

«Рассмотрено на заседании МК УНК» Руководитель кафедры _____/Перфильева И.А./ Протокол № ____ от «__» _____ 2014г.	«Согласовано» Заместитель руководителя по НМР МОУ гимназии №1 г. Балашова _____/Ковязина С. В._/ «__» _____ 2014г.	«Утверждено» Директор МОУ гимназии №1 г. Балашова _____/Изгорев С. А./ Приказ № ____ от «__» _____ 2014г.
---	--	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПЕДАГОГА

Торсуковой Ирины Евгеньевны
высшей квалификационной категории
по физической культуре
(модуль «Национальные подвижные игры»)
1 класс

2014 - 2015 учебный год

Пояснительная записка

Программа адресована учащимся 1 «В» класса МОУ гимназии № 1 г. Балашова Саратовской области, создана на основе общеобразовательной программы курса «Физическая культура» (В.И. Лях, А.А. Зданевич).

Важнейшие задачи образования в начальной школе (формирование предметных и универсальных способов действий, обеспечивающих возможность продолжения образования в основной школе; воспитание умения учиться – способности к самоорганизации с целью решения учебных задач; индивидуальный прогресс в основных сферах личностного развития – эмоциональной, познавательной, саморегуляции) реализуются в процессе обучения по всем предметам. Однако каждый из них имеет свою специфику.

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 определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Целью программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности. Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
- формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Программа обучения физической культуре направлена на:

- реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащённостью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион), региональными климатическими условиями;
- расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Задачи физического воспитания обучающихся 1 классов направлены на:

- укрепление осанки, профилактику плоскостопия, содействие гармоническому физическому развитию, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;
- развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей;
- выработку представлений об основных видах спорта, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости на время выполнения физических упражнений содействие развитию психических процессов.

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей. Эти способности выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности, выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

Общая характеристика учебного предмета

Подвижные игры – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. 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.

Подвижные игры всегда требуют от играющих двигательных усилий, направленных на достижение условной цели, оговорённой в правилах. Особенность подвижных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер.

Подвижные игры в начальной школе являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности младшего школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений. 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.

Модуль «Национальные подвижные игры» позволяет реализовывать межпредметные связи с предметами математика, окружающий мир, ОЗОЖ.

Описание места учебного предмета в учебном плане

В соответствии с учебным базисным планом на уроки физической культуры в 1-м классе отводится 3 часа в неделю (99 ч.). Данный курс реализуется по технологии модульного обучения и представлен модулем «Национальные подвижные игры», который проводится 1 раз в неделю (33 ч.)

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей

ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физическом, психическом и социально-нравственном здоровье.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

Ценность социальной солидарности как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

Ценность человечества – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре 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 физической культуре 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;
- ✓ 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;
- ✓ технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- ✓ планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- ✓ представлять физическую культуру 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 с помощью учителя со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- ✓ соблюдать требования техники безопасности;
- ✓ взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- ✓ вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- ✓ выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Содержание учебного предмета

Знания о физической культуре (2ч)

Правила предупреждения травматизма во время занятий: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря. Самоконтроль во время занятий физическими упражнениями и подвижными играми.

Способы физкультурной деятельности. Национальные подвижные игры (25ч)

Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, как жизненно важные способы передвижения человека. Оздоровительные занятия в режиме дня: комплексы утренней зарядки, физкультминутки. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища. Бег, ходьба, прыжки. Национальные подвижные игры.

Резервные уроки – 6 ч

Календарно – тематическое планирование уроков физической культуры

Класс: 1«В»

Учитель: Торсукова И.Е..

Количество часов: Всего: 33 часа; в неделю 1 час.

№ Раз- дела, темы	Наименование раздела и темы	Количес- во часов		Да та	Характеристика деятельности учащихся
		Раз дел	Те ма		
I триместр – 11 ч.					
1	Раздел 1. Знания по физической культуре.	2			Знать правила ТБ на уроках физ. Культуры.
1.1	Самоконтроль во время занятий физическими упражнениями и подвижными играми.		1		
1.2	Инструктаж по ТБ. Правила поведения на уроке.		1		
2	Раздел 2. Способы физкультурной деятельности. Национальные подвижные игры	25			Понимать значение физической культуры в жизни человека. Знать комплекс ОРУ.
2.1- 2.2	Выполнение комплексов упражнений для развития основных физических качеств; проведение оздоровительных мероприятий в режиме дня.		2		
2.3- 2.4	Инструктаж по ТБ. Построение в шеренгу, колонну. Ходьба под счёт. Ходьба на носках, на пятках. Русская народная игра «Салки».		2		
2.5	Инструктаж по ТБ. Ходьба под счёт в колонне по одному. Ходьба на носках, на пятках. Русская народная игра «Совушка».		1		Уметь выполнять строевые команды. Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге. Правильно выполнять основные движения в прыжках. Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками.
2.6	Инструктаж по ТБ. Разновидности ходьбы. Ходьба с высоким подниманием бедра, в приседе. Русская народная игра «Пустое место».		1		
2.7	Инструктаж по ТБ. Прыжки на месте на одной ноге, на двух ногах. Прыжки с продвижением вперёд. Подвижная игра « Запрещённое движение».		1		
	Резерв	2			
II триместр – 11 ч.					
2.8- 2.9	Инструктаж по ТБ. Прыжки на месте на одной ноге, на двух ногах. Прыжки с продвижением вперёд. Эстафеты с бегом.		2		Знать правила изученных игр. Знать понятия <i>эстафета, соревнование.</i> Знать и выполнять правила при проведении эстафет. Уметь выполнять строевые
2.10	Инструктаж по ТБ. Построения, ходьба. Чередование ходьбы и бега. Русская народная игра « Два Мороза».		1		
2.11- 2.12	Инструктаж по ТБ. Размыкание на вытянутые в стороны руки. Повороты направо, налево. Команды «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». Русская народная игра «Бой петухов».		2		

2.13	Инструктаж по ТБ. Подвижные игры со скакалкой. Русская народная игра «Удочка».		1		упражнения, команды.
2.14	Инструктаж по ТБ. Прыжки через короткую скакалку. Русская народная игра «Волк во рву».		1		Уметь прыгать через скакалку. Уметь выполнять
2.15	Инструктаж по ТБ. Прыжки через скакалку. Игра «Цапля».		1		упражнения в равновесии.
2.16	Инструктаж по ТБ. Строевые упражнения, повороты на месте. Игра «Попрыгунчики-воробушки».		1		Уметь выполнять строевые упражнения.
	Резерв	2			
	III триместр – 11 часов				
2.17-2.18	Инструктаж по ТБ. Разучивание новых эстафет.		2		Уметь владеть мячом: держание, ловля, броски в процессе подвижных игр. Уметь играть в подвижные игры самостоятельно.
2.19-2.20	Инструктаж по ТБ. Подвижные игры с мячом.		2		
2.21-2.24	Инструктаж по ТБ. Подвижные игры народов России		3		
2.25-2.26	Инструктаж по ТБ. Эстафеты с мячом.		1		
	Резерв	2			

Итого: 33 ч.

Перечень учебно-методического обеспечения

Методические и учебные пособия

1. Патрикеев А.Ю. Подвижные игры. 1-4 класс. ВАКО: 2007
2. «Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Пособие для учителя». – Баласс: 2008.
3. Физическая культура. 1-11 классы: комплексная программа физического воспитания учащихся В. И. Ляха, А. А. Зданевича. - Учитель: 2011.