

Муниципальное бюджетное общеобразовательное
учреждение г. Хабаровска
«Средняя школа №83»

Календарно-тематическое планирование
по курсу «Подвижные игры» и «Путешествие по тропе здоровья» на
2018-2019 учебный год.
Для учащихся 1-4-х классов.

Журнал «Завуч начальной школы».
Практическая валеология.

Курс «Подвижные игры» и «Путешествие по тропе здоровья» -
Как одна из форм физического и нравственного развития учащихся
(1-4 классы).

Автор программы Л.Д. Глебова.

Рассмотрено на заседании МО ФК

Протокол №1 от «__»____» 2018г.

Руководитель МО ФК _____ Ю.П. Фаррахова

Согласовано с зам.директора по УВР _____ Н.В. Блинова

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Игра – важный инструмент жизненной активности ребенка. Движение – это жизнь. Природа дала ребенку врожденное стремление к движению, снабдив ценнейшим чувством – чувством «мышечной радости», которое он испытывает двигаясь. Общее снижение интереса к детской игре как в учебном процессе, так и во внеурочное время в определенной мере утратило значение игр в решении жизнедеятельности ребенка. Хотя именно эти они являются эффективным средством физического развития.

Игры с физическим компонентом позволяют решить целый комплекс вопросов в работе с детьми, удовлетворить их потребность в движении, научить владеть своим телом, развивать не только физические, но и умственные, творческие способности. Эмоциональный подъем во время игры создает у детей повышенный тонус всего организма. В целях наиболее эффективного выявления и использования ресурсов игры широко применяются подвижные игры и эстафеты.

Регулярное включение в учебный процесс различных видов игр позволяет направленно развивать и совершенствовать двигательные функции ребенка, в результате чего формируется новый, более высокий уровень развития таких физических качеств, как быстрота, сила, ловкость, выносливость, осваиваются новые виды движений.

Знакомство с русскими народными играми, играми народов России, Северного Кавказа является неотъемлемой частью художественного и физического воспитания. У детей формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре разных народов, создается эмоциональная основа для развития патриотических чувств.

Подвижные игры и эстафеты, в которых участвует весь коллектив, несут в себе большой эмоциональный заряд, а это способствует более полноценному отдыху.

Данные игры проводятся на с/к «Подвижные игры», как третий час физкультуры, а в первом классе этот курс можно использовать при проведении динамической паузы. Его можно проводить на свежем воздухе и в спортзале.

Весь материал разделяется на отдельные разделы:

1-й раздел – «Русские народные игры», изучается с 1-го по 4-й класс.

2-й раздел – «Игры народов России», изучается в 3–4-х классах.

3-й раздел – «Игры Северного Кавказа», изучается в 4-м классе.

4-й раздел – «Подвижные игры», изучается в 1-х и 2-х классах.

5-й раздел – «Эстафеты», изучается в 1–3-х классах.

6-й раздел – «Тропа Здоровья», изучается с 1-го по 4-й класс.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям – знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям. Детям 6–7 лет присуще постоянно находиться в движении, поэтому учебный материал в этих классах простой и легко запоминающийся. Он позволяет детям удовлетворить их потребность в движении. А вот для учащихся 8–10 лет, помимо движения, нужен еще и занимательный материал. Знакомясь с историей и играми различных народов, они не только развиваются физически, но еще и развивают свой кругозор.

Основная цель курса: повысить интерес к детским подвижным играм как одной из форм двигательной активности ребенка.

Исходя из главной цели формируются задачи программы:

1. Расширить знания учащихся в области подвижных игр.

2. Возвысить через игру культуру русского народа. Познакомить с культурой других народов.

3. Развитие физических способностей ребенка в игре.

Мы должны стремиться к тому, чтобы сделать из детей не атлетов, акробатов или людей спор-та, а лишь здоровых, уравновешенных физически и нравственно людей.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ ПО КАЖДОМУ РАЗДЕЛУ

I РАЗДЕЛ

«Русские народные игры»

Цели: провести знакомство с играми своего народа, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны.

На первом занятии проводится знакомство с историей русской игры.

II РАЗДЕЛ

«Игры народов России»

Цели: познакомить с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развивать силу, ловкость и физические способности. Воспитывать толерантность при общении в коллективе.

III РАЗДЕЛ

«Игры северного Кавказа»

Цели: включить в работу региональный компонент, через знакомство детей с народами, проживающими на территории Северного Кавказа. Развивать внимание, быстроту и ловкость. Воспитывать интерес к жизнедеятельности других народностей.

IV РАЗДЕЛ

«Подвижные игры»

Цели: совершенствовать координацию движений. Развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

ЗАВУЧ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ

V РАЗДЕЛ

«Эстафеты»

Цели: познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности.

VI РАЗДЕЛ

«Тропа здоровья»

Цели: через практические навыки, умения познакомить учащихся со своим организмом, то есть с самим собой. Развивать знания в области сохранения организма здоровым начиная с детства.

