**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**“Центр образования села Мейныпильгыно”**

**(МБОУ “Центр образования с. Мейныпильгыно”)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Согласовано**  Зам директора по учебно-воспитательной работе  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Гусева А.В. | **Принята**  на заседании  педагогического совета  Протокол  от 26.08.2021 г. № 01 | **Утверждена и введена в действие**  приказом  от 27.08.2021 г. № 03-03/126  И.о.директора  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.В.Гусева |

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Центр образования села Мейныпильгыно»

**Сведения о сертификате ЭП**

**Сертификат:** 8936fb13acd7a8b9464df7e5edba8175

**Владелец:** Федорова Мария Анатольевна

**Действителен:** с 01.01.2021 **по** 01.01.2027

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**секции «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»**

**для 1-4 классов**

**на 2021 – 2022 учебный год**

**Направленность:** физкультурно - спортивное

**Количество часов в неделю (год):** 2 часа (72 часа)

**Ф.И.О. педагога:** Тевлявье Владимир Николаевич

**I.Пояснительная записка**

Рабочая программа учебного предмета «Подвижные игры» составлена в соответствии с требованиями Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы В. И. Лях и  А. А. Зданевич. - М.:Просвещение, 2011 г., допущенной Министерством  образования и науки Российской Федерации

**Общая характеристика учебного предмета**

**Актуальность программы**

Занятие спортом способствует самосовершенствованию, познанию и творчеству, формированию здорового образа жизни, профессиональному самоопределению, развитию физических, интеллектуальных и нравственных способностей, достижению уровня спортивных успехов сообразно способностям.

**Цель программы** - формирование у обучающихся устойчивой мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья, ведению здорового образа жизни через занятия физической культурой.

Достижение цели усвоения предмета должно обеспечивать необходимый уровень физического совершенства и здоровья учащихся общеобразовательных организаций для активного их включения в разнообразные формы здорового образа жизни, использовании ценностей физической культуры для самовоспитания, саморазвития и самореализации.

Реализация этой цели будет способствовать **решению таких важных задач**, как:

– укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма обучающихся;

– формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью;

– освоение знаний о физической культуре и спорте в целом, истории развития борьбы самбо в частности, о роли данного вида спорта в процессе формирования основ культуры здорового образа жизни;

– обучение знаниям, умениям и навыкам в физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности;

– воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;

- создание условий для развития творческих способностей обучающихся;

- общее гармоничное развитие детей и подростков, увеличение объёма их двигательной активности;

- выявление, развитие и поддержка одарённых детей в области спорта.

В основу учебной программы заложены нормативно-правовые основы, регулирующие деятельность спортивных школ и основополагающие принципы спортивной подготовки юных спортсменов, результаты научных исследований и передовой спортивной практики.

1.1. Основополагающие принципы:

• Комплексность - предусматривает тесную взаимосвязь всех сто­рон учебно-тренировочного процесса (физической, технико-тактичес­кой, психологической и теоретической подготовки, воспитательной работы и восстановительных мероприятий, педагогического и ме­дицинского контроля).

• Преемственность - определяет последовательность изложения программного материала по этапам обучения и соответствия его требованиям спортивного мастерства, чтобы обеспечить в многолетнем учебно-тренировочном процессе преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревно­вательных нагрузок, рост показателей уровня физической и техни­ко-тактической подготовленности.

• Вариативность - предусматривает, в зависимости от этапа мно­голетней подготовки, индивидуальных особенностей юного спорт­смена, включение в тренировочный план разнообразного набора тренировочных средств и изменения нагрузок для решения одной или нескольких задач спортивной подготовки.

**Организационно-педагогические основы обучения**

В качестве основного принципа организации учебно-тренировоч­ного процесса предлагается спортивно-игровой принцип, предусмат­ривающий широкое использование (особенно на первых двух-трех го­дах обучения) специализированных игровых комплексов и трениро­вочных заданий, позволяющих одновременно с разносторонней физи­ческой подготовкой подвести учащихся к пониманию сути единобор­ства с позиций, возникающих и создающихся в ходе поединка ситуа­ций. В этом случае учебный процесс строится с учетом естественно и постепенно повышающихся тренировочных требований, по мере реа­лизации которых решаются задачи укрепления здоровья учащихся, развития у них специфических качеств, необходимых в единоборстве, ознакомления их с техническим арсеналом видов борьбы, привития любви к спорту и устойчивого интереса к дальнейшим занятиям спортивной борьбой.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являют­ся:

-групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия,

- работа по индивидуальным планам (работа по индивидуальным планам обя­зательна на этапе спортивного совершенствования и высшего спортив­ного мастерства),

- медико-восстановительные мероприятия, тестиро­вание и медицинский контроль,

- участие в соревнованиях, матчевых встречах, учебно-тренировочных сборах,

- инструкторская и судейская практика учащихся.

