

Областное казенное общеобразовательное учреждение  
«Курская школа для детей с ограниченными возможностями здоровья»

Рассмотрено  
на заседании  
методического совета  
ОКОУ «Курская школа»  
Протокол  
от «29» августа 2024 г. № 1

Введено в действие  
приказом директора школы  
от «30» августа 2024 г.  
№ 01-02-265  
Директор школы \_\_\_\_\_ П.В. Сеин



АДАПТИВНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
физкультурно-оздоровительной направленности  
«Юниоры»  
(стартовый уровень)

**Возраст обучающихся:** 8 – 12 лет

**Срок реализации:** 1 год.

Педагог-составитель:  
Шемякова Людмила  
Станиславовна  
педагог дополнительного  
образования

## **Пояснительная записка**

### **Нормативно-правовые основания проектирования программ:**

Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа «Юниоры» разработана в соответствии с:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 04.08.2023) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.04.2024);

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р;

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Закон Курской области от 09.12.2013 г. № 121-ЗКО (ред. от 14.12.2020 г. № 113-ЗКО) «Об образовании в Курской области»;

- Приказ Министерства образования и науки Курской области от 17.01.2023 года № 1-54 «О внедрении единых подходов и требований к проектированию, реализации и оценке эффективности дополнительных общеобразовательных программ»;

- Приказ от 03.05.2023 г. №1-845 «О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Курской области от 17.01.2023 года №1-54 «О внедрении единых подходов и требований к проектированию, реализации и оценке эффективности дополнительных общеобразовательных программ»;

- Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом особых образовательных потребностей (Минобрнауки от 29.03.2016 г. № ВК-641/09);

- Устав ОКОУ «Курская школа».

При создании данной программы учитывалось, что система физического воспитания, объединяющая урочные и внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка с ограниченными возможностями здоровья.

**Актуальность** данной программы состоит в овладении обучающимися с ментальными нарушениями знаниями умениями и навыками ряда спортивных навыков и умений, в необходимости всестороннего развития и социализации личности. Программа удовлетворяет запросы детей в области физического развития, решает проблемы физической самореализации личности через спортивную деятельность, удовлетворяет потребности и запросы школьников в области досуга и общения.

**Уровень программы:** стартовый.

Зачисление детей в объединение производится в соответствии с интересами и индивидуальными особенностями детей при отсутствии ограничений по медицинским показателям.

**Адресаты программы:** программа составлена для учащихся 8-12 лет с ментальными нарушениями.

### **Психолого-педагогическая характеристика обучающихся с интеллектуальными нарушениями**

Для всех детей с умственной отсталостью характерно нарушение психического и физического развития – тотальное недоразвитие высших психических функций, нарушение эмоционального развития, искаженное развитие личности, неловкость и нарушение координации движений. Данная категория детей зачастую испытывает серьезные трудности в овладении простейшими действиями, в том числе бытовыми.

Восприятие характеризуется замедленным темпом, нарушена активность и избирательность.

Нарушено и произвольное внимание (в большей степени), и непроизвольное внимание; отмечаются истощаемость и неустойчивость

внимания, в процессе выполнения заданий/упражнений может быть частая немотивированная смена предметов/объектов внимания; характерны трудности распределения и переключаемости.

Объем памяти ограничен, нарушено запоминание, сохранение и воспроизведение информации, при этом воспроизведение зачастую характеризуется хаотичностью; произвольное запоминание затруднено и формируется позже, чем у сверстников.

Формирование всех мыслительных операций замедлено и затруднено; уровень сформированности мыслительных операций зависит от степени выраженности нарушения интеллекта; отмечаются инертность и тугоподвижность мыслительных процессов; абстрактное мышление не развивается; детьми усваиваются наиболее конкретные и сходные признаки объектов и предметов; характерно ограничение понимания или невозможность понимания причинно-следственных связей между явлениями, событиями, объектами, предметами.

Эмоциональная сфера и личностные особенности: отмечается эмоциональная незрелость, могут наблюдаться колебания эмоционального фона от повышенной эмоциональной возбудимости до апатии; мотивация неустойчивая, характерна сниженность критичности, коммуникация со сверстниками и взрослыми затруднена, отмечается стереотипность, шаблонность поведения.

