



МКОУ «Андреевская ООШ»

301947, Тульская обл., Куркинский район

Ул. Центральная, д.64

8(48743)-33-7-24

andreevskaya.sosh@tularegion.org

Паспорт

социального проекта

«Ура! Перемена!»

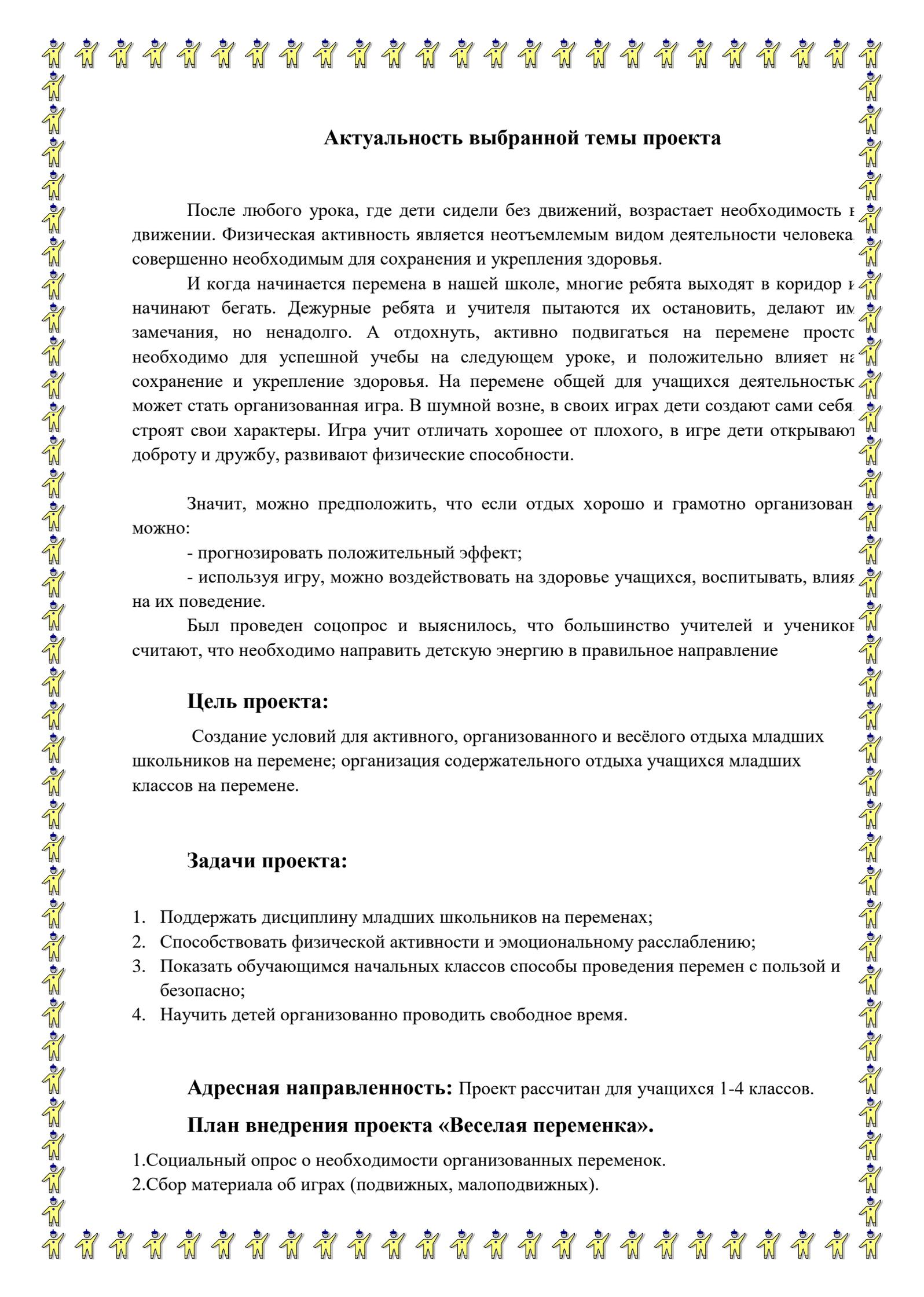
проект проведения подвижных игр среди учащихся 1 – 4 классов

Автор:

Фомина Галина Васильевна

Паспорт проекта

Название проекта	Исследовательский проект «Ура! Перемена!» (Создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья младших школьников через организацию школьных перемен)
Инициативная группа	Учащиеся 5-9 классов МКОУ «Андреевская ООШ»
Срок реализации проекта	Январь 2023 года - май 2023 года



Актуальность выбранной темы проекта

После любого урока, где дети сидели без движений, возрастает необходимость в движении. Физическая активность является неотъемлемым видом деятельности человека совершенно необходимым для сохранения и укрепления здоровья.

И когда начинается перемена в нашей школе, многие ребята выходят в коридор и начинают бегать. Дежурные ребята и учителя пытаются их остановить, делают им замечания, но ненадолго. А отдохнуть, активно подвигаться на перемене просто необходимо для успешной учебы на следующем уроке, и положительно влияет на сохранение и укрепление здоровья. На перемене общей для учащихся деятельностью может стать организованная игра. В шумной возне, в своих играх дети создают сами себя, строят свои характеры. Игра учит отличать хорошее от плохого, в игре дети открывают доброту и дружбу, развивают физические способности.

Значит, можно предположить, что если отдых хорошо и грамотно организован можно:

- прогнозировать положительный эффект;
- используя игру, можно воздействовать на здоровье учащихся, воспитывать, влияя на их поведение.