Учебный материал программы представлен в разделах, отражаю­щих тот или иной вид подготовки борцов:

 теоретическую,

 физическую,

 технико-тактическую,

 психологическую,

 соревновательную.

Указанные разделы Программы взаимосвязаны и предполагают вос­питание гармонически развитых людей, готовых к трудовой, оборонной, спортивной и другим общественно полезным видам деятельности.

**Место предмета в учебном плане**

В соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования предмет «Подвижные игры» изучается в начальных классах. Программа предполагает обучение предмету «Подвижные игры» по 2 часа в неделю – часа в год (36 учебных недель) в соответствии с учебным планом МБОУ «Центр образования с. Мейныпильгыно».

**Цель программы:** сформировать у младших школьников мотивацию сохранения и приумножения здоровья средством подвижной игры.

**Задачи:**

- сформировать у младших школьников начальное представление о «культуре движений»;

- выработать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями и подвижных играх;

- учить младших школьников сознательному применению физических упражнений, подвижных игр в целях самоорганизации отдыха, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

-развивать умения ориентироваться в пространстве;

- развивать познавательный интерес, воображение, память, мышление, речь;

-создавать условия для проявления чувства коллективизма;

- развивать активность и самостоятельность;

-обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям, применению их в различных по сложности условиях.

При проведении занятий можно выделить два направления:

*оздоровительная направленность*, обеспечивающая наряду с укреплением здоровья активный отдых, восстановление или поддержание на оптимальном уровне умственной работоспособности;

*повышение двигательной подготовленности* учащихся, отвечающей требованиям учебной программы.

*Подвижная игра* – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений. Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Они нравятся практически всем дошкольникам без исключения, так как способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

По содержанию все подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

*Игра как средство воспитания*.

Развитие подвижных игр в воспитательных целях связано с образом жизни людей. В играх отражаются особенности психического склада народностей, идеология, воспитание, уровень культуры и достижения науки. Кроме того, некоторые игры приобретают определённый оттенок в зависимости от географических и климатических условий.

*Игра в жизни ребёнка.*

Игры предшествуют трудовой деятельности ребёнка. Он начинает играть до того, как научиться выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы.

Таким образом, игровая деятельность не является врождённой способностью. С свойственной младенцу с первых дней его существования. Предпосылками игровой деятельности в онтогенезе служат рефлексы. Двигательная игровая деятельность возникает в жизни ребёнка условно – рефлекторным путём, при тесной взаимосвязи первой и второй сигнальных систем. Она формируется и развивается в результате общения ребёнка с внешним миром. При этом большое значение имеет воспитание как организованный педагогический процесс.

*Оздоровительное значение подвижных игр.*

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

*Алгоритм работы с играми:*

• Знакомство с содержанием игры.

• Объяснение содержания игры.

• Объяснение правил игры.

• Разучивание игр.

• Проведение игр.

Эта программа способствует укреплению здоровья, формированию двигательного опыта воспитания здорового образа жизни через занятия физическими упражнениями и активности, самостоятельности в двигательной активности, в частности, игры.

**Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения содержания программы**

**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.

**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.

**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.

**Оценка образовательных достижений обучающихся**

Основным объектом оценки предметных результатов в соответствии с требованиями Стандарта является способность к решению учебно-познавательных и учебно-практических задач, основанных на изучаемом учебном материале, с использованием способов действий, релевантных содержанию учебных предметов, в том числе метапредметных (познавательных, регулятивных, коммуникативных) действий.

Система оценки предметных результатов освоения учебных программ с учётом уровневого подхода, принятого в ФГОС, предполагает выделение базового уровня достижений как точки отсчёта при построении всей системы оценки и организации индивидуальной работы с обучающимися.

