**Темы проектов**

**для уроков физической культуры**

В данном методическом пособии представлены наиболее часто встречающиеся проблемы в 1-4 классах. Для более успешной реализации проектов нужно использовать домашние задании, что бы у учащихся происходило полное осмысление целей проекта. На реализацию данных проектов выделено 21 час для 2-4 классов и 20 часов для 1 классов, что составляет 20% от общего количества часов.

**Этапы реализации проекта**

1 этап – Постановка проблемы (определение целей)

2 этап – Определение путей решения проблемы

3 этап – Выполнение проекта

4 этап – Получение результата

5 этап – Защита проекта

Предложения и замечания можно прислать по адресу: Aleck.khavans@yandex.ru

**Темы проектов**

**для учащихся 1 классов**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Раздел программы | Тема проекта | Сроки | Основные задачи | Результат проекта |
| Легкая атлетика | Техника бега на дистанциях разной длины | 3 урока | Определяют особенности техники, дыхания, ЧСС при беге на короткие, средние дистанции. | Составление карты личных исследований  ЧСС – в покое  ЧСС- после нагрузки и т.д |
| Техника прыжка в длину с разбега (с 3-5 шагов) | 1 урок | Определить наиболее рациональный способ прыжка с разбега | Демонстрация рационального выполнения прыжка в длину |
| Подвижные игры с элементами баскетбола | Передача мяча | 3 урока | Определить способы передачи мяча, выявить особенности | Составить игру направленную на совершенствование передачи мяча |
| Ведение мяча | 3 урока | Определить способы ведения мяча, выявить особенности | Составить игру направленную на совершенствование ведения мяча |
| Гимнастика с элементами акробатики | Зарядка | 1 урок | Описывают содержание общеразвивающих упражнений с предметами и составляют комбинации из числа разученных упражнений. | Составить и продемонстрировать комбинацию из 3-4 упражнений |
| Висы на высокой перекладине | 1 урок | Определяют самостоятельно какие группы мышц включаются в работу при выполнении висов из различных исходных положений. | Выявить различные способы висов и хватов на высокой перекладине |
| Упражнения на гимнастической скамейке | 1 урок | Определяют назначение упражнений направленных на совершенствование координации. | Составить комплекс из 3-4 упражнений на гимнастической скамейке |
| Лыжная подготовка | Передвижение на лыжах | 3 урока | Определяют различные способы передвижения на лыжах.  Определяют наиболее быстрые способы передвижения на лыжах.  Самостоятельно выбирают способ передвижения в зависимости от рельефа лыжни. | Формирование понятия о способах передвижений на лыжах в зависимости от рельефа местности |
| Спуски на лыжах с пологих склонов | 2 урока | Определяют наиболее рациональную стойку при спуске, взаимосвязь координации и спусков | Формируется координация, и стойка лыжника при спуске |
| Подвижные игры с элементами волейбола | Элементы волейбола | 2 урока | Определяют основные элементы передачи мяча | Составляют эстафеты с элементами волейбола из ранее изученных элементов |

**Темы проектов**

**для учащихся 2 классов**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Раздел программы | Тема проекта | Сроки | Основные задачи | Результат проекта |
| Легкая атлетика | Бег на результат | 3 урока | Научиться пользоваться секундомером для определения результата |  |
| Старт и стартовый разгон | 1 урок | Определить наиболее эффективное стартовое положение | Выявить стартовое положение при котором развивается максимальный стартовый разгон |
| Метание набивного мяча на дальность | 1 урок | Выявить зависимость от исходного положения и дальности броска | Найти исходное положение при котором мяч улетает на самое дальнее расстояние |
| Подвижные игры с элементами баскетбола | Передача мяча | 3 урока | Определить значение и эффективные способы передачи мяча | Составить памятку с различными видами передач |
| Передача мяча в движении | 3 урока | Определить значение, наиболее эффективные способы передачи мяча при сопротивлении защитника | Составить игру направленную на освоение передачи в движении |
| Гимнастика с элементами акробатики | Последовательная серия из 3-4 гимнастических упражнений | 2 урока | Определить наиболее рациональные последовательности | Составить и продемонстрировать комбинацию из 3-4 упражнений |
| Упражнения на гимнастическом бревне | 1 урок | Определяют назначение упражнений направленных на совершенствование координации. | Составить комплекс из 3-4 упражнений на гимнастическом бревне. |
| Лыжная подготовка | Техника подъемов на лыжных склонах | 3 урока | Определяют различные способы подъемов, выбирают самый быстрый | Составить игру направленную на формирование техники подъемов |
| Эстафеты на лыжах | 2 урока | Определяют виды эстафет, составляют план круговых эстафет | Проведение круговых эстафет самостоятельно |
| Подвижные игры с элементами волейбола | «Пионербол» | 2 урока | Знакомятся с правилами игры «Пионербол» | Выполняют судейство игры |