Был проведен соцопрос и выяснилось, что большинство учителей и учеников считают, что необходимо направить детскую энергию в правильное направление

Цель проекта:

Создание условий для активного, организованного и весёлого отдыха младших школьников на перемене; организация содержательного отдыха учащихся младших классов на перемене.

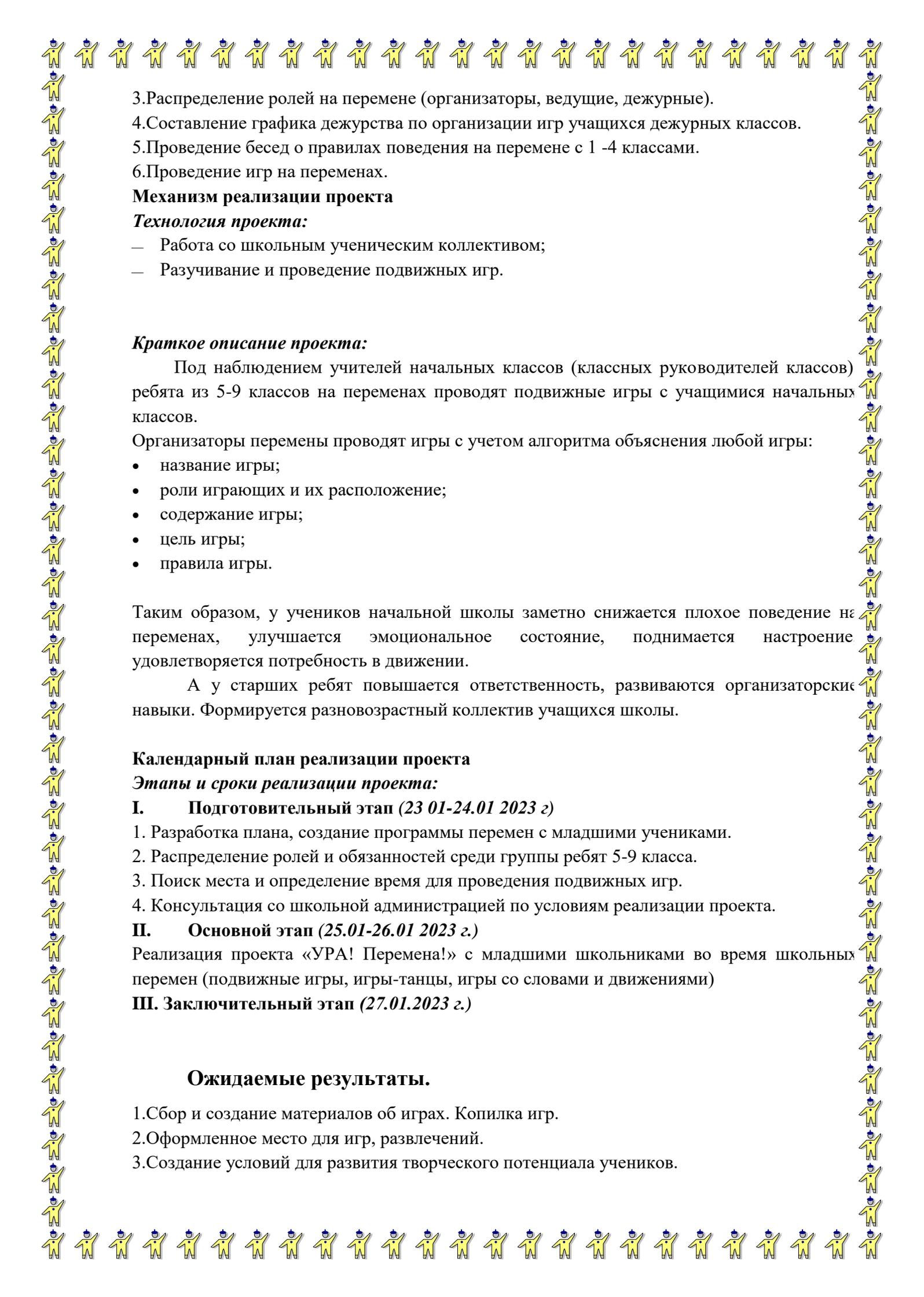
Задачи проекта:

1. Поддержать дисциплину младших школьников на переменах;
2. Способствовать физической активности и эмоциональному расслаблению;
3. Показать обучающимся начальных классов способы проведения перемен с пользой и безопасно;
4. Научить детей организованно проводить свободное время.

Адресная направленность: Проект рассчитан для учащихся 1-4 классов.

План внедрения проекта «Веселая переменка».

1. Социальный опрос о необходимости организованных переменок.
2. Сбор материала об играх (подвижных, малоподвижных).

- 
3. Распределение ролей на перемене (организаторы, ведущие, дежурные).
 4. Составление графика дежурства по организации игр учащихся дежурных классов.
 5. Проведение бесед о правилах поведения на перемене с 1 -4 классами.
 6. Проведение игр на переменах.

Механизм реализации проекта

Технология проекта:

- Работа со школьным ученическим коллективом;
- Разучивание и проведение подвижных игр.

Краткое описание проекта:

Под наблюдением учителей начальных классов (классных руководителей классов) ребята из 5-9 классов на переменах проводят подвижные игры с учащимися начальных классов.

Организаторы перемены проводят игры с учетом алгоритма объяснения любой игры:

- название игры;
- роли играющих и их расположение;
- содержание игры;
- цель игры;
- правила игры.

Таким образом, у учеников начальной школы заметно снижается плохое поведение на переменах, улучшается эмоциональное состояние, поднимается настроение удовлетворяется потребность в движении.

