

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 6»

Рассмотрено на заседании
предметного методического
объединения
Протокол № 1 от 28.08.2019 г.

Принято на заседании
методического совета
Протокол № 1 от 29.08.2019 г.



«Утверждаю»
Директор МБОУ «СШ № 6»

А.П.Сушая/
Приказ № 48 от 30.08.2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по физической культуре
подвижные игры для 4 классов

Составители:

Болотских Н.Ю.,

Коваленко Н.Н.

НИЖНЕВАРТОВСК

2019-2020 учебный год

І. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Сегодня много говорят о малоподвижном образе жизни школьников, что отрицательно сказывается на их здоровье, умственном, физическом и психологическом развитии. Подвижные игры в значительной степени могут восполнить недостаток движения, а также помогут предупредить умственное переутомление и повысить работоспособность детей во время учёбы.

Подвижные игры — естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Они призваны донести до потомков национальный колорит обычаев, оригинальность самовыражения того или иного народа, своеобразие языка, формы и содержания разговорных текстов. У них формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создается эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви и преданности Родине. В современном мире повсеместно и неуклонно происходит возрождение древней культуры всех народов, развиваются и совершенствуются национальные традиции в искусстве и литературе, содержащие в себе богатейшие фольклорные пласты, куда относятся и народные игры.

Программа «Подвижные игры» формирует общеучебные умения и навыки у учащихся. Игры развивают ловкость, гибкость, силу, моторику рук, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения, в них познаются этические нормы. Они разнообразны и эмоциональны. Помимо того, народные игры имеют огромное значение для духовно-нравственного, эстетического, семейного воспитания так, как знакомят с национальными традициями и культурой.

Таким образом, программа направлена на духовное совершенствование личности учащегося начальной школы, расширение его историко-культурного кругозора и повышение уровня национального самосознания.

Целью рабочей программы является совершенствование двигательных умений и навыков младших школьников посредством подвижных и спортивных игр

Задачи

обучающие:

- научить детей играть активно и самостоятельно;
- познакомить с играми, традициями, историей и культурой разных народов;
- обучить правилам народных игр и других физических упражнений игровой направленности;
- прививать необходимые теоретические знания в области физической культуры, спорта, гигиены.

развивающие: вырабатывать умение в любой игровой ситуации 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;
- развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость;
- увеличивать функциональные возможности организма.

воспитывающие:

- формировать потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями;
- прививать учащимся интерес и любовь к занятиям различным видам спортивной и игровой деятельности;
- воспитывать культуру общения со сверстниками и формировать навыки сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности;
- способствовать воспитанию нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно полезной и творческой деятельности.

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная деятельность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Программа обучения физической культуре направлена:

- на реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения;
- реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;
- соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явления и процессов;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Особенности программы

Предлагаемая рабочая программа знакомит учащихся с играми русского народа, народов Севера, спортивными играми, игровыми ситуациями, в которых отражаются национальный аспект, истоки самобытности культуры народа.

Теоретический материал программы предлагается в форме бесед до, после или в процессе выполнения двигательной деятельности, в ходе которых дети узнают много интересного об истории происхождения и развития различных игровых видов деятельности; знакомятся с правилами игры, правилами общения, правилами безопасного поведения на занятиях и во время самостоятельно организованных игр. В практическую часть программы помимо игр различных народов, входят комплексы общеразвивающих упражнений (ОРУ), комплексы гигиенической гимнастики, комплексы упражнений дыхательной гимнастики, корригирующие упражнения для нормализации осанки; широко применяются упражнения с использованием различных предметов и снарядов. Комплексы регулярно обновляются.

При проведении занятий учитываются индивидуальные особенности обучающихся, уровень их физической подготовленности и состояние здоровья.

Программа ориентирована на младших школьников 4 классов и имеет соответственно количество часов – 34.