Детям с ограниченными возможностями здоровья хореография помогает раскрепоститься, стать более уверенным, открытыми в себе, развивает эмоциональную сферу и просто вносит яркое незабываемое разнообразие в повседневную жизнь, обогащает внутренний мир. В свою очередь сценическая речь помогает владеть дыханием, владеть современным литературным произношением, принимать требуемую артикуляционную позу, работать с простейшими дикционными комплексами, концентрировать внимание.

Работа по курсу хореографического объединения «Фантазия» – прекрасное средство развития творческих, умственных способностей, моторики, мышц дикции, воображения.

Основная задача в работе с детьми с умственной отсталостью – создание оптимальных условий для раскрытия и реализации возможностей с учетом индивидуальных способностей каждого ребенка.

**Наполняемость группы:** 6-12 человек.

**Объем программы** – 72 час.

**Срок освоения программы** – 1 год.

**Форма обучения** – очная, с применением дистанционных образовательных технологий.

**Язык обучения:** русский.

**Режим занятий:** количество часов в неделю – 2 часа; продолжительность одного учебного занятия – 40 минут.

**Форма проведения занятий:** групповые, в разновозрастной группе.

**Цель программы** – формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом.

**Задачи обучения:**

- укрепить здоровье, улучшить осанку, профилактику плоскостопия, содействовать гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формировать первоначальные умения саморегуляции средствами физической культуры;
- обучать детей методике движений;
- развивать координационные (точность воспроизведения и дифференцированные пространственные, временные и силовые параметры движений; равновесие, ритм, быстроту и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирование в пространстве и кондиционные (скоростные, скоростно-силовые, выносливость и гибкость) способности;
- формировать элементарные знания о личной гигиене, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационные и кондиционные) способности;
- вырабатывать представления об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, соблюдать правила техники безопасности во время занятий;
- формировать установку на сохранение и укрепление здоровья, навыки здорового и безопасного образа жизни;
- приобщать детей к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время, формировать интерес к определенным видам двигательной активности и выявлять предрасположенность к тем или иным видам спорта;
- воспитать дисциплинированность, доброжелательное отношение к товарищам, честность, отзывчивость, смелость во время выполнения физических упражнений, содействовать развитию психических процессов (представление, память мышление и др.) в ходе двигательной деятельности.

**Планируемые результаты**

**Личностные:**

1. Включаться в работу на занятиях к выполнению заданий.
2. Не мешать при выполнении различных движений одноклассникам.
3. Проявлять любознательность и интерес к новым видам деятельности.
4. Готовиться к занятиям, занимать правильное исходное положение, находить свое место в строю.
5. Проявлять любознательность и интерес к новому содержанию.
6. Принимать участие в творческой жизни коллектива.

**Предметные:**

1. Уметь различать различные жанры музыкальных произведений (пляска, вальс, полька, марш).

2. Знание классической базы (позиции ног, рук).
3. Освоить гимнастическую подготовку.
4. Добиться полной связи движений.
5. Уметь легко, пластично двигаться, согласуя движения.
6. Уметь в движениях передать характер музыки.
7. Освоить различные танцевальные движения.
8. Уметь танцевать несколько танцевальных композиций.
9. Понимать и чувствовать ответственность за правильное исполнение танца на выступлениях.
10. Активно принимать участие в концертной деятельности.

Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей детей с ограниченными возможностями здоровья. Программа дает возможность создания ситуации успеха для детей с ограниченными возможностями здоровья через применение индивидуально-дифференцированного подхода в обучении, что позволяет обучающимся справиться с возможными трудностями при выполнении задания, повышает самостоятельность детей. Программа опирается на принципы жизненной определенности, доступности, здоровьесбережения, наглядности, активности и направлена на физическую реабилитацию детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), основанную на физическом развитии, в первую очередь творческую деятельность. Основная цель данного подхода состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания.