А у старших ребят повышается ответственность, развиваются организаторские навыки. Формируется разновозрастный коллектив учащихся школы.

Календарный план реализации проекта

Этапы и сроки реализации проекта:

I. Подготовительный этап (23.01-24.01 2023 г.)

1. Разработка плана, создание программы перемен с младшими учениками.
2. Распределение ролей и обязанностей среди группы ребят 5-9 класса.
3. Поиск места и определение время для проведения подвижных игр.
4. Консультация со школьной администрацией по условиям реализации проекта.

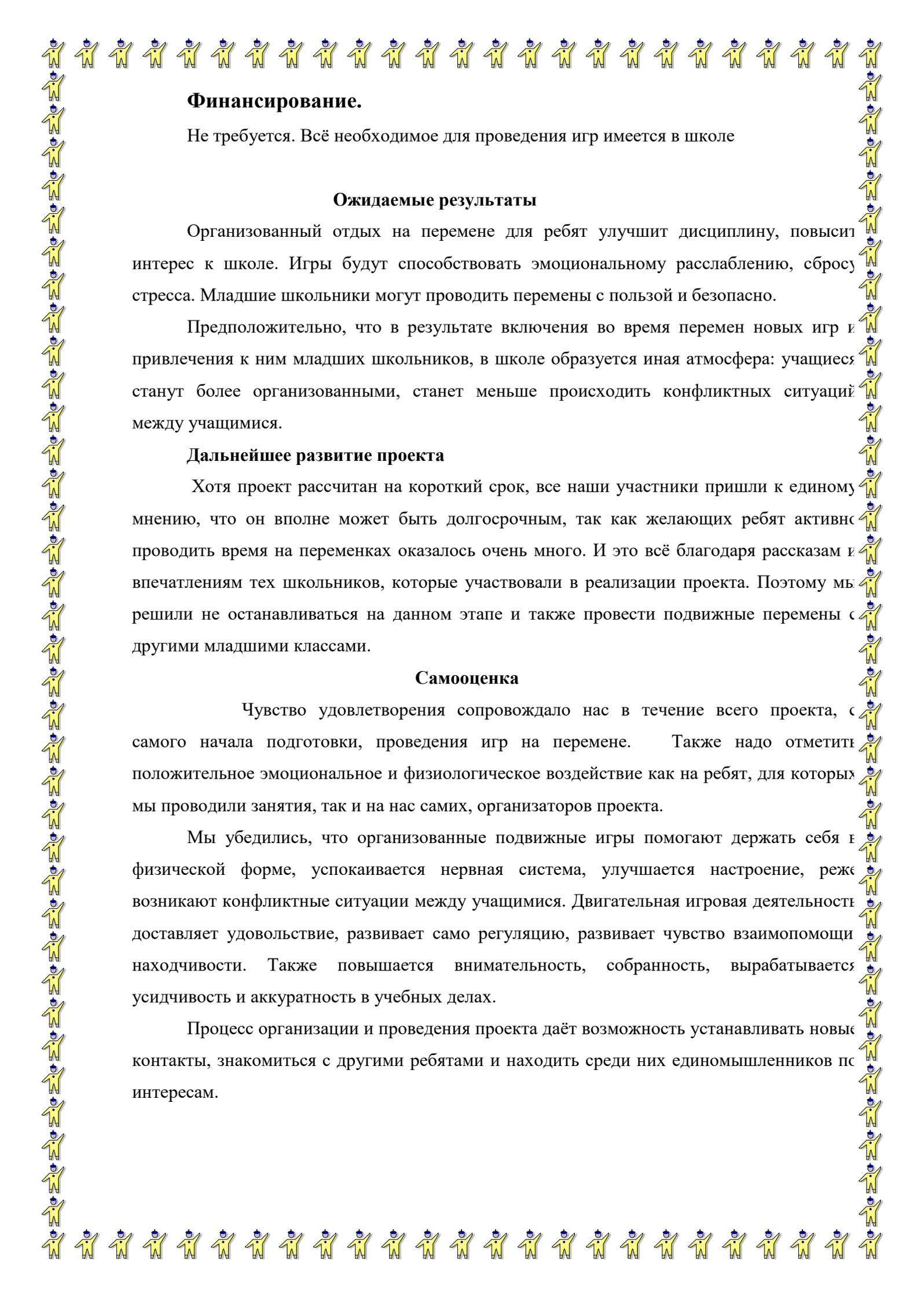
II. Основной этап (25.01-26.01 2023 г.)

Реализация проекта «УРА! Перемена!» с младшими школьниками во время школьных перемен (подвижные игры, игры-танцы, игры со словами и движениями)

III. Заключительный этап (27.01.2023 г.)

Ожидаемые результаты.

1. Сбор и создание материалов об играх. Копилка игр.
2. Оформленное место для игр, развлечений.
3. Создание условий для развития творческого потенциала учеников.



Финансирование.

Не требуется. Всё необходимое для проведения игр имеется в школе

Ожидаемые результаты

Организованный отдых на перемене для ребят улучшит дисциплину, повысит интерес к школе. Игры будут способствовать эмоциональному расслаблению, сбросу стресса. Младшие школьники могут проводить перемены с пользой и безопасно.

Предположительно, что в результате включения во время перемен новых игр и привлечения к ним младших школьников, в школе образуется иная атмосфера: учащиеся станут более организованными, станет меньше происходить конфликтных ситуаций между учащимися.

