**Пояснительная записка**

Подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания [детей](http://click02.begun.ru/click.jsp?url=O5t5NJiRkJEoPyqUs7SC1yMIi8uyBGvG1e9RZaH7lry*2gNNYNyjkRNRveHkjuqF7E5Rcqf7BCMHiFndvSxeSjNU-crOEBKziKHBQS*o5V54YtSN4UlagiyFUYrHCSAmi8KAoFmWM0nfmIHPg5Es5mfjpZEwLgrxzKXLT8UCpTB8OGpEh*6UYsc9M88gp6AwJej*NpqkVFkTlyD2mdEQE4i1UK4FP04kkNJUA7cXNo82*iFdJxy*63nwn*ffFHSEn*UNQybOhkksWqn2ySebWyp8-LFly4x8xkEbvDwyffL-1kgmFQp*aFehBSMtv*Tm7th7UJpsbf*Hgmhz8jhoIgJAErBVWxJAxrC32j1IdLOguuqL4w30YDxZ5SLaSalLGomRlQ&eurl%5B%5D=O5t5NKmoqahfp6y0rlya22BjAkSQbM6Wd346LrhxBjYY0rvQ) младшего школьного возраста. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки.Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости. В подвижных играх ребенку приходится самому решать, как действовать, чтобы достигнуть цели.

**Задачи подвижных игр**:

1) укреплять здоровье занимающихся, способствовать их правильному физическому развитию;

2) содействовать овладению жизненно необходимыми двигательными навыками, умениями и совершенствованию в них;

3) воспитывать у детей необходимые морально-волевые и физические качества;

4) прививать учащимся организаторские навыки и привычку систематически самостоятельно заниматься играми.

**Цель подвижных игр:**

1) удовлетворять биологические потребности учащихся в движениях;

2) увеличивать двигательный режимребенка;

3) формировать мотив, потребность в активной двигательной деятельности;

4) повышать положительноепсихо-эмоциональное состояние ребенка;

5) развивать коммуникативные навыки;

6) сокращать адаптационный период пребывания в школе.

Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т. д.

**Требования к качеству освоения программного материала**

В результате освоения минимума программы по подвижным играм учащиеся 1-4 классов должны **знать и иметь представления**:

- о режиме дня и личной гигиене;

- о правилах проведения подвижных игр;

- о правилах поведения на занятиях подвижными играми;

- о правилах подготовки мест для самостоятельных занятий;

- о правилах использования закаливающих процедур;

- о причинах возникновения травм во время занятий и профилактике травматизма.

**уметь:**

- самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры;

- взаимодействовать с партнером, командой и соперником;

-вести наблюдения за показателями ЧСС во время игры

- оказывать первую медицинскую помощь при ссадинах, царапинах;

**Формы проведения подвижных игр:**

Занятия могут проводиться в форме обычного урока, предусмотренного расписанием, или как факультативные во второй половине дня. Уроки следует проводить при строго дифференцированной нагрузке с учетом индивидуального состояния учащихся.

Начинается урок с разминки, которая может включать в себя гимнастические упражнения, танцевальные комплексы с небольшим объемом движений и невысокой интенсивностью.

Основная часть состоит из игр. Содержание основной части должно быть разнообразным: подвижные игры, игры-эстафеты, спортивные упражнения, элементы спортивных игр, самостоятельные игры детей.

В заключительной части проводятся упражнения на гибкость, дыхательные и расслабляющие упражнения, игры малой подвижности, даются творческие задания.

**Подготовка к проведению игры заключается**

* **-** в выборе игры, необходимо учитывать возрастные особенности;
* - физическое развитие детей;
* - количество детей;
* - условия проведения игры;
* - форму занятий

**Выбор водящего:**

* - по назначению учителя;
* - по жребию;
* - по выбору играющих;
* - по результатам предыдущих игр

**Распределение на команды**

* - по усмотрению учителя;
* - путем расчета;
* - по сговору;
* - по жребию;

**Календарно- тематическое планирование по подвижным играм**

**в 1 классе**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Основная направленность | Содержание | | |
| Название игр | дата | |
| На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве | «Два мороза»  «К своим флажкам»  «Пятнашки»  «Краски»  «Гуси –лебеди»  «Заяц без логова»  «Выше ножки от земли» | 2.09  5.09  9.09  12.09  16.09  19.09  23.09  26.09.  30.09 |  |
| На закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей. | «Прыгающие воробушки»  «Зайцы в огороде»  «Лисы и куры»  «Выше ножки от земли»  «Волк во рву» | 3.10  7.10  10.10  14.10  17.10  21.10  24.10  28.10  31.10  4.11 |  |
| На закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей | «Кто дальше бросит»  «Точный расчёт»  «Метко в цель»  «Снайперы»  «Охотники утки»  «Выбивало» | 7.11  11.11  14.11  18.11  21.11  25.11  28.11 |  |
| На овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча. | Ловля, передача, броски и ведение мяча индивидуально, в парах, стоя на месте и в шаге.  Ловля мяча и передача мяча в движении.  Броски в цель (щит, кольцо, обруч)  Ведение мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой( шагом и бегом). | 2.12  5.12  9.12  12.12  16.12  19.12  23.12  26.12 |  |
| Закрепление и совершенствование держания, ловли, передачи, броска и ведения мяча и развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве. | «Играй, играй мяч не теряй»  «Мяч водящему»  «У кого меньше мячей»  «Школа мяча»  «Мяч в корзину»  «Попади в обруч»  «Охотники и утки»  «Выбивало»  «пятнашки»  «Краски» | 13.01  16.01  20.01  23.01  27.01  30.01  3.02 |  |
| На комплексное развитие координационных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями | «Борьба за мяч» | 6.02  10.02 |  |
| «Перестрелка» | 20.02  24.02  27.02 |  |
| Мини-гандбол | 3.03  6.03  10.03 |  |
| Эстафета | 13.03  17.03 |  |
| «Перестрелка» | 20.03  24.03 |  |
| Мини-гандбол | 3.04  7.04 |  |
| Лапта | 10.04  14.04  17.04  21.04  24.04  28.04  5.05  12.05  15.05  19.05  22.05  26.05  29.05 |  |