

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа по Подвижным играм для 4 класса. Рабочая программа рассчитана на преподавание Подвижных игр 1 час в неделю, 34 часа в год (34 учебных недели).

Цель программы:

- освоение учащимися основ физкультурной деятельности с общефизической и спортивно-оздоровительной направленностью.
- содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника.

Задачи физического воспитания учащихся направлены на:

- укрепление здоровья, повышение физической подготовленности и формирование двигательного опыта, воспитание активности и самостоятельности в двигательной деятельности;
- развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости; обучение разнообразным комплексам акробатических, гимнастических, легкоатлетических и других физических упражнений общеразвивающей направленности;
- формирование умений проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня, воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности;
- воспитание интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями; обучение простейшим способам измерения показателей физического состояния и развития (рост, вес, пульс и т.д.)

В соответствии с требованиями учебной программы по физическому воспитанию **главными задачами** для учителя являются:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, содействие гармоническому физическому развитию;
- развитие координационных способностей;
- формирование простейших знаний о личной гигиене, режиме дня;
- приобщение к самостоятельным занятиям (дома), подвижным играм;
- воспитание морально-волевых качеств;

- воспитание устойчивого интереса к двигательной активности;
- обучение детей правилам поведения во время занятий физическими упражнениями;
- развитие умения контролировать уровень своей двигательной активности.

2. Содержание учебного предмета.

Подвижные игры:

- освоение различных игр и их вариантов,
- система упражнений с мячом.

3. Учебно-тематическое планирование 4 класс

№ п/п	Тема и содержание урока	Кол-во часов	Примечание
Подвижные игры с предметами и без		9ч	I четверть В зависимости от погодных условий
1	Инструктаж по технике безопасности и правилам поведения в зале и на улице. Салки в разных вариантах	1	
2	Понимание ответственности каждого за свое здоровье «Пустое место», «Третий лишний», «Заяц без дома»	1	
3	Понятие «игра». Теории возникновения и развития подвижных игр «Вышибалы» «Цепи - кованные», «Мышеловка»	1	
4	Минитурслет	2	
5			
6	«Шишки - желуди - орехи», «Штурм», «Подвижная цель»	1	
7	«Липкие пеньки», «Вышибалы в квадрате», «Мышки – завитушки»»	1	
8	«Охотники и зайцы», «11», «Подмигиши»	1	
9	Правила проведения игр и соревнований «Звезда», «Черные и белые», «Зебра»	1	
10	Правильное дыхание при длительных физических нагрузках. «Али-баба», «Арим-шим-шим», «Сантики-фантики-лим-по-по»	7ч 1	II четверть
11	Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий «Круговая лапта», «Горелки», «Подвижная цель»	1	
12	«Антивышибалы», «Штандер - стоп», "Копна - кочка"	1	
13	«Зевака», «Часовые и разведчики», «Ловкие и быстрые»	1	
14	«Большой мяч», «Гонки на руках», «Салки-догонялки»	1	
15	Эстафеты «Веселые профессии»	2	
16			
17	Значение и важность регулярных физических нагрузок. «Перестрелка», «Горящий мяч», «Поймай хвост дракона»	10ч 1	III четверть В зависимости от погодных условий
18	Развитие в играх физических качеств. Салки в разных вариантах, «Рыбак», «Невод»	1	
19	«Бездомный заяц», «Караси и щука», «Стеночки»	1	

20	«Шишки - желуди - орехи», «Силачи», «Биляша»	1	
21	Эстафеты «Папа, мама, я – спортивная семья»	2	
22			
23	<i>Подвижные игры на освоение спортивных игр</i> Техника безопасности во время спортивных игр «Перестрелка», «Картошка»	1	
24	Способы разделения игроков на команды, выбора водящего и капитана. «11», «Штурм», «Перестрелка»	1	
25	«Мяч через сетку», «Стрелок», “Жонглёры”, «Передал - садись»	1	
26	«Пионербол», Эстафеты	1	
27	Правила безопасности при выполнении физических упражнений. «Брось в кольцо», «Баскетбольные салки», «Мяч водящему»	8ч 1	
28	Руководство процессом игры. Дозировка и судейство игры. Требования к окончанию игры. Подведение итогов. «Пионербол», «Хоккей»	1	
29	«Футбольные вышибалы», «Футбол»	1	
30	«Бадминтон», «10 передач», «Вызов номеров», «Круговая лапта»	1	
31	«Перестрелка», «33», «Загадка», «Горящий мяч»	1	
32	«Бадминтон», «10 передач», «пионербол», «мяч капитану»	1	
33	Спортивные состязания «Поиски клада»	2	
34			
Итого		34	IV четверть

Материально – техническое оснащение занятий

№ п/п	Инвентарь, снаряд	Кол-во
1	Гимнастическая скамейка	3
2	Баскетбольный щит	2
3	Волейбольная сетка	1
4	Баскетбольные мячи	6
5	Волейбольные мячи	6
6	Футбольные мячи	2
7	Набивные мячи	5
8	Кегли	15
9	Палочки для городков	10
10	Бадминтонные ракетки	8 пар
11	Резиновые мячи:	
	• Большие	10
	• Средние	10
	• Малые	30
12	Теннисные мячи	10
13	Скакалки	30
14	Тряпичные мячи	25
15	Паралоновые палочки	25
16	Мешочки с песком	30
17	Эстафетные палочки	6
18	Гимнастические коврики	18
19	Гимнастические маты	4
20	Гимнастические палки:	20

21	Обручи:	20
22	Флажки	10
23	СД-аудиомагнитофон	1
24	Учебная доска	1

Список литературы

1. Видякин М.В. Внеклассная работа, физическая культура в начальной школе-ИТД «Корифей», 2005г.
2. Глазырина Л.Д. Методика преподавания физической культуры в начальной школе- метод. пособие и программа- изд. «ВЛАДОС», 2004г.
3. Дереклеева Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья в 1-5 классах – М.: ВАКО, 2004г.
4. Детские подвижные игры, под ред. Конеева Е.В., «Феникс», 2006г.
5. Кочурова С. Большая книга школьных праздников- Академия развития, Ярославль, 2007г.
6. Куприянов Б.В., Рожков М.И., Фришман И.И. Организация и методика проведения игр подростками. – М.: Гуманитарный издательский центр, 2001.
7. Лях В.И. Комплексная программа «Физическое Воспитание учащихся 1-11 классов», 2008г.
8. Лях В.И. Физическая культура, учебник для уч-ся 1-4 классов нач.шк.- изд. «Просвещение», 2008г.
9. Матвеев А.П. Физическая культура, учебник для учащихся 3-4 кл. нач.шк.- изд. «Просвещение», 2008г.
10. Патрикеев А.Ю. Подвижные игры 1-4 класс- изд. «ВЛАДОС», 2007г.