**Темы проектов**

**для учащихся** **3 классов**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Раздел программы | Тема проекта | Сроки | Основные задачи | Результат проекта |
| Легкая атлетика | Дистанция средней длины | 3 урока | Научиться рационально, распределять силы по дистанции | Качественные изменения в способности грамотно распределять силы по дистанции |
| Метание мяча на дальность | 2 урока | Научится проводить измерения результатов в метании мяча на дальность и точность | Составление карты личных рекордов |
| Подвижные игры с элементами баскетбола | Передача мяча партнеру с последующим броском по кольцу | 3 урока | Определяют значение своевременности передачи мяча | Демонстрируют варианты атаки кольца после передачи партнера |
| Эстафеты с элементами баскетбола | 3 урока | Выбрать наиболее эффективные эстафеты | Защита проектов по проведению малых «веселых стартов» с элементами баскетбола. |
| Гимнастика с элементами акробатики | Последовательная серия из 3-4 гимнастических упражнений под музыку | 3 урока | Определить наиболее рациональные последовательности | Составить и продемонстрировать комбинацию из 3-4 упражнений под музыку |
| Лыжная подготовка | Техника двухшажного лыжного хода | 3 урока | Определяют фазы движения. | Качественные изменения в технике выполнения лыжных ходов |
| Эстафеты на лыжах | 2 урока | Определяют виды эстафет, составляют план круговых эстафет | Защита проекта малых эстафет «Веселые старты» |
| Подвижные игры с элементами волейбола | Прием мяча двумя руками снизу, эстафеты | 2 урока | Закрепление техники приема мяча | Составить эстафеты с элементом прием снизу |

**Темы проектов**

**для учащихся** **4 классов**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Раздел программы | Тема проекта | Сроки | Основные задачи | Результат проекта |
| Легкая атлетика | Тактика бега | 3 урока | Научиться взаимодействовать с соперником | Составление памятки с вариантами атаки соперника по дистанции |
| Передача эстафетной палочки | 2 урока | Найти оптимальный способ передачи палочки | Демонстрируют рациональный способ передачи палочки |
| Подвижные игры с элементами баскетбола | Тактические действия игрока с мячом в нападении | 3 урока | Варианты развития атаки | Качественные изменения во взаимодействии игроков во время атаки |
| Тактические действия в защите | 3 урока | Виды защиты | Качественные изменения во взаимодействии игроков во время защиты |
| Гимнастика с элементами акробатики | Развитие гибкости | 3 урока | Подбор упражнений направленный на развитие гибкости | Составить памятку из составленных упражнений |
| Лыжная подготовка | Техника одновременного хода | 3 урока | Определяют фазы движения. | Качественные изменения в технике выполнения одновременных лыжных ходов |
| Эстафеты на лыжах с элементами метания | 2 урока | Определяют виды эстафет, составляют план встречных эстафет | Защита проекта малых эстафет «Биатлон» |
| Подвижные игры с элементами волейбола | Прием мяча двумя руками сверху, эстафеты | 2 урока | Самостоятельный подбор и классификация игр с элементами волейбола | Подбор и составление игр направленных на освоение приёма мяча двумя руками сверху. |