Дальнейшее развитие проекта

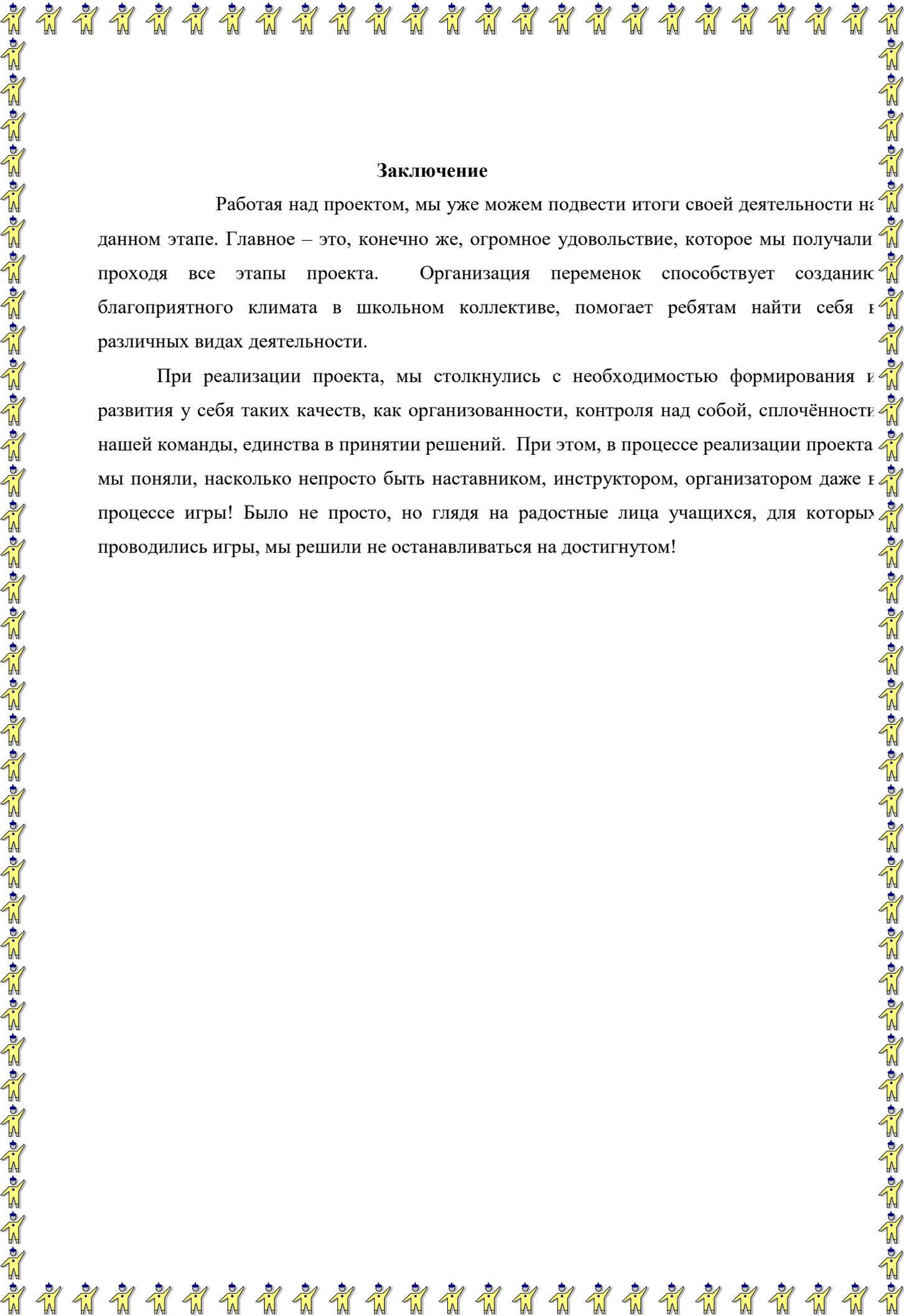
Хотя проект рассчитан на короткий срок, все наши участники пришли к единому мнению, что он вполне может быть долгосрочным, так как желающих ребят активно проводить время на переменах оказалось очень много. И это всё благодаря рассказам и впечатлениям тех школьников, которые участвовали в реализации проекта. Поэтому мы решили не останавливаться на данном этапе и также провести подвижные перемены с другими младшими классами.

Самооценка

Чувство удовлетворения сопровождало нас в течение всего проекта, с самого начала подготовки, проведения игр на перемене. Также надо отметить положительное эмоциональное и физиологическое воздействие как на ребят, для которых мы проводили занятия, так и на нас самих, организаторов проекта.

Мы убедились, что организованные подвижные игры помогают держать себя в физической форме, успокаивается нервная система, улучшается настроение, реже возникают конфликтные ситуации между учащимися. Двигательная игровая деятельность доставляет удовольствие, развивает само регуляцию, развивает чувство взаимопомощи находчивости. Также повышается внимательность, собранность, вырабатывается усидчивость и аккуратность в учебных делах.