Реальные достижения обучающихся могут соответствовать базовому уровню, а могут отличаться от него как в сторону превышения, так и в сторону не достижения.

Для описания достижений обучающихся целесообразно установить следующие пять уровней.

Базовый уровень достижений — уровень, который демонстрирует освоение учебных действий с опорной системой знаний в рамках диапазона (круга) выделенных задач. Овладение базовым уровнем является достаточным для продолжения обучения на следующей ступени образования, но не по профильному направлению. Достижению базового уровня соответствует отметка «удовлетворительно» (или отметка «3», отметка «зачтено»).

Превышение базового уровня свидетельствует об усвоении опорной системы знаний на уровне осознанного произвольного овладения учебными действиями, а также о кругозоре, широте (или избирательности) интересов. Целесообразно выделить следующие два уровня, превышающие базовый:

- повышенный уровень достижения планируемых результатов, оценка «хорошо» (отметка «4»);

- высокий уровень достижения планируемых результатов, оценка «отлично» (отметка «5»).

Повышенный и высокий уровни достижения отличаются по полноте освоения планируемых результатов, уровню овладения учебными действиями и сформированностью интересов к данной предметной области.

При наличии устойчивых интересов к учебному предмету и основательной подготовки по нему такие обучающиеся могут быть вовлечены в проектную деятельность по предмету и сориентированы на продолжение обучения в старших классах по данному профилю.

Для описания подготовки обучающихся, уровень достижений которых ниже базового выделяют два уровня:

пониженный уровень достижений, оценка «неудовлетворительно» (отметка «2»);

низкий уровень достижений, оценка «плохо» (отметка «1»).

Не достижение базового уровня (пониженный и низкий уровни достижений) фиксируется в зависимости от объёма и уровня освоенного и неосвоенного содержания предмета.

**II. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Название раздела | Общее  количество  часов | Формируемые УУД |
| 1 | Народные игры | 20 | * умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её 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. |
| 2 | Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи | 6 |
| 3 | Подвижные игры | 34 |
| 4 | Спортивные игры | 6 |
| 5 | Спортивные праздники | 2 |

**III. Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема занятия** | **Количество**  **часов** | **Развитие и формирование качеств у учащихся** |
| Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи (6часов) | | | |
| 1 | Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками». | 1 | Формирование  понятий о мире движений, их роли в сохранении здоровья |
| 2 | Игры на развитие внимания и памяти: «Карлики –великаны» «Запомни- порядок» | 1 | Развитие внимания и памяти |
| 3 | Игры на развитие памяти. | 1 | Развитие внимания и памяти |
| 4 | Игры на развитие воображения. |  | Развитие воображения, речи |
| 5 | Игры на развитие памяти | 1 | Развитие ловкости и внимания, памяти |
| 6 | Игры на развитие мышления и речи. | 1 | Развитие внимания, памяти и речи |
| Народные игры (20 часов) | | | |
| 7 | Русская народная игра «У медведя во бору», «Горелки» | 2 | Развитие ловкости, быстроты, внимания |
| 8 | Русские народные игры: «Зайка»,  «Прыгание с перевязанными ногами» | 1 | Развитие ловкости, быстроты, внимания ; |
| 9 | Русская народная игра «Горелки», «Наседка и коршун» | 2 | Развитие ловкости, быстроты |
| 10 | Русская народная игра «Кот и мышь» «Локомотив». | 2 | Развитие ловкости, быстроты, внимания |
| 11 | Русская народная игра «Большой мяч», «Укротитель зверей» | 2 | Развитие ловкости, быстроты, внимания |
| 12 | Русская народная игра « Удар по веревочке» | 1 | Развитие быстроты и ловкости |
| 13 | Игры народов Севера | 10 | Развитие ловкости, быстроты, внимания |
| Подвижные игры(34часов) | | | |
| 14 | Игра с элементами ОРУ «Кочка, дорожка, копна», «Космонавты» | 2 | Формирование ЗОЖ. Развитие ловкости, быстроты, внимания. |
| 15 | Составление упражнений для утренней гимнастики. Эстафеты с обручами | 2 | Развитие ловкости, быстроты, внимания |
| 16 | Беседа «Я сильный, ловкий, быстрый». Эстафеты  с баскетбольным мячом. | 3 | Формирование понятий сила , быстрота, ловкость. |
| 17 | Игра с мячом «Охотники и утки», «Совушка». | 2 | Развитие глазомера и точности движений |
| 18 | Весёлые старты со скакалкой. | 2 | Развитие  прыгучести и ловкости; |
| 19 | Игра «не давай мяч водящему», «Зайцы в огороде» | 2 | Развитие скоростных качеств |
| 20 | Упражнения на формирование правильной осанки. Игра «Волк во рву», | 2 | Укрепление осанки |
| 21 | Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки», «Прыжки по полоскам» | 2 | Развитие скоростных качеств |
| 22 | Игры на свежем воздухе «Два Мороза», «Метко в цель». | 3 | Развитие глазомера и точности движений |
| 23 | Эстафеты с санками и лыжами | 3 | Развитие скоростных качеств |
| 24 | Игры  на лыжах  «Биатлон» | 3 | Развитие глазомера и точности движений |
| 25 | Игры зимой: «Охота на куропаток» | 3 | Развитие выносливости и ловкости |
| 26 | Игра «Перемена мест» Игра «Удочка», «Бой петухов» | 2 | Развитие силы и ловкости |
| 27 | Игра «Салки с мячом». | 2 | Развитие быстроты, внимания |
| 28 | Игра «Прыгай через ров» | 2 | Развитие координации движений |
| Спортивные игры (6 часов) | | | |
| 29 | Основы пионербола | 2 | Развитие скоростных качеств |
| 30 | Основы баскетбола | 2 | Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты |
| 31 | Основы футбола | 1 | Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты |
| 32 | Основы футбола | 1 |  |
| Спортивные праздники (2 часа) | | | |
| 33 | Спортивный праздник. | 1 | Формирование ЗОЖ. Развитие силы и ловкости |
| 34 | Спортивный праздник  «Фестиваль подвижных игр» | 1 | Формирование ЗОЖ. Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты |

