

Рабочая программа факультативного курса «Подвижные игры» в 4 классе

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативной базой для составления данной рабочей программы являются:

- ✓ - Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- ✓ - Федеральный государственный образовательный стандарт НОО (приказ МО РФ и науки от 06.10.2009 г. №373)
- ✓ Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России,
- ✓ планируемых результатов начального общего образования.
- ✓ Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в ОУ (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 10 июля 2015 г. № 26
- ✓ Учебного плана МОУ «Новомичуринская СОШ №2» на 2017-2018 уч. год

Игра – это сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательным для всех играющих правилами. Игра – это исторически сложившийся аспект деятельности.

Подвижные игры - важнейшее средство и метод физического воспитания детей, особенно начальных классов. Ведь только в играх ребенок раскрывается полностью. Он раскован, бодр, поможет другу. Играя, он забывает об усталости, тренирует себя в нравственных поступках, обретает друзей и одобренный их оценками, ощущает первый успех и уверенность в себе. Особенно игра полезна на этапе начального освоения физических упражнений. В связи с этим мною разработана программа факультатива «Подвижные игры» для учащихся 2-4 классов, рассчитанная на 3 года обучения.

В начальных классах бывает иногда нелегко научить детей младшего возраста технике выполнения того или иного упражнения, элемента. А неоднократное повторение игровых действий помогает учащимся легче перестраиваться при изменении техники движения, экономно их выполнять в различных ситуациях.

Подвижные игры способствуют развитию внимания, настойчивости, ловкости, меткости, глазомера, ориентировки в пространстве и других качеств, необходимых в жизни и трудовой деятельности.

Подвижные игры не требуют длительной подготовки, специальной тренировки участников, поэтому могут с успехом применяться во внеклассной и во внешкольной физкультурно-оздоровительной работе – на праздниках и спортивных вечерах, на спортивных площадках в лагерях отдыха, на больших переменах, на дворовых площадках, во время прогулок, в детских парках, во время Дней здоровья.

Факультатив «Подвижные игры» в 4 классе рассчитан на 1 час в неделю – 34 часа в год.

Цель программы: Сохранение и укрепление здоровья школьников

Задачи:

- ✓развивать умственные и физические усилия;
- ✓пополнять знания об окружающем мире;
- ✓развивать мышление, смекалку, ловкость;
- ✓воспитывать ценные морально-волевые качества;
- ✓развивать интеллект, фантазию и воображение;
- ✓формировать социальные качества личности.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ

Факультатив «Подвижные игры» проводится преимущественно на открытом воздухе. Основным его содержанием являются общеразвивающие упражнения и подвижные игры, направленные на снятие умственного и физического утомления, воспитание основных физических качеств.

Содержание программы 3 года обучения.

1. Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия).

Понимание ответственности каждого за свое здоровье. Правильное дыхание при длительных физических нагрузках. Значение и важность регулярных физических нагрузок. Правила безопасности при выполнении физических упражнений.

2. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: пришкольная спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта. Знание людей и мест, где могут оказать необходимую помощь.

3. Подвижные игры:

ходьба, бег – “Мышеловка”, “Мы – веселые ребята”, “Поезд”;

равновесие - “Переправа”, “Через ручей”, “Повернись – не упади”;

лазанье – “Ловля обезьян”, “Медведь и пчелы”, “Раки”, “Смелые верхолазы”, “Кто скорей через обручи к флажку”;

прыжки – “Кто лучше прыгнет”, “Лиса и куры”, “Зайцы в огороде”, эстафеты с прыжками;

метание – “Передача мячей”, “Кто дольше не уронит”, “По наземной мишени”, “Сбей булаву”, “Вертикальная мишень”, “Переброска мячей”.

эстафеты по методу круговой тренировки, “Быстро в круг”, “Слушай командира”, “Слушай сигнал”.

“Быстрая передача”, “Мяч - ловцу”, “Мяч в корзину”, эстафеты с мячом.

“Точный пас”, “Борьба за мяч”, “Кто точнее”, “Навстречу через сетку”, эстафеты с мячом.

“Порази цель”, “Послушный мяч”, “Кто больше”, “Мяч в ворота”, эстафеты с мячом.

Ожидаемые результаты программы.