Тематическое планирование с/к «Подвижные игры» 1-й класс (32 часа)

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
Русские народные игры		
1	Гуси-лебеди	1
2	У медведя во бору	1
3	Филин и пташки	1
4	Палочка-выручалочка	1
5	Блуждающий мяч	1
6	Классики	1
7	Ловишка в кругу	1
8	Пчелки и ласточки	1
Подвижные игры		
9	К своим флажкам	1
10	Кот идет	1
11	Северный и южный ветер	1
12	Соревнования скороходов	1
13	Колдунчики	1
14	Аисты	1
15	Пчелы и медведи	1
16	Хитрая лиса	1
17	Ловишки с приседаниями	1
Эстафеты		
18	Переправа с досками	1
19	Туннель	1
20	Собери урожай	1
21	На погрузке арбузов	1
22	Принеси мяч	1
23	Успей перебежать	1
Тропа Здоровья		
24	Вводное занятие. Организм человека и его функции	
25	Органы пищеварения	
26	Органы дыхания	
27	Нервная система	
28	Зубы и уход за ними	
29	Опора тела и движение. Скелет и осанка	
30	Органы кровообращения. Сердце	
31	Органы чувств	
32	Мышцы и их значение	

**Тематическое планирование с/к «Подвижные игры»
2-й класс (34 часа)**

№п/п	Тема урока	Кол-во часов	По плану	Реально
Русские народные игры				
1	Русская народная игра «Жмурки»	1		
2	Русская народная игра «Кот и мышь»	1		
3	Русская народная игра «Горелки»	1		
4	Русская народная игра «Салки»	1		
5	Русская народная игра «Пятнашки»	1		
6	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1		
7	Русская народная игра «Фанты»	1		
8	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	1		
9	Русская народная игра «Волк»	1		
10	Русская народная игра «Птицелов»	1		
Подвижные игры				
11	Подвижная игра «Совушка»	1		
12	Подвижная игра «Мышеловка»	1		
13	Подвижная игра «Пустое место»	1		
14	Подвижная игра «Карусель»	1		
15	Подвижная игра «Кто быстрее?»	1		
16	Подвижная игра «Конники-спортсмены»	1		
17	Подвижная игра «Лягушата и цыплята»	1		
18	Подвижная игра «Карлики и великаны»	1		
Эстафеты				
19	Эстафета «Передача мяча»	1		
20	Эстафета «С мячом»	1		
21	«Эстафета зверей»	1		
22	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1		
23	Эстафета «Встречная»			
24	Эстафета «Передал - садись»			
25	Эстафета «Веселые старты»			
Тропа здоровья				
26	Вводное занятие. Путешествие в страну Здоровячков	1		
27	Органы пищеварения	1		
28	Органы дыхания	1		
29	Органы зрения. Глаз - помощник человека	1		
30	Охрана здоровья в разные времена года	1		
31	Опора тела и движение. Скелет и осанка	1		
32	Органы кровообращения. Сердце	1		
33	Зубы и уход за ними	1		
34	Мышцы и их значение	1		

**Тематическое планирование с/к «Подвижные игры»
3 класс, 34 часа**

№ п/п	Темы урока	Кол-во часов	По плану	Реально
Русские народные игры (3 часа)				
1	«Краски»	1		
2	«Гори, гори ясно!»	1		
3	«Ляпка»	1		
Игры народов России (17 часов)				
4	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	1		
5	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1		
6	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	1		
7	Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой»	1		
8	Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!»	1		
9	Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!»	1		
10	Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!»	1		
11	Марийская народная игра «Катание мяча»	1		
12	Татарская народная игры «Серый волк»	1		
13	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	1		
14	Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый зайка»	1		
15	Чечено-ингушская игра «Чиж»	1		
16	Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба»	1		
17	Мордовские народные игры «Котел», «Круговой»	1		
18	Северо-осетинская игры «Борьба за флажки»	1		
19	Чувашская игра «Рыбки»	1		
20	Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз»	1		
Эстафеты (5 часов)				
21	Эстафета «Вызов номеров»	1		
22-23	Эстафета по кругу	2		
24-25	Эстафета с обручем	2		
Тропа здоровья (9 часов)				
26	Школа здорового питания	1		
27	Закаляйся, если хочешь быть здоров!	1		
28	Значение ходьбы для двигательной активности	1		
29	Органы чувств	1		
30	Нервная система	1		
31	Органы слуха	1		
32	Мышцы	1		
33	Органы дыхания	1		
34	Осанка и скелет	1		

**Тематическое планирование с/к
«Подвижные игры»
4-й класс, 34 часа**

п/п	Тема урока	Кол-во часов	По плану	Реально
Русские народные игры (7 часов)				
1	Вводное занятие. Игра «Лови и отвечай»	1		
2	Русская народная игра «Заря»	1		
3	Русская народная игра «Почтальон»	1		
4	Русская народная игра «Молчанка»	1		
5	Русская народная игра «Мячик вверх»	1		
6	Русская народная игра «Коршун»	1		
7	Русская народная игра «Гуси»	1		
Игры народов России (13 часов)				
8	Бурятская народная игра «Иголка, нитка и узелок»	1		
9	Калмыцкая народная игра «Забрасывание белого мяча»	1		
10	Игра народов Коми «Ловля оленей»	1		
11	Татарская народная игра «Лисичка и курочки»	1		
12	Чувашская народная игра «Летучая мышь»	1		
13	Якутская народная игра «Игра с перетягиванием»	1		
14	Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Смелые ребята»	1		
15	Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Рыбка и рыбаки»	1		
16	Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Здравствуй, догони!»	1		
17	Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Ловкий оленевод»	1		
18	Удмуртская народная игра «Игра с платочком»	1		
19	Башкирская народная игра «Липкие пеньки»	1		
20	Татарская народная игра «Угадай и догони»	1		
Игры Северного Кавказа (5 часа)				
21	Дагестанская народная игра «Слепой медведь»	1		
22	Дагестанская народная игра «Цику-ция»	1		
23	Кабардино-балкарская народная игра «Повелитель лунки»	1		
24	Чеченская игра «Утушка»	1		
25	Североосетинская игра «Метание с плеча и снизу»	1		
Тропа Здоровья (9 часов)				
26	Вводное занятие	1		
27	Органы пищеварения	1		
28	Как и зачем мы дышим	1		
29	Органы зрения	1		
30	Органы слуха	1		
31	Скелет, кости и суставы	1		
32	Мое сердце	1		
33	Закаливание организма	1		
34	Праздник здоровячков	1		