**Планируемые результаты изучения предмета**

**-**Формирование первичных общеучебных умений и навыков у учащихся;

***-*** Овладение детьми способом игровой деятельности;

- Потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;

- формирование начального представления о культуре движении;

- применение физических упражнений для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;

- умение работать в коллективе.

**Методическое обеспечение**

## 1. Характеристика подвижных игр.

Подвижные игры в большой степени способствуют воспитанию физических качеств: быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости, и, что немаловажно, эти физические качества развиваются в комплексе.

Большинство подвижных игр требует от участников быстроты. Это игры, построенные на необходимости мгновенных ответов на звуковые, зрительные, тактильные сигналы, игры с внезапными остановками, задержками и возобновлением движений, с преодолением небольших расстояний в кратчайшее время.

Постоянно изменяющаяся обстановка в игре, быстрый переход участников от одних движений к другим способствуют развитию ловкости.

Для воспитания силы хорошо использовать игры, требующие проявления умеренных по нагрузке, кратковременных скоростно-силовых напряжений. Игры с многократными повторениями напряженных движений, с постоянной двигательной активностью, что вызывает значительные затраты сил и энергии, способствуют развитию выносливости. Совершенствование гибкости происходит в играх, связанных с частым изменением направления движений[[1]](#footnote-1).

Увлекательный игровой сюжет вызывает у участников положительные эмоции и побуждает их к тому, чтобы они с неослабевающей активностью многократно проделывали те или иные приемы, проявляя необходимые волевые качества и физические способности. Для возникновения интереса к игре большое значение имеет путь к достижению игровой цели – характер и степень трудности препятствий, которые надо преодолевать для получения конкретного результата, для удовлетворения игрой. Подвижная игра, требующая творческого подхода, всегда будет интересной и привлекательной для ее участников.

Соревновательный характер коллективных подвижных игр также может активизировать действия игроков, вызывать проявление решительности, мужества и упорства для достижения цели. Однако необходимо учитывать, что острота состязаний не должна разъединять играющих. В коллективной подвижной игре каждый участник наглядно убеждается в преимуществах общих, дружных усилий, направленных на преодоление препятствий и достижение общей цели. Добровольное принятие ограничений действий правилами, принятыми в коллективной подвижной игре, при одновременном увлечении игрой дисциплинирует играющих детей.

Руководитель должен уметь правильно распределять игровые роли в коллективе, чтобы приучать играющих к взаимоуважению во время совместного выполнения игровых действий, к ответственности за свои поступки.

