

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и молодежной политики Свердловской области

Управление образованием ТГО

МАОУ Фабричная СОШ

РАССМОТРЕНО

Методическим объединением
учителей начальных классов

Руководитель МО

Протокол №1

от "30" сентября 2022 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР
С.В Сирякова

Протокол №

от "30" сентября 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МАОУ Фабричная
СОШ

О.О. Гарбузова.

Приказ № 161-Д

от "30 сентября 2022" г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА (ID 1809093)

учебного предмета
«Физическая культура»
для 1 класса начального общего образования
на 2022-2023 учебный год

«ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ» 1 КЛАСС

Составитель: Субботский Олег Валерьевич
учитель физической культуры

пос. Фабричное 2022

Программа разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования, на основе примерных программ внеурочной деятельности.

Программа направлена на:

- Создание условий для укрепления здоровья и разностороннего развития детей.
- Обогащение двигательного опыта учащихся посредством усложнения ранее освоенных движений и овладения новыми упражнениями повышенной сложности.
- Достижение более высокого уровня функциональных возможностей всех систем организма, повышение его адаптивных свойств.
- Формирование у учащихся устойчивой потребности в занятиях физической культурой и спортом, воспитание нравственных и волевых качеств.

Место курса в учебном плане

На изучение курса «Подвижные игры» в 1 классе 33 часов в год; 1 ч в неделю.

Цель: создание условий для укрепления здоровья учащихся через игру, содействие их разносторонней физической подготовленности.

Основными задачами реализации поставленной цели являются:

1. укрепление опорно-двигательного аппарата;
2. комплексное развитие таких физических качеств, как быстрота, гибкость, ловкость, координация движений, сила и выносливость
3. развитие морально-волевых качеств учащихся; привитие стойкого интереса к занятиям и мотивации к достижению более высокого уровня сформированности культуры здоровья.
4. формирование у детей представлений о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему, способствовать осознанному выбору здорового стиля жизни;
5. развивать основные физические качества младших школьников (силу, быстроту, ловкость, выносливость, равновесие и координацию движения), что обеспечивает их высокую физическую и умственную работоспособность;
6. стабилизировать эмоции, обогатить детей новыми ощущениями, представлениями, понятиями;
7. развивать самостоятельность и творческую инициативность младших школьников, способствовать успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг;
8. воспитывать волевые качества, дисциплину, самоорганизацию, коллективизм, честность, скромность;
9. формировать систему нравственных общечеловеческих ценностей.

Методическая особенность программы:

Отличительной особенностью программы является увеличение объёма (количества часов) на изучение подвижных игр на период 1-4 годов обучения.

При реализации программы используются различные методы обучения:

- словесные – рассказ, объяснение нового материала;
- наглядные – показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;
- практические – апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы. Организация работы групповая.

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности для обучающихся: игровой и учебной.

Начало работа по разделу включает знакомство с теоретическим материалом. Затем следует практическая часть занятия: освоение учебной группой новых игр.

Такой приём, как беседа, помогает установлению доверительных отношений между педагогом и обучающимися, позволяет расширить кругозор и пополнить знания, которые необходимы в исследовательской работе.

В общей системе всестороннего развития человека воспитание ребенка занимает важное место. Начиная с дошкольного возраста закладываются основы здоровья, физического развития,

формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств. Учащиеся младших классов, преемственно развиваясь с большим удовольствием занимаются физической культурой.

Различного вида игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств. Очень ценно, что занятия играми способствуют воспитанию у учащихся младших классов положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи. Они проводятся летом и зимой на открытом воздухе, что является эффективным средством закаливания организма ребенка.

Подвижные игры – одно из самых любимых и полезных занятий детей. В их основе лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, в то же время способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания, например, развитию скоростно-силовых качеств.

Игровая деятельность всегда связана с решением определенных задач, выполнением определенных обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Все эти развивающие аспекты усиливаются спецификой подвижных игр. Именно поэтому грамотное использование народных игр не только полезно для детей, но и чрезвычайно актуально, поскольку правильное “включение” элементов игр в процесс физического воспитания активно способствует гармоничному развитию и физической подготовленности учащихся.

По завершению курса проводятся соревнования, презентация обучающимися понравившейся игры.

Планируемые результаты освоения курса «Подвижные игры»

1 класс

Личностные результаты изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- 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.

Метапредметные результаты изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- 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.
- 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.

