

Рассмотрено на заседании МО
протокол №5
от «15» июня 2018г.

 /Шведченко Е.Н./
(подпись)

Согласовано
зам. директора по УР
«30» июня 2018г.

 /Черкалина Е.В./
(подпись)

Утверждено
Директор

«30» июня 2018г.
 Терехов П.С.
(подпись)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ПО ПРЕДМЕТУ

Подвижные игры

1-4 классы

Программу подготовили:

Притуляк Д.В., Авилкина Л.С., Зубарева Н.М.,

учителя начальных классов

1 квалификационной категории

Рабочая программа по предмету «Подвижные игры» для 1-4 классов разработана на основании:

1. основной образовательной программы основного общего образования ГБОУ Школы №1210;
2. учебного плана ГБОУ Школы №1210;
3. концепции комплексной программы по физическому воспитанию В.И. Ляха, А.А. Зданевича.

Планируемые результаты освоения предмета

Предметные результаты

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.

Метапредметные результаты

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.

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:

- умение оформлять свои мысли в устной форме;
- слушать и понимать речь других;
- договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя).

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;
- готовность и способность обучающихся к саморазвитию;
- сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества;
- сформированность основ российской, гражданской идентичности.

Содержание учебного предмета

1 класс

Игры с бегом

Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».

Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведя во бору».

Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски».

Комплекс ОРУ в движении. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».

Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи».

Игры с мячом

История возникновения игр с мячом.

Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу».

Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?»
Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели».

Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».

Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель».

Игры с прыжками

Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам.

Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки».

Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка». Игра «Лягушата и цапля».

Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».

Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли».

Игры малой подвижности

Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы.

Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета.

Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты».

Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд».

Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки».

Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка.

Игра «Построение в шеренгу». Игра «Кто быстрее встанет в круг».

Зимние забавы

Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении.

Игра «Скатывание шаров». Игра «Гонки снежных комов».

Игра «Клуб ледяных инженеров». Игра «Мяч из круга».

Игра «Гонка с шайбами». Игра «Черепахи».

Эстафеты

Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма.

Беговая эстафета.

Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)

Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия

Народные игры

Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей.

Разучивание народных игр. Игра «Калин–бан-ба»

2 класс

Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи

Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками»

Игры на развитие внимания и памяти: «Карлики–великаны» «Запомни порядок»

Игры на развитие памяти. Игры на развитие воображения. Игры на развитие памяти.

Игры на развитие мышления и речи

Народные игры

«У медведя во бору», «Горелки»

«Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами»

«Наседка и коршун», «Кот и мышь», «Локомотив»

«Большой мяч», «Укротитель зверей», «Удар по веревочке»

Игры большой подвижности

Игры с элементами ОРУ «Кочка, дорожка, копна», «Космонавты»
Составление упражнений для утренней гимнастики. Эстафеты с обручами
Беседа «Я сильный, ловкий, быстрый». Эстафеты с баскетбольным мячом
Игры с мячом «Охотники и утки», «Совушка».
Весёлые старты со скакалкой.
Игры «Не давай мяч водящему», «Зайцы в огороде»
Упражнения на формирование правильной осанки. Игра «Волк во рву»
Игры с прыжками «Попрыгунчики-воробушки», «Прыжки по полоскам»
Игры на свежем воздухе «Два Мороза», «Метко в цель»
Эстафеты с санками и лыжами
Игры на лыжах «Биатлон»
Игры зимой. «Охота на куропаток»
Игры на свежем воздухе: «Перемена мест», «Удочка», «Бой петухов», «Салки с мячом»,
«Прыгай через ров»
Спортивные игры
Футбол. Правила игры. Техника безопасности. Состав команды игроков.
Спортивные праздники
Весенние олимпийские игры
Спортивный праздник «Фестиваль подвижных игр»

3 класс

Игры с бегом (общеразвивающие игры)

Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.
Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».
Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»
Комплекс ОРУ в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки».
Игра «Круговые пятнашки».
Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игры «Круговые пятнашки», «Ловушки в кругу», «Много троих, хватит двоих»

Игры с мячом

Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.
Комплекс ОРУ с маленькими мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»
Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча»
Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».
Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта»

Игры с прыжками (скакалки)

Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок.
« Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».
« Переселение лягушек». Игра «Лошадки».
«Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки».
Игра « Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?»

Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; для формирования правильной осанки)

Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.
Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».
Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок.
Игры «Молчанка», «Колечко», «Краски», «Перемена мест»

Зимние забавы

Правила техники безопасности. Знакомство с играми со снегом.
«Строим крепость», «Взятие снежного городка», «Меткой стрелок», «Лепим снеговика».

Эстафеты

Значение слова «эстафета». Разбивание разными способами команд на группы.

Эстафеты «Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».

Эстафеты «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».

Эстафеты «Челночный бег», «По цепочке».

Народные игры

Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.

Разучивание народных игр: «Гуси - лебеди», "Горелки", «Мотальщицы», «Мишени».

4 класс

Игры с бегом (общеразвивающие)

Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.

Комплекс ОРУ в движении. Игры «Бег командами», «Мешочек».

Комплекс ОРУ с предметами. Игры «Городок», Русская лапта».

Комплекс ОРУ на месте. Игры «Лиса в курятнике», «Ловкие ребята».

Игры «Пятнашки в кругу», «Караси и щуки».

Игры с мячом

Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр.

Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.

Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».

Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».

Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил»

Игра «Защищай ворота».

Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч». Игра «Мяч в центре».

Игры с прыжками (скакалки)

Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр.

Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.

Комплексы ОРУ. Игры «Туда-обратно», «Зайцы в огороде».

«Шишки, жёлуди, орехи», «Белые медведи».

«Карусели», «Тропка».

«Ловушка», «Капканы».

Игры малой подвижности

Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ.

Разучивание рифм для проведения игр.

Комплекс ОРУ на месте. Игры «Кто дальше бросит?», «Что изменилось?», «Найди предмет».

«Слушай сигнал», «Угадай, кто это?», «Точный телеграф».

«Невидимки», «Наблюдатели», «Кто точнее».

Игра «Ориентирование без карты», «Садовник».

Зимние забавы

Правила безопасности зимой. Игры «Снежком по мячу», «Пустое место».

«Кто дальше», «Быстрый лыжник».

Эстафеты

Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ. Способы деления на команды. Повторение считалок.

Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.

Эстафета с лазанием и перелезанием.

Эстафета линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».

Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)

Народные игры

Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.

Разучивание народных игр. Игры "Салки", "Малечина-колечина", Игра "Коршун", "Бабки".

Тематическое планирование

1 класс

№ пункта	Содержание материала	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности ученика (на уровне учебных действий)
1.	Игры с бегом	6	Повторение правил безопасности в играх с бегом, разучивание новых игр, учатся согласовывать свои движения с движениями других детей, координируют работу рук и ног во время бега.
2.	Игры с мячом	5	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры.
3.	Игры с прыжками	5	Узнают и закрепляют правила безопасности в играх с прыжками. Развитие скоростно-силовых способностей. Разучивание игр, знакомятся с практическим применением игр дома, во дворе. Упражняются в прыжках на двух ногах с поворотами направо, налево, с продвижением вперёд, на одной ноге. Развивают естественную координацию движений, ловкость.
4.	Игры малой подвижности	7	Упражняются в выполнении движений по сигналу, по слову, учатся перестраиваться в зависимости от условий игры. Развивают внимательность, сообразительность, память, наблюдательность, ловкость, быстроту реакции. Дети ориентируются в пространстве.
5.	Зимние забавы	4	Повторяют правила безопасности во время игр на улице в зимнее время, строят снежные фигуры. Упражняются в ловкости, силе, развивают координацию движений.
6.	Эстафеты	4	Учатся совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.

			Учатся выполнять различные роли в группе. Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.
7.	Народные игры	2	Знакомятся с народными играми, правилами игры, рифмовками, сопровождающими игры. Понимают, в какие игры можно играть в школе, в какие – во дворе, а в какие – дома. Учатся коммуницировать в парах, группах. Выполняют различные роли: водящего, игрока. Разучивают считалки.