**Особенности реализации программы** – для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) определяются с учетом рекомендаций ПМПК, психолого-педагогических особенностей обучающихся и их особых образовательных потребностей. К особенностям программы можно отнести ее ориентацию, в первую очередь, на получение ребенком с интеллектуальными нарушениями опыта позитивного общения, социально приемлемого эмоционального реагирования, проживания им ситуации индивидуального успеха. Став участником организованного сообщества, ребенок с умственной отсталостью получает возможность удовлетворения, при определенных условиях, индивидуальных интересов и запросов, адекватных состоянию его здоровья, возможность расширения позитивных социальных связей.

Возраст ребенка при комплектации группы не учитывается, учитывается выраженность недоразвития интеллекта и уровень развития самостоятельной деятельности ребенка. Состав группы постоянный. На занятиях происходит постоянная смена видов деятельности. В рамках новых тем предусматривается возвращение к ранее изученному материалу, для более успешного его осмысления и результативного освоения формируемых навыков. На каждом занятии стимулируется коммуникация обучающегося, его самостоятельная активность, отрабатываются навыки общения. Основным принципом программы является принцип индивидуального

подхода к ребенку, учет его возрастных, физических, эмоциональных особенностей, учет его интересов, постепенность в усвоении материала: «от первых шагов до танца на сцене». В основе подачи материала лежит классическая обучающая методика, так как без неё обучающиеся не могут овладеть необходимыми навыками и умениями искусства танца.

### **Содержание программы**

Содержание спортивно-физкультурного направления «Юниоры» направлено на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

#### **Игры на взаимодействие между учащимися**

**Цель:** воспитание инициативности, смелости, самостоятельности действий, быстроты реакций и ориентировки в пространстве.

В играх на взаимодействие дети приучаются играть дружно, уступать и помогать друг другу. Чувство честности, межличностные отношения выступают в игре наиболее темпераментно и ярко.

#### **Игры на развитие двигательных качеств**

**Цель:** способствовать усилению деятельности костно-мышечной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем через активные двигательные действия. Подвижные игры закаливают организм, укрепляют нервную систему. Двигательные действия в подвижных играх очень разнообразны: раздражательные, образно-творческие, ритмические; выполняться в виде двигательных задач, требующих проявления ловкости, быстроты, силы и других физических качеств.

#### **Игры по выбору учащихся**

##### **Игры с элементами спортивных игр:**

##### **Легкая атлетика**

Ученики приобретают основы умений бега на короткие и длинные дистанции, прыжков в длину и высоту с места и с разбега, метаний в цель и на дальность. Бег, прыжки и метания отличаются большой вариативностью выполнения и применения в различных условиях.

##### **Ритмическая гимнастика**

Игры с элементами ритмической гимнастики способствуют формированию навыка правильной осанки у детей младшего школьного возраста. Музыкально-ритмическая деятельность направлена на воспитание эстетических, физических, нравственных и умственных качеств, развивается познавательный интерес, память, вырабатывается устойчивость произвольного внимания, совершенствуется творческая активность.

##### **Подвижные игры**

Развитие разнообразных двигательных способностей и совершенствование умений, развитие творчества, воображения, внимания, воспитание инициативности, самостоятельности действий.

## Лыжная подготовка

Игры с элементами корректирующие движения лыжника и быстроту реакции.

### Календарный учебный график

№	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания	Количество часов в неделю	Количество учебных часов	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Нерабочие праздничные дни	Сроки проведения промежуточной
1.	Группа 1, стартовый	02.09. 2024	26.05. 2025	2ч.	36	72	72	По 40 мин. 2 раза в неделю	04.11, 01.01,07.01, 24.02, 10.03, 01-04.05,09.05	Декабрь май

### Учебный план

#### спортивно-оздоровительного направления «Юниоры»

№ п/п	Разделы	Количество часов		Форма аттестации
		т.	п.	
1	Игры на взаимодействие между учащимися	2	10	Спортивные состязания
2	Игры, содействующие развитию двигательных качеств	2	10	Соревнования
3	Игры с элементами легкой атлетики	2	9	Соревнования
4	Игры с элементами ритмической гимнастики	1	9	
5	Игры с элементами спортивных игр	1	8	Соревнования
6	Игры с элементами лыжной подготовки	2	7	Спортивные состязания
7	Игры по выбору детей		9	
	Всего часов	72		

## Условия реализации программы

### Материально-техническое обеспечение

Оборудованный спортивный зал со спортивными снарядами и инвентарем: также имеются аудиоцентр с системой озвучивания спортивных залов и площадок; экран (на штативе).

Помещение для занятий отвечает санитарно-гигиеническим требованиям.

Для реализации программы в нашем учебном заведении используется:

- звуковое оборудование;
- спортивный инвентарь:
- мячи разных размеров,
- кегли,
- обручи,
- скакалки,
- набивные мячи.

**Кадровое обеспечение:** образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья на основе адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы художественной направленности «Юниоры» осуществляется педагогом дополнительного образования с привлечением специалистов в области коррекционной педагогики.

Успешной реализации программы будет содействовать выполнение следующих условий:

- программа с учетом интереса, возрастных особенностей, а также с учётом нозологии обучающихся;
- создание ситуации успеха;
- ориентация на сотворчество как основу взаимодействия педагога и воспитанников;
- создание атмосферы доверия через самореализацию в разнообразных формах досуговой деятельности;
- подкрепление образовательного процесса стимулирующим потенциалом ситуаций успеха;
- участие обучающихся в конкурсах, фестивалях, культурно-досуговых мероприятиях;
- использование для обучения преимущественно игровой формы;
- обеспечение смены видов деятельности в ходе занятия, использование различных модальностей для удержания внимания обучающихся;
- многократное повторение изучаемого и усвоенного материала занятий и его использование в новых заданиях, упражнениях, ситуациях.

Хорошие результаты приносят следующие методические приёмы:

1. Индивидуальная оценка уровня освоенных навыков, развития способностей путём наблюдения за ребёнком, его успехами.
2. Создание на занятии обстановки, вызывающей у неуверенных детей желание действовать и перспективы развития и роста в творчестве.
3. Использование коллективной работы.

### **Формы аттестации и контроля обучающихся**

- создание проблемных заданий;
- самооценка обучающихся своих знаний и умений;
- комбинированная: анкетирование, наблюдение, решение проблемы;
- проведение соревнований.

### **Оценочные материалы**

Текущий контроль обучающихся проводится по завершению темы, раздела и года обучения. Используются следующие формы – педагогическая диагностика, показ спортивных умений и навыков. Данный вид контроля также предусматривает участие в соревнованиях разного уровня среди обучающихся образовательных организаций для детей с ограниченными возможностями здоровья. Промежуточная аттестация используется для определения результативности освоения программы обучающимися (беседа, наблюдение, смотр знаний, умений и навыков, участие в спортивных мероприятиях). Периодичность – 1 раз в полугодие: в декабре за I полугодие и в мае за II полугодие.

### **Методическое обеспечение программы**

- Методические разработки;
- Конспекты разработок праздников, игровых программ и т.д.

### **Рабочая программа воспитания**

**Цель:** создание условий для усвоения детьми основных норм и правил поведения в обществе.

#### **Задачи:**

- вовлечь обучающихся в разнообразные мероприятия, направленные на развитие спортивных навыков, расширение общекультурных компетенций;
- включить обучающихся в общение со сверстниками, построенное на принципах уважения и доброжелательности;
- расширить представление о составляющих позиции активного социально-ответственного гражданина, формирующейся на основе общих национальных нравственных ценностей: семья, природа, труд и творчество, социальная солидарность и других.

Формы и содержание деятельности: проводятся тематические беседы, конкурсы, викторины, организуются просмотры видеороликов и т.д.

#### **Планируемые результаты**

В результате освоения программы у обучающихся:

- будут расширены общекультурные компетенции;
- будет налажено общение со сверстниками, построенное на принципах уважения и доброжелательности;
- будут расширены представления о составляющих позиции активного социально-ответственного гражданина.

№ п/п	Название мероприятия, события	Срок и место проведения	Ответственный
1.	Разговоры о важном	Понедельник	Педагог доп. образования

2.	Подъем Флага РФ и исполнение Гимна РФ	Каждый понедельник	Педагог доп. образования
3.	Дни антикоррупционной грамотности	1 раз в четверть	Педагог доп. образования
4.	Единые классные часы	В соответствии с календарем образовательных событий	Педагог доп. образования
5.	Смотр-конкурс «Учебнику – долгую жизнь»	Сентябрь, декабрь, март, май	Педагог доп. образования
6.	Школьная Спартакиада Веселые старты	Сентябрь, ноябрь, февраль, май	Педагог доп. образования
7.	Декада безопасности: - тренировка по эвакуации обучающихся и сотрудников из здания школы, - Урок безопасности - конкурс плакатов «Нет – экстремизму!» - посещение пожарной части - встреча с сотрудниками аварийно-спасательной службы главного управления МЧС России по Курской области	Сентябрь, апрель	Педагог доп. образования
8.	Международный день школьных библиотек: - выставка книг «Интересное вокруг нас», - мастер-класс по ремонту учебников	25.10	Педагог доп. образования
9.	Мероприятия в рамках Дня народного единства: - стенгазета, посвященная Дню народного единства, - Единый классный час, посвященный Дню народного единства,	05.11	Педагог доп. образования
10.	День правовой помощи детям	17.11	Педагог доп. образования
11.	Неделя профилактики	13-17.11	Педагог доп.

	правонарушений несовершеннолетних.		образования
12.	Декада, посвященная Всемирному дню инвалидов и Всемирному Дню борьбы со СПИДом: классные часы.	27.11-01.12	Педагог доп. образования
13.	День матери	24.11	Педагог доп. образования
14.	День героев Отечества. Встреча с членом Совета Курской областной общественной организации «Союз ветеранов военной службы и военных правоохранительных органов»	04.12	Педагог доп. образования
15.	Дни финансовой грамотности	1 раз в четверть	Педагог доп. образования
16.	День Конституции Российской Федерации	12.12	Педагог доп. образования
17.	Тематическая неделя «Новогодний переполох»: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Конкурс «Новогодняя мозаика» на Лучшее новогоднее оформление класса;</li> <li>- Выставка плакатов, рисунков, поделок «Новогодняя – сказка»;</li> <li>- Конкурс елочных игрушек;</li> <li>- Праздничные игровые мероприятия;</li> <li>- Подготовка творческих новогодних подарков.</li> <li>- Новогодние огоньки</li> </ul>	23-27.12	Педагог доп. образования
18.	День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады (1944 год): <ul style="list-style-type: none"> <li>- классные часы</li> </ul>	26.01	Педагог доп. образования
19.	День воинской славы г. Курска: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Единый классный час, посвященный освобождению города Курска от фашистских захватчиков,</li> <li>- стенгазета, посвященная освобождению города Курска от фашистских захватчиков.</li> </ul>	08.02	Педагог доп. образования
20.	День защитника Отечества:	19-22.02	Педагог доп.

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Праздничный концерт. «Защитникам посвящается!».</li> <li>- Уроки мужества.</li> <li>- Поздравление военнослужащих.</li> <li>- Организация поздравление мальчиков.</li> </ul>		образования
21.	<p>Мероприятия, посвященные Международному Дню борьбы с наркоманией и наркобизнесом:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- информационный стенд «1 марта - Международный день борьбы с наркоманией и наркобизнесом»;</li> <li>- беседа «Все в твоих руках»</li> <li>- беседа «Вредные привычки»</li> </ul>	01.03	Педагог доп. образования
22.	<p>Международный женский день:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Праздничный концерт «С праздником мимозы!» -</li> <li>Организация отдыха</li> </ul>	07.03	Педагог доп. образования
23.	<p>День воссоединения Крыма с Россией:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Информационный стенд «Одна страна – один народ»;</li> <li>- Классные часы, воспитательные занятия «Крым с Россией навсегда»;</li> <li>- Урок – путешествие «Крым - Наш»</li> </ul>	14.03	Педагог доп. образования
24.	<p>Праздник Масленица. Общешкольный праздник</p>	11-15.03	Педагог доп. образования
25.	<p>День особого ребенка. Всемирный день распространения информации о проблеме аутизма. Акция «Синяя лента»</p>	04.04	Педагог доп. образования
26.	<p>День здоровья. Общешкольное мероприятие.</p>	07.04	Педагог доп. образования
27.	<p>День космонавтики. Гагаринский урок «Космос – это мы»</p>	11.04	Педагог доп. образования
28.	<p>Всемирный день Земли:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Экологический десант;</li> <li>- Познавательные игры.</li> </ul>	22.04	Педагог доп. образования

