**Проект по физической культуре «Мяч и его разновидности»**

**Автор проекта**: Ющенко Светлана Николаевна

**Продолжительность проекта**: долгосрочный

**Тип проекта**: Ознакомительно-ориентировочный (информационный)

**Участники проекта**: учитель по физической культуре, обучающиеся 4-х классов

**Возраст детей**: 10-11 лет

Игра как особая форма активности занимает в жизни ребёнка центральное место. Первые игры с мячом бесценны по своей значимости для здоровья, эмоциональной достаточности, физического и интеллектуального развития ребенка. На протяжении всего школьного возраста игры с мячом усложняются и как бы "растут" вместе с ребенком.

Игры с мячом развивают глазомер, координацию, смекалку, способствуют общей двигательной активности. Обучающийся не просто играет в мяч, а варьирует им: берет, переносит, кладет, бросает, катает и т.п., что развивает его эмоционально и физически. Игры с мячом важны и для развития руки ученика. Движения пальцев и кистей рук имеют особое значение для развития функций мозга ученика. И чем они разнообразнее, тем больше "двигательных сигналов" поступает в мозг, тем интенсивнее проходит накопление информации, а следовательно и интеллектуальное развитие учащегося.

Движения рук способствует также развитию речи обучающегося. Современные научные данные подтверждают эти положения: области коры головного мозга, "отвечающие" за артикуляцию органов речи и мелкую моторику пальцев рук, расположены в одном  поле, т.е. непосредственной близости друг от друга. Следовательно, идущие в кору головного мозга нервные импульсы от двигающихся рук стимулируют расположенные по соседству речевые зоны, усиливая их активность. Дети, знакомясь со свойствами мяча, выполняя разнообразные действия (бросание, катание, бег за мячом и др.), получают нагрузку на все группы мышц (туловища, брюшного пресса, ног, рук, кистей), у них активизируется весь организм. Даже, казалось бы, обычное подкидывание мяча вверх вызывает необходимость выпрямления, что благоприятно влияет на осанку ребенка. Можно сказать, что игры с мячом – специальная комплексная гимнастика: развивается умение схватывать, удерживать, перемещать мяч в процессе ходьбы, бега или в прыжке.

Игры и упражнения с мячом развивают ориентировку в пространстве, регулируют силу и точность броска, развивают глазомер, ловкость, быстроту реакции; нормализуют эмоционально-волевую сферу, что особенно важно как для малоподвижных, так и для гиперактивных  детей. Игры с мячом развивают мышечную силу, усиливают работу важнейших органов организма – легких, сердца, улучшают обмен веществ.

Зная тот факт, что игры с мячом способствуют не только физическому и эмоциональному развитию, но и умственному, учителя по физической культуре уделяют им большое внимание.

В начальной школе с 4-го класса большое внимание уделяется подвижным играм с элементами волейбола, баскетбола, футбола. В 5 классе начинают изучать спортивные игры, но статистика показывает, что большинство детей плохо освоили разновидности мячей в четвёртом классе и нередко ошибаются в соотношении мяча к виду спорта.

Данный факт способствовал обоснованию проблемы выбора темы для проектной деятельности.

Проблемма, заключается в том, что обучающимся не хватает теоретической подготовки в области спортивных игр с использованием мяча.

**Цели и задачи проекта**

Цель проекта: повышение уровня знаний обучающихся четвёртых классов в области спортивных игр с использованием мяча.

Задачи проекта:

• формирование у обучающихся теоретических знаний в области спортивных игр;

• изучение разновидностей мячей и шаров в различных видах спорта;

Гипотеза: предполагалось, что теоретическое изучение игр с использованием мяча в течении учебного года поспособствует повышению уровня знаний обучающихся четвёртых классов.

На подготовительном этапе в программу по физической культуре в 4-х классах вносят корректировку с включением теоретических занятий по физической культуре.

В школе, где внедряется проект 34 учебных недели, 102 часа в год, по 3 часа в неделю. Мы предлагаем 2 часа отнести к практическим занятиям, 1 час к теоретическим.

Практические занятия в программе не меняются. Теоретические занятия будут направлены на изучение мячей, их разновидностей и использовании в видах спорта.

На теоретических занятиях, по мимо лекционных уроков посвящённых истории развития появления мячей и принадлежности их к тому или иному виду спорта, также будут уроки посвящённые самостоятельной работе обучающихся, на которых дети будут представлять презентации по прошедшим темам.

Проект «Мяч и его разновидности» может быть реализован с детьми начальной школы.

**Примерные темы теоретических занятий**

|  |  |
| --- | --- |
| **номер урока** | **тема урока** |
| 1 | Вводное занятие. Анкетирование |
| 2 | История возникновения мяча |
| 3 | Разновидности мячей (шаров) |
| 4 | Самостоятельная работа обучающихся |
| 5 | Современные игры с мячом |
| 6 | Бейсбольный мяч |
| 7 | Мяч для регби |
| 8 | Баскетбольный мяч |
| 9 | Самостоятельная работа обучающихся |
| 10 | Гандбольный мяч |
| 11 | Мяч для хоккея с мячом |
| 12 | Мяч для хоккея на траве |
| 13 | Самостоятельная работа обучающихся |
| 14 | Мяч для водного поло |
| 15 | Футбольный мяч |
| 16 | Пушбольный мяч |
| 17 | Самостоятельная работа обучающихся |
| 18 | Мяч для художественной гимнастики |
| 19 | Хоппер мяч или фитбол |
| 20 | Мяч попрыгунчик (каучуковый) |
| 21 | Самостоятельная работа обучающихся |
| 22 | Волейбольный мяч |
| 23 | Теннисный мяч |
| 24 | Пластиковый мяч для настольного тенниса |
| 25 | Самостоятельная работа обучающихся |
| 26 | Мяч для крикета |
| 27 | Мяч для гольфа |
| 28 | Шар для боулинга |
| 29 | Самостоятельная работа обучающихся |
| 30 | Мяч для игры бочче |
| 31 | Шары для игры Петанк |
| 32 | Шары для игры Боулз |
| 33 | Самостоятельная работа обучающихся |
| 34 | Контрольное занятие |