2 класс

№ пункта	Содержание материала	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности ученика (на уровне учебных действий)
1.	Игры малой подвижности (на развитие внимания, мышления, воображения, речи)	6	Упражняются в выполнении движений по сигналу, по слову, учатся перестраиваться в зависимости от условий игры. Развивают внимательность, сообразительность, память, наблюдательность, ловкость, быстроту реакции. Дети ориентируются в пространстве.
2.	Народные игры	6	Знакомятся с народными играми, правилами игры, рифмовками, сопровождающими игры. Понимают, в какие игры можно играть в школе, в какие – во дворе, а в какие – дома. Учатся коммуницировать в парах, группах. Выполняют различные роли: водящего, игрока. Разучивают считалки.
3.	Игры большой подвижности (с бегом, с мячом, с прыжками)	15	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости. Повторение правил безопасности в играх с бегом, разучивание новых игр, учатся согласовывать свои движения с движениями других детей, координируют работу рук и ног во время бега. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Развитие скоростно-силовых способностей. Узнают и закрепляют правила безопасности в играх с прыжками. Развитие скоростно-силовых способностей. Разучивание игр, знакомятся с практическим применением игр дома, во дворе. Упражняются в прыжках на двух ногах с поворотами направо, налево, с продвижением вперёд,

			на одной ноге. Развивают естественную координацию движений, ловкость.
4.	Спортивные игры	4	Знакомятся с историей появления и развития футбола. Понимают правила игры, распределяют роли игроков в команде. Развивают согласованность движений в команде.
5.	Спортивные праздники	2	Учатся совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им. Учатся выполнять различные роли в группе. Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

3 класс

№ пункта	Содержание материала	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности ученика (на уровне учебных действий)
1.	Игры с бегом (общеразвивающие игры)	5	Повторение правил безопасности в играх с бегом, разучивание новых игр, учатся согласовывать свои движения с движениями других детей, координируют работу рук и ног во время бега.
2.	Игры с мячом	5	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Развитие скоростно-силовых способностей.
3.	Игры с прыжками (скакалки)	5	Узнают и закрепляют правила безопасности в играх с прыжками. Развитие скоростно-силовых способностей. Разучивание игр, знакомятся с практическим применением игр дома, во дворе. Упражняются в прыжках на двух ногах с поворотами направо, налево, с продвижением вперед, на одной ноге. Развивают естественную координацию движений, ловкость.
4.	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; для формирования правильной осанки)	5	Упражняются в выполнении движений по сигналу, по слову, учатся перестраиваться в зависимости от условий игры. Развивают внимательность, сообразительность, память, наблюдательность, ловкость, быстроту реакции. Дети ориентируются в пространстве.
5.	Зимние забавы	3	Повторяют правила безопасности во время игр на улице в зимнее время, строят снежные фигуры. Упражняются в ловкости, силе, развивают координацию

			движений.
6.	Эстафеты	5	Учатся совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им. Учатся выполнять различные роли в группе. Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.
7.	Народные игры	5	Знакомятся с народными играми, правилами игры, рифмовками, сопровождающими игры. Понимают, в какие игры можно играть в школе, в какие – во дворе, а в какие – дома. Учатся коммуницировать в парах, группах. Выполняют различные роли: водящего, игрока. Разучивают считалки.

4 класс

№ пункта	Содержание материала	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности ученика (на уровне учебных действий)
1.	Игры с бегом (общеразвивающие)	5	Повторение правил безопасности в играх с бегом, разучивание новых игр, учатся согласовывать свои движения с движениями других детей, координируют работу рук и ног во время бега.
2.	Игры с мячом	5	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Развитие скоростно-силовых способностей.
3.	Игры с прыжками (скакалки)	5	Узнают и закрепляют правила безопасности в играх с прыжками. Развитие скоростно-силовых способностей. Разучивание игр, знакомятся с практическим применением игр дома, во дворе. Упражняются в прыжках на двух ногах с поворотами направо, налево, с продвижением вперёд, на одной ноге. Развивают естественную координацию движений, ловкость.
4.	Игры малой подвижности	5	Упражняются в выполнении движений по сигналу, по слову, учатся перестраиваться в зависимости от условий игры. Развивают внимательность, сообразительность, память, наблюдательность, ловкость, быстроту реакции. Дети ориентируются в пространстве.
5.	Зимние забавы	3	Повторяют правила безопасности во время игр на улице в зимнее время, строят

			снежные фигуры. Упражняются в ловкости, силе, развивают координацию движений.
6.	Эстафеты	5	Учатся совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им. Учатся выполнять различные роли в группе. Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.
7.	Народные игры	5	Знакомятся с народными играми, правилами игры, рифмовками, сопровождающими игры. Понимают, в какие игры можно играть в школе, в какие – во дворе, а в какие – дома. Учатся коммуницировать в парах, группах. Выполняют различные роли: водящего, игрока. Разучивают считалки.