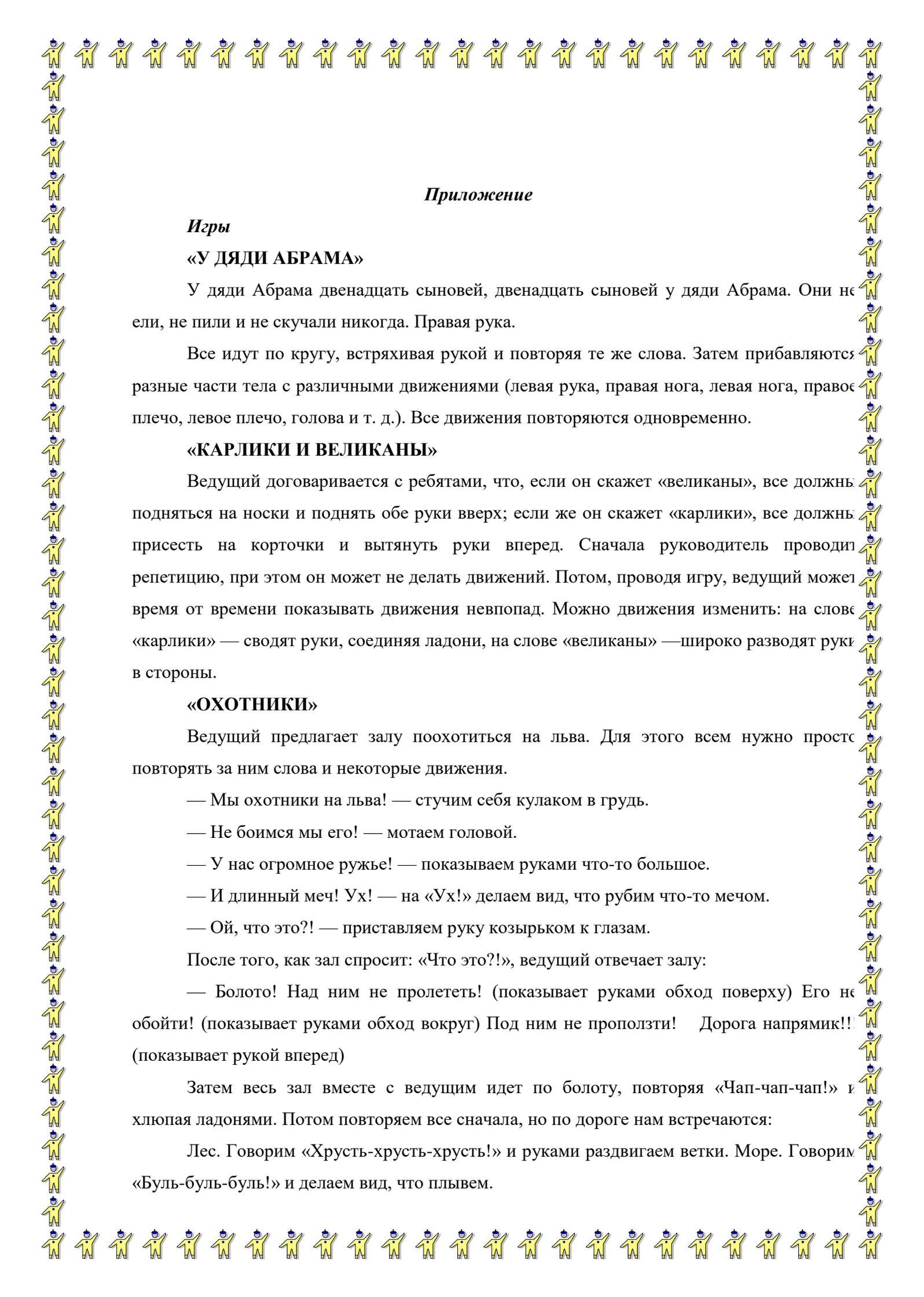
Процесс организации и проведения проекта даёт возможность устанавливать новые контакты, знакомиться с другими ребятами и находить среди них единомышленников по интересам.



Заключение

Работая над проектом, мы уже можем подвести итоги своей деятельности на данном этапе. Главное – это, конечно же, огромное удовольствие, которое мы получали проходя все этапы проекта. Организация переменок способствует созданию благоприятного климата в школьном коллективе, помогает ребятам найти себя в различных видах деятельности.

При реализации проекта, мы столкнулись с необходимостью формирования и развития у себя таких качеств, как организованности, контроля над собой, сплочённости нашей команды, единства в принятии решений. При этом, в процессе реализации проекта мы поняли, насколько непросто быть наставником, инструктором, организатором даже в процессе игры! Было не просто, но глядя на радостные лица учащихся, для которых проводились игры, мы решили не останавливаться на достигнутом!



Приложение

Игры

«У ДЯДИ АБРАМА»

У дяди Абрама двенадцать сыновей, двенадцать сыновей у дяди Абрама. Они не ели, не пили и не скучали никогда. Правая рука.

Все идут по кругу, встряхивая рукой и повторяя те же слова. Затем прибавляются разные части тела с различными движениями (левая рука, правая нога, левая нога, правое плечо, левое плечо, голова и т. д.). Все движения повторяются одновременно.

«КАРЛИКИ И ВЕЛИКАНЫ»

Ведущий договаривается с ребятами, что, если он скажет «великаны», все должны подняться на носки и поднять обе руки вверх; если же он скажет «карлики», все должны присесть на корточки и вытянуть руки вперед. Сначала руководитель проводит репетицию, при этом он может не делать движений. Потом, проводя игру, ведущий может время от времени показывать движения невпопад. Можно движения изменить: на слове «карлики» — сводят руки, соединяя ладони, на слове «великаны» — широко разводят руки в стороны.

«ОХОТНИКИ»

Ведущий предлагает залу поохотиться на льва. Для этого всем нужно просто повторять за ним слова и некоторые движения.

— Мы охотники на льва! — стучим себя кулаком в грудь.

— Не боимся мы его! — мотаем головой.

— У нас огромное ружье! — показываем руками что-то большое.

— И длинный меч! Ух! — на «Ух!» делаем вид, что рубим что-то мечом.

