

МБОУ «Ардинская средняя общеобразовательная школа»
Килемарский муниципальный район

Рассмотрено
на заседании МО
протокол № 1
от 30.08 2019 г.
руководитель МО
Зел /Захарова Н.Н./

Утверждаю:
Зам. директора по УВР
Суринова Г.В. /Суринова Г.В./
« 2 » сентября 2019 г.

Программа

Подвижные игры 4 класс

Учитель физической культуры I кат.
Захарова Н.Н.

2019 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы В. И. Лях и А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2012 г., допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации;

Игра с давних пор составляет неотъемлемую часть жизни человека, она занимает досуг, воспитывает, удовлетворяет потребности в общении, получении внешней информации, дает приятную физическую нагрузку. Педагоги всех времен отмечали, что игра оказывает благотворное влияние на формирование детской души, развитие физических сил и способностей.

Игра помогает находить выход из неожиданных положений, намечать цель, взаимодействовать с товарищем, проявлять ловкость и быстроту, силу и выносливость.

Игра обеспечивает гармоничное сочетание умственных, физических и эмоциональных нагрузок, общего комфортного состояния.

Исследователи игровой деятельности поддерживают ее уникальные возможности в физическом и нравственном воспитании детей, особенно в развитии познавательных интересов, в выработке воли и характера, в формировании умения ориентироваться в окружающей нас действительности.

По содержанию все народные игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития.

Данная программа включает игры на развитие психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности) развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость).

Программа состоит из теоретической и практической части. Теоретическая часть включает в себя объяснение педагогом необходимых теоретических понятий, беседы с учащимися на темы предусмотренные программой, показ изучаемых элементов, подвижных игр, просмотр презентаций. В данной программе предусматривается проведение специальных теоретических занятий на следующие темы: «Утренняя гимнастика», «гигиена», «правильная осанка». А так же изучение теории вплетается в содержание каждого учебного занятия. Практическая часть более чем на 90 % представлена практическими действиями – физическими упражнениями. Двигательный опыт учащихся обогащается подвижными и спортивными играми, гимнастическими упражнениями.

Программа соответствует федеральному компоненту государственного образовательного стандарта второго поколения и представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности учащихся 1 класса. Рассчитана программа на 33 учебных часа и предполагает равномерное распределение этих часов по неделям с целью проведения регулярных еженедельных внеурочных занятий со школьниками.

Режим занятий: занятия по данной программе проводятся в форме урока, ограниченного временем (30) в системе целого учебного дня 1 раз в неделю.

Место проведения: спортивный зал школы, спортивная площадка.

Особенности набора детей – учащиеся 1 класса с разным уровнем физической подготовленности, группой здоровья – основная и подготовительная (по заключению врача).

Формы занятий – в форме урока, беседы, урок-фестиваль, урок путешествие, урок-соревнования

Цель: содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Задачи:

- укрепление здоровья учащихся, приобщение их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействие гармоническому, физическому развитию;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций.

Личностными результатами кружка «Подвижные игры» являются следующие умения:

оценивать поступки людей,

жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

выражать свои эмоции;

понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

Метапредметными результатами кружка «Подвижные игры» является формирование универсальных учебных действий (УУД).

- Регулятивные УУД:
- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму
- Познавательные УУД:
- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;
- Коммуникативные УУД:
- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;

- постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения; Активно играть, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели;

Теоретический раздел: беседы на темы: «Мир движений и здоровье», «Красивая осанка», «Утренняя гимнастика», «Чтоб здоровыми остаться надо...», « Я сильный, ловкий, быстрый», правила игр.

Практический раздел

Русские народные игры: «У медведя во бору», «Кот и мышь», «Горелки», «Большой мяч», Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами», Наседка и коршун», «Удар по веревочке» См. Приложение

Подвижные игры: “Волк во рву,” “Салки”, “Класс смирно!”, “Запрещенное движение, “К своим флажкам”, “Карлики и великаны”, “Найди себе пару”, “У ребят порядок строгий”, «Кочка, дорожка, копна» ,«Охотники и утки», «Метко в цель», «Шишки, желуди, орехи», «Совушка», «Удочка», «Перемена мест», " «Космонавты", «Зайцы в огороде»

Игры на развитие памяти, внимания, воображения

«Запомни порядок», «Художник», «Все помню», «Море волнуется», «Запрещенное движение»,ору с использованием скороговорок., «Два мороза», эстафеты с примерами на сложение и вычитание, «Угадай чей голосок», «Определим игрушку».Игры на свежем воздухе с зимним инвентарем санками, лыжами, клюшками.

Игры и эстафеты с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр. Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метание); подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики (простейшие виды построений и перестроений, ОРУ без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании, в равновесии,

несложные акробатические упражнения); подвижные игры на материале спортивных игр (футбол, баскетбол).

Основные разделы программы

№	Название раздела	Общее количество часов
1	Народные игры	6
2	Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи (6часов)	6
3	Подвижные игры	15
4	Спортивные игры	3
5	Спортивные состязания	4

Тематическое планирование.

№	Тема занятия	Содержание занятия	УУД	дата
Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи (6часов)				По плану
1	1	Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками».	Беседа: «Мир движений и здоровье». Правила игр. Строевые упражнения	Формирование понятий о мире движений, их роли в сохранении здоровья. Уметь взаимодействовать в группе.
2	2	Игры на развитие внимания и памяти: «Карлики – великаны» «Запомни-порядок»	«Беседа о гигиене» Правила игр.	Научиться выражать свои мысли, принимать решение и реализовать его.
3	3	Игры на развитие памяти.	Игры «Художник» « Все помню»	Выражать свои эмоции и понимать других людей
4	4	Игры на развитие воображения.	Игры: «Море волнуется», «Запрещенное движение». Ору с использованием скороговорок.	Научиться работать по определенному алгоритму. Управлять своим поведением.