Подвижная игра носит коллективный характер. Мнение сверстников, как известно, оказывает большое влияние на поведение каждого игрока. В зависимости от качества выполнения роли тот или иной участник подвижной игры может заслужить поощрение или, наоборот, неодобрение товарищей; так дети приучаются к деятельности в коллективе.

Игре свойственны противодействия одного игрока другому, одной команды – другой, когда перед играющим возникают самые разнообразные задачи, требующие мгновенного разрешения. Для этого необходимо в кратчайший срок оценить окружающую обстановку, выбрать наиболее правильное действие и выполнить его. Так подвижные игры способствуют самопознанию[[2]](#footnote-2).

Кроме того, занятия играми вырабатывают координированные, экономные и согласованные движения; игроки приобретают умения быстро входить в нужный темп и ритм работы, ловко и быстро выполнять разнообразные двигательные задачи, проявляя при этом необходимые усилия и настойчивость, что важно в жизни.

Оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи надо решать в комплексе, только в таком случае каждая подвижная игра будет эффективным средством разностороннего физического воспитания детей и подростков.

В подвижных играх у детей развиваются и совершенствуются основные движения,   формируются такие качества, как смелость, находчивость, настойчивость, организованность.

Наличие в подвижных играх правил «бросать мяч только с определенного расстояния», «бежать только после сигнала», «бежать до условного места», «прыгать только на одной или двух ногах» воспитывает у детей волевые качества. В играх с мячами, обручами, скакалками дети закрепляют понятия вверх, вниз,  далеко, близко и т. Д.

В ходе подвижных игр дети учатся быстро и правильно ориентироваться в пространстве («Бегите ко мне», «Воробушки и автомобиль», «Кот и мыши»).

Одним из важных условий успешности обучения в ходе подвижных игр является заинтересованность в них самих детей. Поэтому все игры, организованные взрослыми, должны проводиться эмоционально, живо и непринужденно.

Подвижные игры как средство физического воспитания имеют ряд особенностей. Наиболее характерные из них состоят из активности и самостоятельности играющих, коллективности действий и непрерывности изменения условий деятельности. Деятельность играющих подчинена правилам игры, которые регламентируют их поведение и отношения[[3]](#footnote-3).

Правила облегчают выбор тактики действия и руководство игрой. Взаимоотношения между играющими определяются, прежде всего, содержанием игры. Различие в отношениях между игроками разрешает выделить две основные группы – некомандные и командные игры, которые дополняются небольшой группой переходных игр. Некомандные игры можно поделить на игры с ведущим и без ведущего.

Так же командные игры делятся на два основных вида: игры с одновременным участием всех играющих, игры с поочередным участием. Командные игры различаются и по форме поединка играющих. Существуют игры без вступления игроков в борьбу с соперником, а в других, наоборот, активно ведут борьбу с ними[[4]](#footnote-4).

Различают игры: имитационные, с перебежками, с преодолением препятствий, с мячом, с палками. Выбор той или иной игры определяется конкретными задачами и условиями проведения. Для каждой возрастной группы характерны свои особенности в выборе и методике проведения игры (примеры подвижных игр приведены в Приложении 1, 2, 3, 4).

## 2. Методика проведения подвижных игр.

Подвижные игры следует подбирать такие, которые воспитывают у учеников высокие моральные и волевые качества, укрепляют здоровье, содействуют правильному физическому развитию и формированию жизненно важных двигательных привычек и умений. Недопустимо в процессе игры унижать человеческое достоинство, проявлять грубость.

Таким образом, подвижные игры имеют большую роль в воспитании сознательной дисциплины у детей, которая является непременным условием каждой коллективной игры. Организованное проведение игры во многом зависит от того, как дети усвоили ее правила. В процессе игр у детей формируются понятия о нормах общественного поведения, воспитываются определенные культурные привычки. Однако игра приносит пользу только тогда, когда учитель хорошо владеет педагогическими задачами, которые решаются во время игры. Большинство подвижных игр имеет широкий возрастной диапазон, они доступны детям разных возрастов (примеры подвижных игр в помещении предложены в Приложении 5)[[5]](#footnote-5).

