

Управление образования администрации г. Владимира
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
г. Владимира «Средняя общеобразовательная школа №39»

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МАОУ «СОШ №39»
г. Владимира

В.В. Шелонин
/В.В. Шелонин/

30 августа 2017г.

(приказ № 167-Д

от 30 августа 2017 года

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора
МАОУ «СОШ №39» г. Владимира

Г.А. Якушина
/Г.А. Якушина/

30 августа 2017г.

«РАССМОТРЕНО»

Руководитель ШМО учителей
начальных классов МАОУ
«СОШ №39» г. Владимира

И.А. Московских
/И. А. Московских/

30 августа 2017г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по физической культуре (подвижные игры)
для 1-х классов начального общего образования
33 часа (1 час в неделю)

Учителя:

Зевакова И.С.

Труфанова Е.Л.

Степаненко Е.В.

Куликова Л.А.

Владимир, 2017 год

Пояснительная записка.

Рабочая программа составлено на основе следующих нормативных документов:

- Письмо МО и РТ от 18.08.2010 г №6871/10 «О введении ФГОС НОО»
- «Стандарты второго поколения: Рекомендации по организации внеучебной деятельности учащихся».

Современное, быстро развивающееся образование, предъявляет высокие требования к обучающимся и их здоровью. Тем самым, обязывая образовательное учреждение создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья, формированию ценностного отношения обучающихся к собственному здоровью и здоровью окружающих. При этом здоровье рассматривается как сложный, многоуровневый феномен, включающий в себя физиологический, психологический и социальный аспекты. Именно образовательное учреждение призвано вооружить ребенка индивидуальными способами ведения здорового образа жизни, нивелируя негативное воздействие социального окружения.

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 младшему школьнику. 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 младшие школьники 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 умственной деятельности.

В играх, не имеющих сюжета и построенных лишь на определённых игровых заданиях, также много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы младшего 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 младших школьников, 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 младших школьников.

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; причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье; 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 1 класс

№ урока	дата	тема урока
1.		Подвижная игра «У кого мяч»
2.		Подвижная игра «Космонавты»
3.		Подвижная игра «С кочки на кочку»
4.		Подвижная игра «Лягушки в кадушке»
5.		Подвижная игра «Сделай фигуру»
6.		Подвижная игра «Мышеловка»
7.		Подвижная игра «Кот в сапогах»
8.		Подвижная игра «Эстафета зверей»
9.		Подвижная игра «Два и три»
10.		Подвижная игра «Дождь в лесу»
11.		Подвижная игра «Приглашение»
12.		Подвижная игра «Слушай сигнал»
13.		Подвижная игра «Затейники»
14.		Подвижная игра «Кто скорее до флажка»
15.		Подвижная игра «Не попадись»
16.		Подвижная игра «На прогулку»
17.		Подвижная игра «Кто первый за флажок»
18.		Подвижная игра «Северный и южный ветер»
19.		Подвижная игра «Перебежки со снежками»
20.		Подвижная игра «Снежные круги»
21.		Подвижная игра «Метко в цель»
22.		Подвижная игра «Ледяная фигура»
23.		Подвижная игра «Сбей колпак»
24.		Подвижная игра «Паутинка»
25.		Подвижная игра «Медведи и пчелы»
26.		Подвижная игра «Хитрая лиса»
27.		Подвижная игра «Караси и щуки»
28.		Подвижная игра «Море волнуется»
29.		Подвижная игра «Рыбачок»
30.		Подвижная игра «Лабиринт»
31.		Подвижная игра «Удочка»
32.		Подвижная игра «Переправа»
33.		Подвижная игра «Хитрая лиса»

Календарно- тематическое планирование.

2 класс

№п.п.	Дата	Тема
1		"Пустое место"
2		"Пустое место"
3		"Через кочки и пенёчки"
4		"Запрещённое движение"
5		"Через кочки и пенёчки"
6		"Кучер"
7		"Конники спортсмены"
8		"Конники спортсмены"
9		"Охотники и утки"
10		"Охотники и утки"
11		"Лошадки"
12		"Эстафета с обручами"
13		"Змейки"
14		"Замороженные"
15		"Кто быстрее до снежка"
16		"Быстрый лыжник"
17		"Быстрый лыжник"
18		"Гонки санок"
19		"Гонки санок"
20		"Снежные круги"
21		"Метко в цель"
22		"Ледяная фигура"
23		"Лошадки"
24		"Ручеёк"
25		"Удочка"
26		"Пятнашки"
27		"У медведя во бору"
28		"У медведя во бору"
29		"Эстафета с мячом"
30		"Волк во рву"
31		"Волк во рву"
32		"Караси и щуки"
33		"Караси и щуки"
34		"Море волнуется"

Календарно- тематическое планирование.