Планируемые результаты

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при проведении игр, 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 игровой деятельности;
- организовывать самостоятельную игровую деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места проведения игр;
- планировать и распределять нагрузку и отдых в процессе игровой деятельности;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта при использовании их в игровой деятельности.
- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее 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 программы по изучению игр 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.

Предметными результатами освоения учащимися программы являются следующие умения:

- планировать игры в режиме дня, организовывать отдых и досуг;
- излагать факты истории возникновения игр, характеризовать их роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять игру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при организации и проведении игр, 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 инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения игр;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время игр;
- 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;
- подавать команды, вести подсчет при организации и проведении игр;
- применять в игровой деятельности технические действия из базовых видов спорта.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА.

Содержание учебного предмета «Физическая культура», подвижные игры, направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся начальной школы укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности, развитие координационных способностей.

Раздел 1. Знания о подвижных играх. (в течении учебного курса)

Как возникли игры, первые состязания, игры с мячом, как возникли игры на метание. Игры различных национальностей.

Раздел 2.

Игры народов Севера (10)

Русские народные игры (24)

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УРОКОВ С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

№	Дата	Тема урока	Физическое развитие	Формируемые УУД
1		Подвижные игры: «Поиграем в ямки». «Шишки. Желуди. Орехи».	Развитие быстроты, ловкости.	Действие смыслообразования. Управление поведением партнера: контроль, коррекция.
2		Подвижные игры «Снайпер», игра «Олени и пастух».	Развитие быстроты, ловкости.	Действие смыслообразования. Планирование сотрудничества с учителем и сверстниками.
3		Подвижные игры «Шишки. Желуди. Орехи». «Космонавты»	Развитие быстроты. Ловкости.	Волевая саморегуляция.
4		Подвижные игры «Догони свою пару», «Отбивка оленей».	Развитие быстроты реакции, ловкости.	Выделение и формулирование учебной цели. Постановка объективной оценки на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.
5		Подвижные игры «Прыжки через лодки», «Метание шишек».	Развитие быстроты внимания, ловкости.	Разрешение конфликтов, постановка вопросов.
6		Подвижные игры «Броски копья», игра «Прыжки через лодки».	Развитие ловкости, быстроты. Прыгучести.	Действие смыслообразования. Планирование

				собственной деятельности, распределение нагрузки и отдыха в процессе ее выполнения.
7		Подвижные игры «Кто быстрее», «Догонялки».	Развитие ловкости, быстроты.	Планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и отдыха в процессе ее выполнения.
8		Разучивание подвижной игры «Поиграем в ямки», игра «Прыжки через нарты» (авел ал эпты нэвырта).	Развитие быстроты.	Действие смыслообразования.
9		Подвижные игры «Мяч капитану», «Переноска мячей».	Развитие ловкости, быстроты реакции.	Целеполагание. Анализ и объективное оценивание результатов собственного труда, нахождение возможности и способы их улучшения.
10		Подвижная игра «Охотники и утки», «Переноска мячей».	Развитие быстроты, ловкости.	Контроль в форме сличения с эталоном. Постановка объективной оценки на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.
11		Подвижные игры: «Мяч по кругу», «Успей выбежать».	Развитие быстроты, внимания.	Анализ и объективное оценивание результатов собственного труда, нахождение возможности и способы их улучшения.
12		Подвижные игры: «Метание диска», «Игра кольцом».	Развития внимания, ловкости.	Коррекция: нахождение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления.
13		Подвижные игры: «Борьба за мяч», «Обгони мяч».	Развитие ловкости.	Ценностно-смысловая ориентация учащихся. Целеполагание.
14		Подвижные игры: «Метание шишек», «Мяч по кругу».	Развитие быстроты.	Волевая саморегуляция. Планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и отдыха в процессе ее выполнения.
15		Подвижные игры: «Охотники и утки». Эстафеты с предметами.	Развитие ловкости, быстроты.	Планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и отдыха в процессе ее