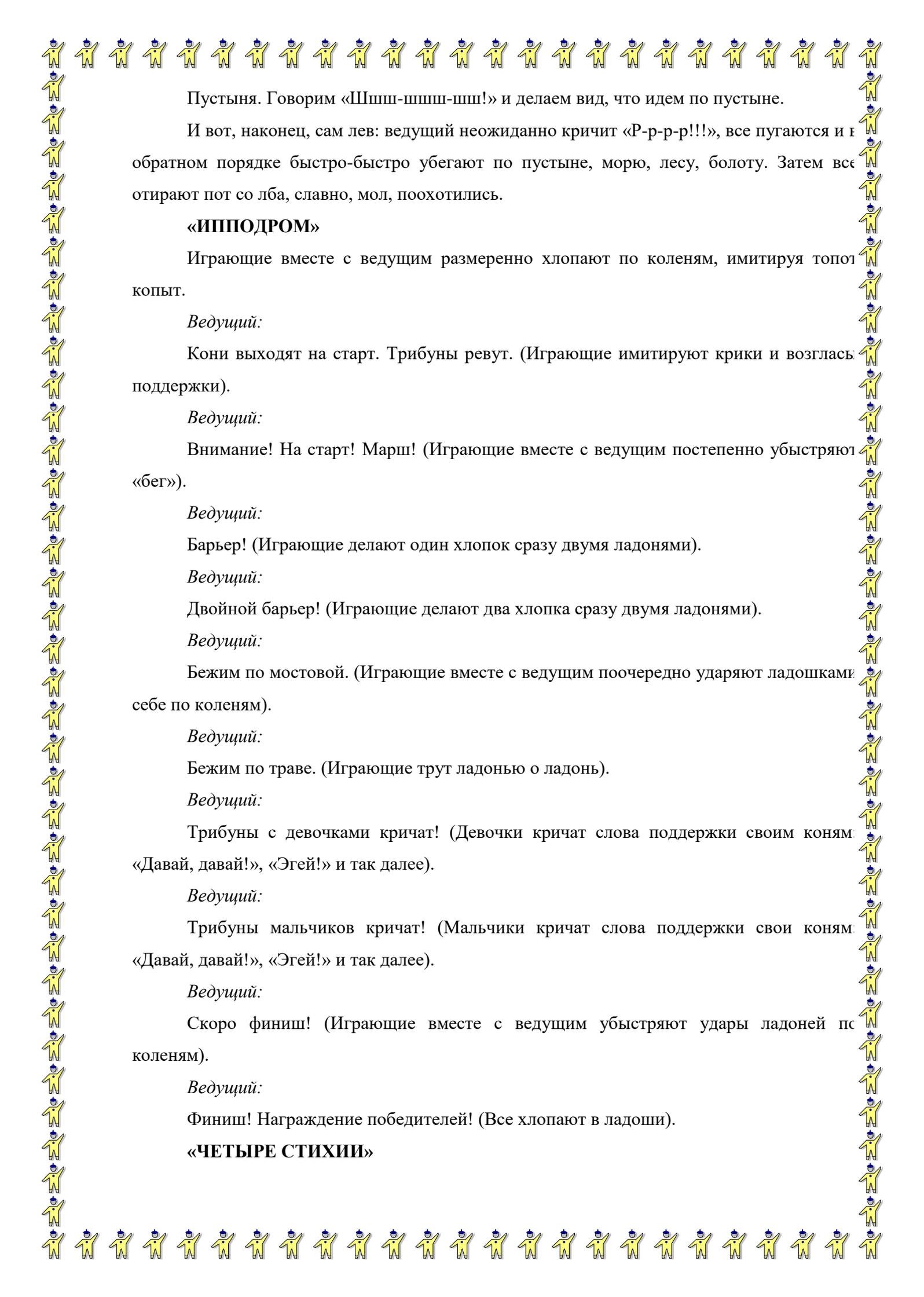
— Ой, что это?! — приставляем руку козырьком к глазам.

После того, как зал спросит: «Что это?!», ведущий отвечает залу:

— Болото! Над ним не пролететь! (показывает руками обход поверху) Его не обойти! (показывает руками обход вокруг) Под ним не проползти! Дорога напрямик!!! (показывает рукой вперед)

Затем весь зал вместе с ведущим идет по болоту, повторяя «Чап-чап-чап!» и хлопая ладонями. Потом повторяем все сначала, но по дороге нам встречаются:

Лес. Говорим «Хрусть-хрусть-хрусть!» и руками раздвигаем ветки. Море. Говорим «Буль-буль-буль!» и делаем вид, что плывем.



Пустыня. Говорим «Шшш-шшш-шш!» и делаем вид, что идем по пустыне.

И вот, наконец, сам лев: ведущий неожиданно кричит «Р-р-р-р!!!», все пугаются и в обратном порядке быстро-быстро убегают по пустыне, морю, лесу, болоту. Затем все отирают пот со лба, славно, мол, поохотились.

«ИППОДРОМ»

Играющие вместе с ведущим размеренно хлопают по коленям, имитируя топот копыт.

Ведущий:

Кони выходят на старт. Трибуны ревут. (Играющие имитируют крики и возгласы поддержки).

Ведущий:

Внимание! На старт! Марш! (Играющие вместе с ведущим постепенно убыстряют «бег»).

Ведущий:

Барьер! (Играющие делают один хлопок сразу двумя ладонями).

Ведущий:

Двойной барьер! (Играющие делают два хлопка сразу двумя ладонями).

Ведущий:

Бежим по мостовой. (Играющие вместе с ведущим поочередно ударяют ладошками себе по коленям).

Ведущий:

Бежим по траве. (Играющие трут ладонью о ладонь).

Ведущий:

Трибуны с девочками кричат! (Девочки кричат слова поддержки своим коням: «Давай, давай!», «Эгей!» и так далее).

Ведущий:

Трибуны мальчиков кричат! (Мальчики кричат слова поддержки своим коням: «Давай, давай!», «Эгей!» и так далее).