3 класс

№	Дата	Тема урока
1		Подвижные игры. Игра «Алфавит»
2		Подвижные игры. Игра «Мяч капитану»
3		Подвижные игры. Игра «День и ночь»
4		Подвижные игры. Игра «Передал- сидишь»
5		Подвижные игры. Игра «Передача мяча в колонне»
6		Подвижные игры. Игра «По местам»
7		Подвижные игры. Игра «Удочка»
8		Подвижные игры. Игра «Не давай мяча водящему»
9		Подвижные игры. Игра «Кошки-мышки»
10		Подвижные игры. Игра «Зайцы и волк»
11		Подвижные игры. Игра «Два круга»
12		Подвижные игры. Игра «Караси и щука»
13		Подвижные игры. Игра «Медведи»
14		Подвижные игры. Игра «Засада»
15		Подвижные игры. Игра «Снайперы»
16		Подвижные игры. Игра «Перетягивание через черту»
17		Подвижные игры. Игра «Гонки санок»
18		Подвижные игры. Игра «Попади в шар»
19		Подвижные игры. Игра «Кто быстрее до снежка»
20		Подвижные игры. Игра «Метко в цель»
21		Подвижные игры. Игра «Замороженные»
22		Подвижные игры. Игра «Сбей колпак»
23		Подвижные игры. Игра «Ледяная фигура»
24		Подвижные игры. Игра «Запятнай последнего»
25		Подвижные игры. Игра «Погоня»
26		Подвижные игры. Игра «Зайцы и морковь»
27		Подвижные игры. Игра «Поймай лягушку»
28		Подвижные игры. Игра «Бой петухов»
29		Подвижные игры. Игра «Море волнуется»
30		Подвижные игры. Игра «Хитрая лиса»
31		Подвижные игры. Игра «Паутинка»
32		Подвижные игры. Игра «Ручеёк»
33		Подвижные игры. Игра «Охотники и утки»
34		Подвижные игры. Игра «Медведи и пчёлы»

Календарно- тематическое планирование 4 класс

№ урока	дата	тема урока
1.		Подвижная игра «Часовые и разведчики»
2.		Подвижная игра «Охотники и утки»
3.		Подвижная игра «Тяни в круг»
4.		Подвижная игра «Перетягивание через черту»
5.		Подвижная игра «Сильные и ловкие»
6.		Подвижная игра «Петушиный бой»
7.		Подвижная игра «Вызов»
8.		Подвижная игра «Наступление»
9.		Подвижная игра «Бег за флажками»
10.		Подвижная игра «Перебежка с выручкой»
11.		Подвижная игра «Погоня»
12.		Подвижная игра «Старт после броска»
13.		Подвижная игра «Охрана перебежек»
14.		Подвижная игра «Встречная эстафета с бегом»
15.		Подвижная игра «День и ночь»
16.		Подвижная игра «Эстафета по кругу»
17.		Подвижная игра «Удочка»
18.		Подвижная игра «Веревочка под ногами»
19.		Подвижная игра «Прыгуны и пятнашки»
20.		Подвижная игра «Снайперы»
21.		Подвижная игра «Защищай товарища»
22.		Подвижная игра «Ящерица»
23.		Подвижная игра «Ловкие и меткие»
24.		Подвижная игра «Перестрелка»
25.		Подвижная игра «Слон»
26.		Подвижная игра «Космонавты»
27.		Подвижная игра «Волк во рву»
28.		Подвижная игра «Гонка мячей по кругу»
29.		Подвижная игра «Прыжки по полосам»
30.		Подвижная игра «Вызови по имени»
31.		Подвижная игра «Овладей мячом»
32.		Подвижная игра «Подвижная цель»
33.		Подвижная игра «Мяч ловцу»
34.		Подвижная игра «Быстро и точно»

Литература

1. авт.-сост. А.Ю. Патрикеев: Подвижные игры: 1-4 классы. - М.: ВАКО, 2007
2. Волошина Л.Н.: Играйте на здоровье!. - М.: АРКТИ, 2004
3. под ред. проф. Е.В. Конеевой: Детские подвижные игры. - Ростов на/Д: Феникс, 2006
- 4.Петрусинский В.В.: Игры для активного отдыха в процессе обучения. - М.: Владос, 2007
- 5.Ушакова Е.В.: Подвижные игры. - Белгород: БелГУ, 2011