				выполнения.
16		Подвижные игры: «Ракетодром», «Обгони мяч».	Развитие внимания, ловкости	Целеполагание. Нравственно-этическое оценивание. Коррекция: нахождение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления.
17		Подвижные игры: «Прыжки через нарты», «Два медведя».	Развитие ловкости, быстроты, прыгучести.	Контроль в форме сличения с эталоном. Планирование сотрудничества с учителем и сверстниками.
18		Подвижные игры: «Зайцы в огороде», «Бег в снегоступах».	Развитие ловкости, координации движения.	Управление Умение структурировать знания. эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранение хладнокровия, сдержанности, рассудительности.
19		Подвижные игры: «Снайпер», «Бег в снегоступах».	Развитие ловкости, координации движения.	Ценностно-смысловая ориентация учащихся. Целеполагание.
20		Подвижные игры: «Невод», «Караси и щуки».	Развитие внимания, ловкости.	Управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранение хладнокровия, сдержанности, рассудительности. Разрешение конфликтов, постановка вопросов.
21		Подвижные игры: «Караси и щуки» « Рыбаки и рыбки».	Развитие ловкости, быстроты реакции.	Выделение и формулирование учебной цели. Характеристика явления (действия и поступки).
22		Подвижные игры: «Коршун и куропатки», «Лес, болото, озеро».	Развитие ловкости, прыгучести.	Разрешение конфликтов, постановка вопросов.
23		Игры: «Часовые и разведчики», «Метание диска».	Развитие быстроты, внимания, прыгучести.	Контроль в форме сличения с эталоном. Выделение и формулирование учебной цели.
24		Подвижные игры: «Поменяемся местами», «Олени и пастух».	Развитие ловкости, внимания.	Планирование промежуточных целей с учетом результата:

				организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий.
25		Подвижные игры: «Санитары леса», «Невод».	Развитие ловкости, координации, внимания.	Характеристика явления (действия и поступки). Разрешение конфликтов, постановка вопросов.
26		Подвижные игры: «Тройной прыжок», «Скачки на одной ноге» (эу кур нэвэр).	Развитие ловкости, внимания.	Анализ и объективное оценивание результатов собственного труда, нахождение возможности и способы их улучшения. разрешение конфликтов, постановка вопросов. Построение высказываний в соответствии с условиями коммуникации.
27		Подвижные игры: «Метание шишек», «Летает - не летает».	Развитие внимания, ловкости.	Выделение и формулирование учебной цели. Управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранение хладнокровия, сдержанности, рассудительности.
28		Подвижные игры: «Подвижная цель», «Обгони мяч».	Развитие прыгучести, ловкости, быстроты.	Анализ и объективное оценивание результатов собственного труда, нахождение возможности и способы их улучшения.
29		Подвижные игры: «Отбивка оленей», «Олени и пастух».	Развитие быстроты, ловкости	Управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранение хладнокровия, сдержанности, рассудительности.
30		Подвижные игры: «Прыжки через нарты» «Ловля оленей».	Развитие ловкости, внимания, прыгучести.	Выделение и формулирование учебной цели. Постановка объективной оценки на основе освоенных знаний и

				имеющегося опыта.
31		Игры: «Цапля», «Щука и караси».	Развитие внимания, ловкости.	Действие смыслообразования. правление поведением партнера: контроль, коррекция.
32		Подвижные игры: «Перетягивание каната», «Борьба на палках».	Развитие быстроты реакции, ловкости.	Выделение и формулирование учебной цели.
33		Подвижные игры: «Метание плоских камней или кружочков из коры» (картякти), «Заячьи прыжки».	Развитие ловкости, силы, прыгучести.	Анализ и объективное оценивание результатов собственного труда, нахождение возможности и способы их улучшения. Контроль в форме сличения с эталоном. Постановка объективной оценки на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.
34		Итоговый урок - игры народов Севера.		Ценностно-смысловая ориентация учащихся. Планирование промежуточных целей с учетом результата: организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий.