый игровой фольклор.

Методика организации игр включает в себя раскрытие содержания игры, которое составляют: сюжет, правила, двигательные действия. В ходе игры дети должны получить возможность действовать самостоятельно, проявлять инициативу, но поощряя к активным действиям, учитель должен вместе с тем следить за дисциплиной, соблюдением правил игры, за тем, чтобы физические нагрузки были оптимальны.

**Цель программы** - укрепление здоровья детей, формирование двигательной активности, развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, которые необходимы учащимся в их повседневной жизнедеятельности.

**Задачи,** решаемые в рамках данной программы:

* обучение правильному выполнению комплексов физических упражнений;
* обучение правильному выполнению дыхательной гимнастики;
* повышение интереса к подвижным играм;
* развитие двигательных умений и навыков;
* развитие интереса к физической культуре и спорту;
* развитие коммуникативных навыков;
* воспитание морально – волевых качеств: дисциплинированность, ответственность, силу воли, взаимовыручку;
* воспитание культуры здоровья;
* повышение физической и умственной работоспособности;
* снижение заболеваемости.

**Сроки реализации:** программа «Подвижные игры» входит в программу внеурочной деятельности школы и реализуется в течение всех 5 лет обучения - с 0-го по 4-ый класс, на освоение программы в 0-х – 1-х классах отводится – 33 часа, во 2-х-9-х классах– 34 часа. Занятия с детьми предполагают – 1 час в неделю по 35-40 минут.

**Содержание**

Содержание программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» отражает активную работу мысли, способствует расширению кругозора, совершенствование всех психических процессов, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Программа на каждом году обучения состоит из разного количества разделов каждый из которых решает свои задачи на каждом году обучения, в связи с чем на их изучение выделяется разное количество часов.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Раздел** | **Примерное содержание** | **Классы** | **Кол-во часов отведенное на раздел** |
|  | Обследование  | Диагностика сформированности двигательных умений и уровня развития физических качеств и занятий физическими упражнениями. Беседа с детьми на темы «Техника безопасности во время занятий физическими упражнениями» и «Правила личной гигиены». | 0 - 1 | 4 |
| 2 | 5 |
| 3 – 9 | 4 |
|  | Восприятие собственного тела  | Восприятие тела как единого целого. Восприятие различных частей тела, вестибулярных/кинестетических раздражителей. | 0 – 2 | 2 |
|  | Обучение двигательным действиям  | Удержание головы в положении лежа на спине (на животе), на боку (правом, левом), в положении сидя. Вставание на четвереньки выполнение определенных заданий. | 0 – 2 | 7 |
|  | Развитие физических качеств | Развитие координационных, силовых способностей, выносливости, гибкости. | 0 – 2 | 5 |
| 3 | 12 |
| 4 - 9 | 8 |
|  | Коррекционные упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движения | Развитие умения ориентироваться в пространстве, развитие слуха, точности движений и внимания, быстроты реакции. | 0 – 2 | 3 |
| 3 – 9 | 4 |
|  | Упражнения для коррекции нарушения осанки | Упражнения, направленные на формирование правильной осанки и укрепление мышечного корсета. | 0 – 2 | 2 |
| 3 | 3 |
| 4 - 9 | 4 |
|  | Упражнения для коррекции плоскостопия | Развитие правильной постановки стоп и напряжения мышц стопы и пальцев в различных исходных положениях укрепление голеностопного сустава. | 0 – 2 | 2 |
| 3 - 9 | 3 |
|  | Упражнения для развития мелкой моторики  | Развитие мелкой моторики, быстроты и точности движений, осязания тактильной чувствительности. | 0 – 2 | 2 |
| 3 – 9  | 4 |
|  | Общеразвивающие упражнения (ОРУ)  | ОРУ для всех групп мышц. Дыхательные упражнения. | 0 – 1 | 3 |
| 2 – 9 | 4 |
|  | Упражнения для коррекции нарушений зрения  | Ознакомление с упражнениями для внутренних мышц глаза. Обучение комплекса упражнений для профилактики миопии. | 0 – 2 | 2 |

**Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»:**

**Минимальный уровень (обязательный):**

* иметь элементарные пространственные понятия;
* уметь повторять элементарные движения за педагогом;
* иметь представления о технике безопасности во время урока;
* иметь представления о правила бережного обращения с инвентарем;

**Достаточный уровень:**

* уметь выполнять строевые команды, с помощью взрослого;
* уметь выполнять исходные положения;
* уметь бросать, перекладывать, перекатывать мяч, обруч и пр.;
* уметь управлять дыханием;
* уметь ориентироваться в пространстве, участвовать в игровой деятельности.

**Формы учета знаний и умений для оценки планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности.**

Реализация внеурочной деятельности осуществляется без балльного оценивания результатов освоения курса. Принимая во внимание данный факт, наиболее рациональным способом учета освоения пройденного материала на занятиях будетучастие в играх, соревнованиях, открытых занятиях, диагностическая карта (Приложение 1).

**Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»**

1. **Учебно-методическое обеспечение:** Обучение детей с тяжелыми и множественными нарушениями развития: Программы / Андреева С.В., Бахарева С.Н., Царева А.М. и др.; под ред. А, М. Царева, Псков, 2004. Айрес Э.Дж. Ребенок и сенсорная интеграция.Подвижные игры. – перевод с англ. Юлии Даре. – М.: Теревинф, 2009.
2. **Технические средства**: персональный компьютер
3. **Учебно-практическое оборудование:** учебные пособия.
4. **Электронные и информационные образовательные ресурсы:** колонка,проектор
5. **Приложение №1** Результаты диагностики сформированности двигательных умений