Содержание учебного предмета

1 класс (33 часа)

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	8
2	Подвижные игры	17
3	Эстафеты	8
	Итого	33

Тематическое планирование по курсу «Подвижные игры» в 1 классе (33 часа)

№	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	ТБ при проведении подвижных игр. Подвижная игра "Ловишки".	1		1	2.09.2022	Игровое упражнение
2.	Подвижная игра "Ловишки". "Быстро встань в колонну"	1		1	9.09.2022	Игровое упражнение
3.	Русская народная игра «Горелки», подвижная игра "Жмурки"	1		1	16.09.2022	Игра малой подвижности
4.	Русская народная игра «Салки». Подвижная игра "Совушка".	1		1	23.09.2022	Беседа «Возникновение подвижных игр»
5.	"Передал - садись", подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности	1		1	30.09.2022	Игровое упражнение
6.	Подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Эхо".	1		1	7.10.2022	Игровое упражнение
7.	Подвижная игра "Перелет птиц", игровое упражнение "Передача мяча колонне".	1		1	14.10.2022	Игровое упражнение
8.	Подвижная игра "Успей добежать", "Эхо".	1		1	21.10.2022	Игра малой подвижности
9.	Подвижная игра "Жмурки", "Летает, не летает".	1		1	28.10.2022	Игра малой подвижности
10.	Подвижная игра "Не попадись", ходьба, "Бабочка", "Лягушка".	1		1	11.11.2022	Игровое упражнение
11.	Подвижная игра "Догони свою пару", игра "Фигуры".	1		1	18.11.2022	Игровое упражнение
	Русская народная игра «Горелки», подвижная игра "Жмурки"	1		1	25.11.2022	Игра малой подвижности
13.	Подвижная игра "Ноги от земли", "Кто ушел?".	1		1	2.12.2022	Игра малой подвижности
14.	Подвижная игра "Ключи", игра "Кто ушел?".	1		1	9.12.2022	Подвижная игра средней интенсивности
15.	Подвижная игра "Кого называли, тот ловит", "Воротца".	1		1	16.12.2022	Подвижная игра средней интенсивности

16 .	Подвижная игра "Воробьи и кошка".	1		1	23.12.2022	Игра малой подвижности
17 .	Подвижная игра "Ловля обезьян", "Мяч вошедшему".	1		1	30.12.2022	Игра малой подвижности
18 .	Подвижная игра "Перелет птиц", "Поймай мяч".	1		1	13.01.2023	Игра малой подвижности
19 .	Веселые старты. Игра "Кто быстрее?".	1		1	20.01.2023	Беседа: «Основы строения и функций организма»
20 .	Подвижная игра "Ловля обезьян", "Хоровод".	1		1	27.01.2023	ТБ при проведении подвижных игр.
21 .	Подвижная игра "Будь ловким", "Фигуры".	1		1	03.02.2023	Игра средней интенсивности
22 .	Подвижная игра "Ключи".	1		1	10.02.2023	Беседа: «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю спортивной одежде».
23 .	Подвижная игра "Хитрая лиса".	1		1	17.02.2023	Игровое упражнение
24 .	Подвижная игра "Удочка", "Летает, не летает".	1		1	29.11.2023	Игровое упражнение
25 .	Подвижная игра "Кого назвали, тот и ловит", "Летает, не летает".	1		1	03.03.2023	Игровое упражнение
26 .	Подвижная игра "Ловишки", "Передача мяча в колонне".	1		1	10.03.2023	Эстафета
27 .	Подвижная игра "Бери ленту", "Эхо".	1		1	17.03.2023	Игровое упражнение
28 .	Подвижная игра "Мяч в воздухе", "Затейники".	1		1	24.03.2023	Эстафета
29 .	Подвижная игра "Совушка", "Угадай, чей голосок".	1		1	14.04.2023	Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи».
30 .	Подвижная игра "Карусель»	1		1	21.04.2023	Эстафета с мячом.
31 .	Подвижная игра ""Волк на рву".	1		1	28.04.2023	Игровое упражнение
32 .	Подвижная игра "Удочка",	1		1	12.05.2023	Игра малой подвижности
33 .	Обобщение	1		1	19.05.2023	

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Стадион, спортивный зал, мишени для метания, волейбольная сетка, Баскетбольный щит, Разметка и т. д

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЛАБОРАТОРНЫХ, ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ, ДЕМОНСТРАЦИЙ

Спортивный инвентарь: Свисток, секундомер, линейка, эстафетные палочки, мячи, кубики, кольца