5	5	Игры на развитие памяти	«Два мороза». Эстафеты с примерами на сложение и вычитание.	Сотрудничать и взаимодействовать в группе.	
6	6	Игры на развитие мышления и речи.	Игры «Угадай чей голосок»», «Определим игрушку».	Учиться выражать свои мысли и понимать других.	
Народные игры (6 часов)					
7	1	Русская народная игра «У медведя во бору», «Горелки»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	Учиться взаимодействовать со сверстниками.	
8	2	Русские народные игры: «Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами»	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.	Уметь разрешать конфликтные ситуации, корректировать поведение свое и других.	
9	3	Русская народная игра «Горелки», «Наседка и коршун»	Правила игры. Проведение игры.	Формирование навыков коммуникативного мышления.	
10	4	Русская народная игра «Кот и мышь» «Локомотив».	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.	Инициативное сотрудничество в коллективе.	
11	5	Русская народная игра «Большой мяч», «Укротитель зверей»	Правила игры. Проведение игры.	Учиться работать по определенному алгоритму.	
12	6	Русская народная игра « Удар по веревочке»	Правила игры. Проведение игры.	Уметь оценивать поступки свои и других людей.	
Подвижные игры (15 часов)					
13	1	Игра с элементами ОРУ «Кочка, дорожка, копна»,	Беседа: «Чтоб здоровыми остаться надо...». Составить слова по карточкам:	Формирование ЗОЖ. Учиться сотрудничать в коллективе сверстников по определенному	

		«Космонавты»	здоровье, спорт, зарядка Знакомство с правилами и проведение игр	алгоритму.	
1 3	2	Составление упражнений для утренней гимнастики. Эстафеты с обручами	Беседа: Составление упражнений для утренней гимнастики. Работа с карточками. Эстафеты с обручами	Учиться планировать работу в соответствии с целями и задачами.	
1 4	3	Беседа «Я сильный, ловкий, быстрый». Эстафеты с баскетбольным мячом.	Эстафеты на развитие быстроты, силы, ловкости. Беседа о физ. Качествах сила , быстрота, ловкость.	Формирование навыков взаимодействия со сверстниками.	
1 5	4	Игра с мячом «Охотники и утки», «Совушка».	Комплекс ОРУ с мячом. строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два.	Учиться понимать состояние других людей и оценивать свои.	
1 6	5	Весёлые старты со скакалкой.	Упражнения со скакалкой. Эстафеты со скакалкой.	Учиться коммуникативному общению в коллективе.	
1 7	6	Игра «не давай мяч водящему», «Зайцы в огороде»	Игры с мячом: ловля, бросок, передача.	Учиться работать по определенному алгоритму. Понимать состояние других и корректировать свои действия.	
1 8	7	Упражнения на формирование правильной осанки. Игра «Волк во рву»,	Проведение игры. Формирование правильной осанки	Учиться сотрудничать в коллективе сверстников.	
1 9	8	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки», «Прыжки по полоскам»	Правила игры. Проведение игры.	Учиться коммуникативному поедению.	

2 0	9	Игры на свежем воздухе «Два Мороза», «Метко в цель».	Разучивание и проведение игр. Метание снежков в цель.	Учиться делать выводы в результате игры.	
2 1 1 0		Эстафеты с санками и лыжами	Проведение зимних эстафет.	Развитие скоростных качеств	
2 2 1 1		Игры на лыжах «Биатлон»	Правила игры. Проведение игры.	Учиться взаимодействовать в коллективе сверстников.	
2 3 1 2		Игры зимой: «Охота на куропаток»	Игры со скакалкой, мячом.	Развитие способов разрешения конфликтных ситуаций.	
2 4 1 3		Игра «Перемена мест» Игра «Удочка», «Бой петухов»	Построение. Строевые упражнения перемещение.	Учиться управлять своим поведением и помогать сверстникам.	
2 5 1 4		Игра «Салки с мячом».	Правила игры. Проведение игры.	Учиться свои цели соизмерять с целью коллектива.	
2 6 1 5		Игра «Прыгай через ров»	Совершенствование координации движений.	Учиться коммуникативному общению.	
Спортивные игры					
2 7 1 7		Футбол	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	Корректировать свои действия в соответствии с действиями коллектива.	
2 8 2 8		Футбол.	Игровые правила. Отработка игровых приёмов.	Учиться радоваться своим и успехам сверстников.	
2 9 3 9		Футбол	Проведение игры.	Учиться выражать свои мысли в соответствии с нормами коммуникативного общения.	
Спортивные состязания					
3 0 1 0		Дружеская встреча по пионерболу	Игра с мячом в команде	Учиться навыкам коммуникативного общения.	

3 1	2	Футбол среди начальных классов	Командная игра	Учиться взаимодействовать в коллективе сверстников.	
3 2	3	Большие гонки	Эстафеты с предметами и без	Учиться сопоставлять свои действия с целью коллектива.	
3 3	4	А ну-ка, мальчики!	Эстафеты с предметами	Уметь общаться в коллективе и взаимодействовать с ними.	
3 4	5	Большие гонки	Соревнования в беге	Корректировать свои действия в работе со сверстниками.	
		Итого -34 ч			

Методическое обеспечение.

1. Лях В.И и Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы - М.:Просвещение, 20012 г.,
2. Глязер С. Ларчик с играми М.: Детская литература, 1975
3. Минский Е.М. Игры и развлечения в группе продлённого дня. М. Просвещение. 1983г.
4. Шурухина В.К. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня школы. М. Просвещение.1980г.
5. Яковлев В. Г. Ратников В.П. Подвижные игры. М. Просвещение, 1977г.
6. <http://vashechudo.ru/> игры зимой