Наибольшая близость той или другой игры определенному возрасту предопределяется степенью ее доступности. Важное условие успешности игровой деятельности – понимание содержания и правил игры. Объяснение их можно дополнить показом отдельных приемов и действий. Обучение детей целесообразно начинать с простых некомандных игр, потом перейти к переходным и завершить сложными – командными. К более сложным играм следует переходить своевременно, пока ученики не утратили заинтересованности к изучению.

Это поможет закрепить привычки и умения. Перед тем как выбрать определенную игру, следует поставить конкретную педагогическую задачу, решению которой она оказывает содействие, учитывая состав участников, их возрастные особенности, развитие и физическую подготовку. При отборе игры надо учитывать форму проведения занятий, а также, что очень важно, придерживаться известного в педагогике правила постепенного перехода от легкого к сложному. Для этого чтобы определить степень сложности той или другой игры, учитывается количество элементов, которые входят в ее состав.

Игры, которые состоят из меньшего количества элементов и в которых нет распределения на команды, считаются более легкими. Отбор игры зависит и от места проведения. В небольшом узком зале или коридоре можно проводить игры выстраиванием, а также те, в которых игроки принимают участие поочередно. В большом зале или на площадке – игры большой подвижности с бегом врассыпную, с метанием больших и маленьких мячей, с элементами спортивных игр. При отборе игры следует помнить о наличии специального инвентаря. Если игроки стоят и долго ждут необходимый инвентарь, они теряют интерес к игре.

Таким образом, эффективность проведения игры зависит от адекватности решения таких организационных факторов, как:

– умение доходчиво и интересно объяснять игру;

– размещение игроков во время ее проведения;

– определение ведущих;

– распределение на команды;

– определение помощников и судей;

– руководство процессом игры;

– дозирование нагрузок;

– окончание игры.

Перед объяснением учеников следует разместить в исходное положение, из которого они будут начинать игру. Объясняя, учитель сообщает название игры, ее цель и ход, рассказывает о роли каждого игрока, его месте. При объяснении и проведении игры учитель может стоять в таком месте, на котором все игроки могли бы его хорошо видеть и слышать. Для лучшего усвоения игры рассказ можно сопровождать показом отдельных сложных движений. Особое внимание игроков следует обратить на правила игры. И если эта игра проводится впервые, учитель проверяет, все ли игроки понимают ее правила.

Существует несколько способов определения ведущего, а применяют их в зависимости от условий занятий, характера игры и количества игроков. Учитель может назначить ведущим одного из игроков на свое усмотрение, коротко обосновав свой выбор. Ведущего также могут избрать сами игроки. Однако для этого необходимо, чтобы они хорошо знали друг друга. Можно назначить ведущего и по результатам предшествующих игр. Этот выбор стимулирует учеников добиваться лучших результатов. Часто применяют жеребьевку в виде счета.

Роли ведущего могут быть разнообразные и оказывать содействие формированию организаторских привычек и активности. В командных играх и эстафетах соревнуются между собой две большие команды, а распределение игроков на команды может осуществляться учителем одним из следующих способов:

– с помощью расчета;

– фигурной маршировкой;

– по указанию руководителя;

– по выбору капитанов, которые поочередно добирают себе игроков.

Все способы распределения на команды надо вводить соответственно характеру и условиям проведения игры, а также составу игроков. В сложных играх с большим количеством игроков необходимо привлекать судей – помощников, они считают очки или время, наблюдают за порядком и состоянием места для игры.

Помощники и судьи назначаются из учеников, освобожденных по состоянию здоровья от выполнения физических упражнений средней и большой интенсивности, для которых физическая нагрузка игры противопоказана. Если таких учеников нет, то помощников и судей назначают из числа игроков. Руководство игрой, бесспорно, тяжелейший и вместе с тем решающий момент в работе педагога, так как только это может обеспечить достижение запланированного педагогического результата. Руководство игрой включает несколько обязательных элементов[[6]](#footnote-6):

– наблюдение за действиями учеников;

– устранение ошибок;

– коллективных приемов;

– пресечение проявлений индивидуализма, грубого отношения к игрокам;

– регулировка нагрузок;

– стимулирование необходимого уровня эмоциональной активности на протяжении всей игры.