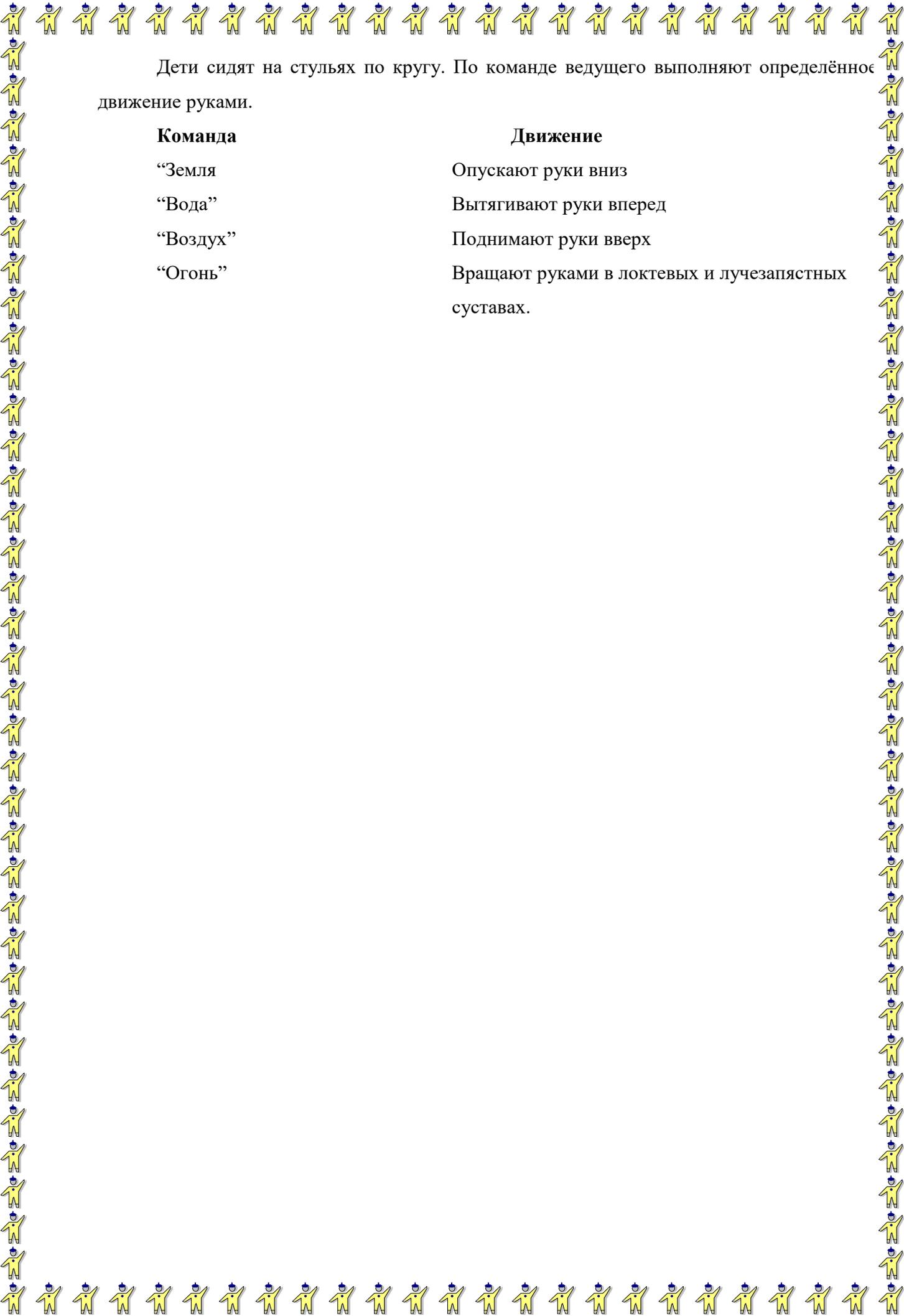
Ведущий:

Скоро финиш! (Играющие вместе с ведущим убыстряют удары ладоней по коленям).

Ведущий:

Финиш! Награждение победителей! (Все хлопают в ладоши).

«ЧЕТЫРЕ СТИХИИ»



Дети сидят на стульях по кругу. По команде ведущего выполняют определённое движение руками.

Команда

“Земля

“Вода”

“Воздух”

“Огонь”