- 1)Создание благоприятной образовательной среды, способствующей сохранению здоровью, воспитанию и развитию личности.
- 2)Формирование гармонически развитой личности, обладающей высоким уровнем резерва здоровья.
- 3)Развитие физических, социальных способностей.
- 4)Создание устойчивой мотивации на здоровый образ жизни на основе учебной деятельности и педагогического контроля.
- 5)Выработка у учащихся должны формы поведения, помогающей избежать опасностей для жизни и здоровья.
- 6)Создание познавательно–развивающей учебной деятельности учащихся на основе дифференцированного и личностно-ориентированного подходов.

Тематическое планирование 4 класс

№	Содержание	Количество часов			форма контроля	Дата проведения
		всего	теория	практика		По плану
1 2	ОРУ. Подвижные игры: «Охотник и собака», «Космонавты», «К своим флажкам».	2 ч.	0,5	1,5	текущий	7.09
14.09						
3 4	ОРУ. Подвижные игры «Шишки. Желуди. Орехи», «Поймай дракона за хвост».	2 ч.		1,5	текущий	21.09
28.09						
5 6	Ходьба. Подвижная игра «Хромой цыпленок», «Человек, ружье, тигр».	2 ч.	0,5	1,5	текущий	5.10
12.10						
7 8	Бег. Игры с бегом «Пятнашки», «Вызов номеров», «Команда быстроногих».	2 ч.	0,5	1,5	текущий	19.10
26.10						
9 10	Бег. Игры «Паровозики», «Пятнашки маршем», «Невод».	2 ч.	0,5	1,5	текущий	2.11
9.11						
11 12	Прыжки. Подвижные игры с элементами прыжков: «Прыгающие воробушки», «Лиса и куры», «Резиночка».	2 ч.	0,5	1,5	текущий	23.11
30.11						
13 14	Прыжки. Подвижная игра с элементами прыжков: «Кузнечики», «Прыгуны и пятнашки».	2 ч.	0,5	1,5	текущий	7.12
14.12						
15 16	Метание мяча. Подвижные игры с элементами метаний «Защита укрепления», «Кто дальше бросит».	2 ч.	0,5	1,5	текущий	21.12
11.01						
17 18	Метание мяча. Подвижные игры с элементами метаний «Снайперы», «Подвижная цель».	2 ч.		2	текущий	18.01
25.01						
19 20	Катание и спуски с гор на лыжах, санках. Игры: «Снеговик», «Лыжные гонки».	2 ч.	0,5	1,5	текущий	1.02
8.02						
21 22	Игры на снегу: «Веселая лыжня», «Крепость».	2 ч.		2	текущий	22.02
1.03						
23	Упражнения с мячами,	2 ч.	0,5	1,5	текущий	8.03

24	скакалками. Игры: «Лови – не лови», «Играй, играй, мяч не теряй», «Кто больше».					15.03
25	Игры: «Школа мяча», «Ловец с мячом», «Мяч капитану»	2 ч.		2	текущий	22.03
26						29.03
27	Подвижные игры: «Займи свободный кружок», «Круговая лапта».	2 ч.		2	текущий	12.04
28						19.04
29	Бег. Подвижные игры с элементами бега: «Охрана сокровища», «Лапта».	2 ч.	0,5	1,5	текущий	26.04
30						3.05
31	Прыжки и бег. Подвижные игры с элементами прыжков и бега: «Чехарда», «Третий лишний».	2 ч.	0,5	2	текущий	10.05
32						17.05
33	Подвижные игры «Перебежки», «Метательная лапта». Итоговое занятие.	2 ч.		1	текущий	24.04
34						31.05
	Итого:	34 ч.	5,5	28,5		

Литература.

- 1.**«Спортивные и подвижные игры в школе», тучин В.Е., Колчева В.В., Калинина Л.В., Гаврилова Л.Г., Белоглазова А.В., Волгоград, 1988.
- 2.**«Спортивные и подвижные игры», под редакцией Ю. И. Портных, М: «Физкультура и спорт», 1984.
- 3.**«Спортивные игры», под редакцией Ю. И. Портных, М: «Физкультура и спорт», 1975.
- 4.**Распоряжение Правительства РФ № 1756-Р от 29 декабря 2001 г. “Об утверждении Концепции модернизации российского образования на период до 2010 года”
- 5.**Комплексная программа физического воспитания для 1-11 классов, авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, М: “Просвещение”, 2005 год.