29.	Проект «Наше творчество во славу Победы» (совместно со студентами Политехнического колледжа)	Апрель	Педагог доп. образования
30.	Торжественное мероприятие «Память», посвященное Победе советского народа в Великой Отечественной войне 1941 - 1945 годов	05-08.05	Педагог доп. образования
31.	День детского телефона доверия	17.05	Педагог доп. образования
32.	Линейка, посвященная окончанию учебного года. Подведение итогов конкурсов: «Лучший класс года», «Самая творческая ГПД года» за год.	17.05	
33.	Праздник «Последний звонок».	23.05	Педагог доп. образования
34.	Выезды классных коллективов на экскурсии	В течение года	Педагог доп. образования
35.	Акция к Всемирному дню доброты «Пожелаем друг другу добра»	11.11	Педагог доп. образования
36.	Участие в окружной акции по оказанию помощи детям, нуждающимся в защите государства	Сентябрь, апрель	Педагог доп. образования
37.	Областной фестиваль детского творчества «Мы можем все!»	Апрель	Педагог доп. образования
38.	Операция «Цветы – ветеранам».	05-08.05	Педагог доп. образования
39.	Выбор актива класса	сентябрь	Педагог доп. образования
40.	Проведение комплекса мероприятий (инструктажи, классные часы, беседы, викторины) по безопасному поведению детей (техника безопасности на улице, дома, правила дорожной безопасности в разное время года)	Каждую неделю	Педагог доп. образования

41.	Беседы с учащимися «Опасная привычка», Беседы «Последствия употребления спиртных напитков» (с привлечением психиатра, нарколога)	Октябрь Март	Педагог доп. образования
42.	Классные часы, тренинги «Мы за ЗОЖ! Присоединяйтесь!». Акция «Спорт-альтернатива пагубным привычкам»	Ноябрь Апрель	Педагог доп. образования
43.	Правила безопасного поведения на каникулах. Инструктажи по ПДД, ППБ, поведение на ж/д транспорте, на водоемах и т.п.	Перед каникулами	Педагог доп. образования
44.	Оформление классного уголка	1-12	Педагог доп. образования
45.	Оформление школы и кабинетов к торжественным мероприятиям, КТД, проектам	В течение года	Педагог доп. образования
46.	Смена экспозиции на школьных стендах	1 раз в четверть	Педагог доп. образования
47.	Проект «Открытая библиотека»	Сентябрь-май	Педагог доп. образования
48.	Проект на лучшее новогоднее украшение дверей школьных кабинетов «Откройте двери волшебству»	Декабрь	Педагог доп. образования

### Календарно-тематическое планирование

№ занятия	Раздел и тема занятия	Кол-во часов	Место проведения
1.	Игра «Гном, как тебя зовут»	1	Спортзал
2.	Игра «Водяной»	1	Спортзал
3.	Игра «Мы веселые ребята»	1	Спортзал