Направляя игровую деятельность, учитель помогает выбрать способ решения игровой задачи, добиваясь самостоятельности и творческой активности игроков. В отдельных случаях он может включиться в игру сам, демонстрируя, как лучше действовать в той или другой ситуации. Важно своевременно исправлять ошибки. Объяснять ошибку нужно сжато, демонстрируя правильные действия. Если этих приемов недостаточно, применять специальные упражнения, в отдельности анализируя ту или другую ситуацию[[7]](#footnote-7).

Ответственный момент в руководстве подвижными играми – дозирование физической нагрузки. Игровая деятельность своей эмоциональностью захватывает детей, и они не ощущают усталости. Во избежание переутомления учеников необходимо своевременно прекратить игру или изменить ее интенсивность.

Регулируя физическую нагрузку в игре, учитель может использовать разнообразные приемы: уменьшать или увеличивать время, отведенное на игру, изменять количество повторений игры. Окончание игры должно быть своевременным. Преждевременное или внезапное окончание игры вызовет неудовольствие учеников. Во избежание этого педагог должен уложиться во время, отведенное для игры. После окончания игры необходимо подвести итог. При сообщении результатов следует указать командам и отдельным игрокам на допущенные ошибки и отрицательные и положительные моменты в их поведении.

Игра может быть включена во все части тренировки. Подготовительная часть – игры небольшой подвижности и сложности, которые помогают сосредоточить внимание учеников. Характерными видами движений для этих игр является ходьба. Основная часть – игры с бегом на скорость, с преодолением препятствий, метанием, прыжками и другими упражнениями, которые требуют большой подвижности.

Игры в основной части должны помогать изучению и усовершенствованию техники выполнения тех или других упражнений. Заключительная часть – игры незначительной и средней подвижности с простыми движениями, правилами организации. Они должны содействовать активному отдыху после интенсивной нагрузки в основной части.

## 3. Характеристика подвижных игр для детей младшего возраста

Дети младшего школьного возраста отличаются особой подвижностью и постоянной потребностью к движению. Однако при выборе игр нужно помнить, что организм младших школьников не готов к перенесению длительных напряжений. Их силы быстро истощаются и довольно быстро восстанавливаются. Поэтому игры не должны быть слишком длинными; обязательно нужно делать паузы для отдыха[[8]](#footnote-8).

Дети 7-9 лет (учащиеся 1-3-х классов) владеют всеми видами естественных движений (ходьба, бег, прыжки, метание) ещё не достаточно совершенно, поэтому подвижные игры, связанны с естественными движениями, должны занимать у них большое место. Надо помнить, что овладение навыками и умениями в этом возрасте более эффективно проводить на уровне непроизвольного запоминания (в частности в игре), чем произвольно.

Кроме того, надо учитывать анатомо-физиологические и психологические особенности детей этого возраста. У них наблюдается большая податливость организма различным влияниям окружающей среды и быстрой утомляемости. Это связанно с тем, что сердце, лёгкие и сосудистая система у детей этого возраста отстают в развитии, а мускулатура ещё слаба, особенно мышцы спины и брюшного пресса. Прочность опорного аппарата также ещё не велика, а, следовательно, возможность его повреждения повышена (слабость мускулатуры, повышенная растяжимость связок увеличивают возможность нарушения осанки).

Наиболее подходящими играми для детей этого возраста являются игры – перебежки, «Волк во рву» в которых дети после краткой перебежки имеют возможность отдохнуть, или игры с поочерёдным участием играющих в движении как, например «К своим флажкам», «Пустое место». В этот период детям ещё трудно изолировать отдельные движения и точно регулировать их отдельные параметры. Дети быстро устают, так же быстро восстанавливают готовность к движениям. Особенно их утомляют однообразные движения.

Внимание детей в младшем школьном возрасте не достаточно устойчиво в связи с этим подвижные игры не должны требовать от них долгого сосредоточенного внимания. Воля и тормозные функции у детей развиты слабо. Им трудно долго и внимательно слушать объяснения игры, не дослушав часто объяснение до конца, предлагают свои услуги на ту или иную роль в игре.

В первые 2 года обучения в школе в связи с образным мышлением у детей большое место занимают игры сюжетные, которые способствуют удовлетворению творческого воображения детей, их выдумке и творчества. Надо учесть, что дети этого возраста уже умеют читать и писать, что значительно расширяет их умственный кругозор. Например, игры, «Гуси-лебеди», «Два мороза», «Совушка». В этот период в играх воспитывается основа поведения, умения выполнять правила общественного порядка. В коллективных играх воспитывается простейшее представления о нормах поведения[[9]](#footnote-9).

Подвижные игры должны занимать большое место в жизни детей младшего школьного возраста, так как это соответствует их возрастным особенностям. Некоторые уроки в 1-3 классах могут полностью состоять из подвижных игр урок, состоящий из игр, требует от участника владения некоторыми игровыми навыками и организованного поведения. Такой урок включает в себя 2-3 игры, знакомые детям, и 1-2 новые. Игровые уроки рекомендуется проводить в конце каждой четверти перед каникулами (в основном в первом классе), чтобы установить, на сколько учащиеся освоили основные движения, пройденные в четверти, проверить их общую организованность и дисциплину в игре, определить, как они освоили пройденные игры, и посоветовать самостоятельно проводить их.

Подвижные игры детей младшего возраста часто сопровождаются словами – стихами, песнями, речитативом, которые раскрывают содержание игры и ее правила; объясняют, какое движение и как надо выполнить; служат сигналами для начала и окончания, подсказывают ритм и темп («По ровненькой дорожке», «Лошадки» и др.). Игры, сопровождающиеся текстом, даются и в старших группах, причем слова нередко произносятся хором («Мы – веселые ребята» и др.). Текст задает ритм движению. Окончание текста служит сигналом к прекращению действия или к началу новых движений. Вместе с тем произнесение слов – это отдых после интенсивных движений.

.

Постоянное внимание нужно уделять увеличению двигательной активности учащихся, ежедневный объем которой должен составлять не менее двух часов. Он включает утреннюю гимнастику, физкультминутки, подвижные игры на переменах, уроки физкультуры и школьные соревнования, подвижные игры на свежем воздухе, самостоятельные занятия физкультурой и спортом.

**IV.Перечень учебно-методического обеспечения:**

***Литература:***

1. Лях В.И и Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы   - М.: Просвещение, 2007 г.,

2. Глязер С. Ларчик с играми М.: Детская литература, 2002

 3. Минскин Е.М. Игры и развлечения в группе продлённого дня. М. Просвещение. 2006 г.

4.  Шурухина В.К. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня школы. М. Просвещение.2010 г.

5.  Яковлев  В. Г.  Ратников В.П. Подвижные игры. М. Просвещение, 2011г.

***Интернет-ресурсы:***

1. [http://vashechudo.ru/ игры зимой](http://vashechudo.ru/raznoe/igry-i-konkursy-dlja-detei/igry-dlja-detei-zimoi.html)

2. Кенеман А.В. Детские подвижные игры народов СССР [Электронный ресурс] - 'Библиотека по педагогике' - Режим доступа: pedagogic.ru, свободный.

1. Жуков М.Н. Подвижные игры. – М.: Изд-во: Академия. – 2000. – 160 с. [↑](#footnote-ref-1)
2. Коротков И.М. Подвижные игры в занятиях спортом. – М.: ФиС, 2001. [↑](#footnote-ref-2)
3. Былеева Л.В., Коротков И.М. Подвижные игры. – М.: ФиС, 2002. [↑](#footnote-ref-3)
4. Коротков И.М. Подвижные игры в школе. – М.: ФиС, 2001. [↑](#footnote-ref-4)
5. Миронова Р.М. Игра в развитии активности детей: кн. для учителя / Миронова Р.М. – Минск: Нар. асвета, 1989. - 176 с. [↑](#footnote-ref-5)
6. Геллер Е.М. На старт вызывает Спортландия. – Мн., 1988. [↑](#footnote-ref-6)
7. Спиваковская А. С. Игра – это серьезно. – М.: Педагогика, 1981. – 144с.: ил. – (Библиотека для родителей). [↑](#footnote-ref-7)
8. Дворкина Н.И. Половозрастные особенности динамики физической подготовленности и психических процессов детей 3-6 лет / Н.И. Дворкина // Теоретико-методологические основы физического образования / Под общ. ред. доц. В.А.Вострикова. – Оренбург: Изд-во ОГПУ, 2004. [↑](#footnote-ref-8)
9. Физическое воспитание детей школьного возраста // Под ред. Л.В. Русскова, Л.И. Баканенкова. – М., 1982. [↑](#footnote-ref-9)