4.	Игра «Гуси-лебеди»	1	Спортзал
5.	Соревнование скороходов	1	Спортзал
6.	Игра «Волк во рву»	1	Спортзал
7.	Игра «К своим флажкам»	1	Спортзал
8.	Игры по выбору учащихся	1	Спортзал
9.	Эстафета с мячами	1	Спортзал
10.	игра «Птицы и клетка»	1	Спортзал
11.	игра «Угадай, кто»	1	Спортзал
12.	Игра «Гном, как тебя зовут»	1	Спортзал
13.	Эстафета зверей	1	Спортзал
14.	Игры по выбору учащихся	1	Спортзал
15.	Игра «Стой!»	1	Спортзал
16.	Игра «Веселые музыканты»	1	Спортзал
17.	Игра «Совушка»	1	Спортзал
18.	Игры по выбору учащихся	1	Спортзал
19.	Эстафета со скакалками	1	Спортзал
20.	Игра «Паровозик»	1	Спортзал
21.	Игры по выбору учащихся	1	Спортзал
22.	игра «Вышибалы»	1	Спортзал
23.	игра «Воробьи и вороны»	1	Спортзал
24.	игра «Салки»	1	Спортзал
25.	Повторение изученных игр	1	Спортзал
26.	Эстафета «Кенгуру»	1	Спортзал
27.	Игра «Симон говорит»	1	Спортзал
28.	Игра «Мишки и шишки»»	1	Спортзал
29.	Игра «Медведь»	1	Спортзал
30.	Игры по выбору учащихся	1	Спортзал
31.	Игры с элементами легкой атлетики «Осенний Марафон»	1	Спортзал
32.	Игра «Чай-Чай Выручай»	1	Спортзал
33.	Игра «День и ночь»	1	Спортзал
34.	Игра «Вызовы»	1	Спортзал
35.	Игра «Гонка мячей по кругу»	1	Спортзал
36.	Прыжки в длину	2	Спортзал
37.	Игра «Караси и щука»	1	Спортзал
38.	Игра «Кто выше?»	1	Спортзал
39.	Игра с обучением прыжкам в высоту «Достань мячик»	2	Спортзал
40.	Ритмическая гимнастика Игра ««Веселые ладошки»»	1	Спортзал
41.	Игра «Веселый зоопарк»	1	Спортзал
42.	«Красивая спина»	1	Спортзал

43.	Игра «Дружные ребята»	1	Спортзал
44.	Игра «Веселый сапожок»	1	Спортзал
45.	"Непоседы"	1	Спортзал
46.	Игра «Ритмическая мозаика»	1	Спортзал
47.	Лыжная Подготовка Скользкий шаг с палками	1	Спортзал
48.	Игра «Царь Горы»	2	Спортзал
49.	Повороты на месте и в движении	1	Спортзал
50.	Игра «Попади в цель»	1	Спортзал
51.	Игры по выбору учащихся	1	Спортзал
52.	Эстафета «Снежный город»	1	Спортзал
53.	Лыжная эстафета	2	Спортзал
54.	Подвижные Игры Игры и эстафеты с мячами	2	Спортзал
55.	Игра «Класс, смирно!»	1	Спортзал
56.	Броски мяча в корзину	1	Спортзал
57.	Игра «Боулинг»	1	Спортзал
58.	Игра «Картошка»	1	Спортзал
59.	Соревнование по прыжкам через Скакалку	1	Спортзал
60.	Игра «Веселые Пингвинята»	1	Спортзал
61.	Игра «Солнышко»	1	Спортзал
62.	«Веселые старты» Старт группами Командный бег	1	Спортзал
63.	«Мини-гандбол»	2	Спортзал
64.	Встречная эстафета. «Волк и ягненок» «Кто раньше»	1	Спортзал
65.	Эстафета со скакалкой. Смена номеров	1	Спортзал
66.	Повторение изученных игр	1	Спортзал

### ***Список литературных источников***

1. Качашкин В.М. Физическое воспитание в начальной школе. Пособие для учителей. Изд. 2-е, доп. и перераб. М.: «Просвещение», 1978 - 207 с.
2. Лях В.И. Физическая культура. 1- 4 классы: учеб. для общеобразоват. организаций / - 4-е изд. – М.: Просвещение, 2017. – 176 с.
3. Лях В.И. Рабочая программа по физической культуре. 1 класс/ Сост. Патрикеев А.Ю. – М.: ВАКО, 2015. – 64 с.
4. Егоров Б.Б., Пересади́на Ю.Е. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 1 (1-2 классы). – М.: Баласс, 2012. - 80 с.
5. Матвеев А.П. Физическая культура. 1класс: учеб. для общеобразоват. учреждений / - 4-е изд. – М.: Просвещение, 2010. – 111 с.
6. Патрикеев А.Ю. Подвижные игры в спортзале. – Ростов н/Д: Феникс, 2015. – 156 с.