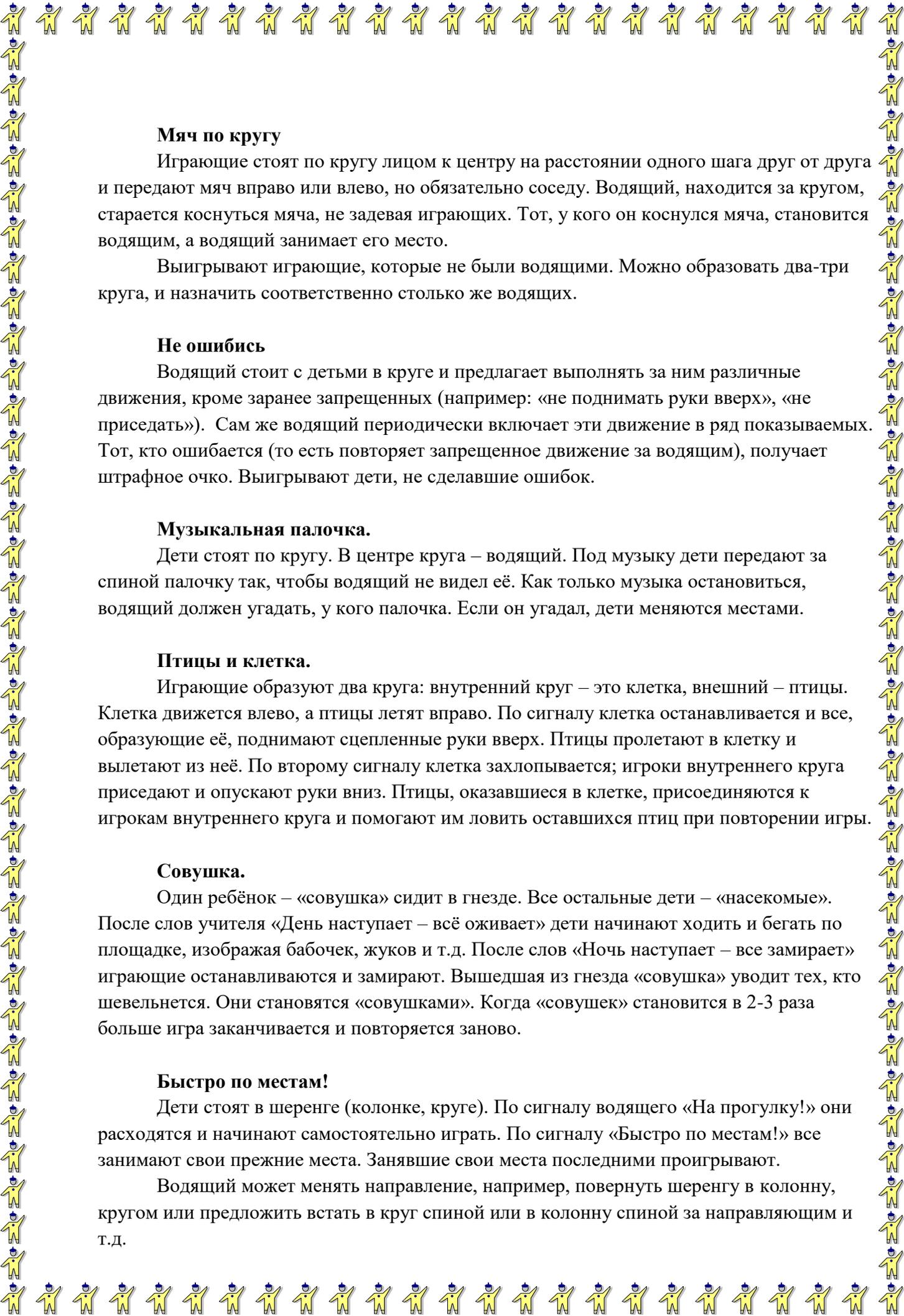
Движение

Опускают руки вниз

Вытягивают руки вперед

Поднимают руки вверх

Вращают руками в локтевых и лучезапястных суставах.



Мяч по кругу

Играющие стоят по кругу лицом к центру на расстоянии одного шага друг от друга и передают мяч вправо или влево, но обязательно соседу. Водящий, находится за кругом, старается коснуться мяча, не задевая играющих. Тот, у кого он коснулся мяча, становится водящим, а водящий занимает его место.

Выигрывают играющие, которые не были водящими. Можно образовать два-три круга, и назначить соответственно столько же водящих.

Не ошибись

Водящий стоит с детьми в круге и предлагает выполнять за ним различные движения, кроме заранее запрещенных (например: «не поднимать руки вверх», «не приседать»). Сам же водящий периодически включает эти движение в ряд показываемых. Тот, кто ошибается (то есть повторяет запрещенное движение за водящим), получает штрафное очко. Выигрывают дети, не сделавшие ошибок.

Музыкальная палочка.

Дети стоят по кругу. В центре круга – водящий. Под музыку дети передают за спиной палочку так, чтобы водящий не видел её. Как только музыка остановиться, водящий должен угадать, у кого палочка. Если он угадал, дети меняются местами.

Птицы и клетка.

Играющие образуют два круга: внутренний круг – это клетка, внешний – птицы. Клетка движется влево, а птицы летят вправо. По сигналу клетка останавливается и все, образующие её, поднимают сцепленные руки вверх. Птицы пролетают в клетку и вылетают из неё. По второму сигналу клетка захлопывается; игроки внутреннего круга приседают и опускают руки вниз. Птицы, оказавшиеся в клетке, присоединяются к игрокам внутреннего круга и помогают им ловить оставшихся птиц при повторении игры.

Совушка.

Один ребёнок – «совушка» сидит в гнезде. Все остальные дети – «насекомые». После слов учителя «День наступает – всё оживает» дети начинают ходить и бегать по площадке, изображая бабочек, жуков и т.д. После слов «Ночь наступает – все замирает» играющие останавливаются и замирают. Вышедшая из гнезда «совушка» уводит тех, кто шевельнется. Они становятся «совушками». Когда «совушек» становится в 2-3 раза больше игра заканчивается и повторяется заново.

Быстро по местам!

Дети стоят в шеренге (колонке, круге). По сигналу водящего «На прогулку!» они расходятся и начинают самостоятельно играть. По сигналу «Быстро по местам!» все занимают свои прежние места. Занявшие свои места последними проигрывают.

Водящий может менять направление, например, повернуть шеренгу в колонну, кругом или предложить встать в круг спиной или в колонну спиной за направляющим и т.д.

ЗЕМЛЯ, ВОДА, ОГОНЬ, ВОЗДУХ

Ребята становятся в круг, в середине – ведущий. Он бросает мяч кому-нибудь из играющих, произнося при этом одно из четырех слов: "земля", "вода", "воздух" или "огонь". Если водящий сказал "земля", тот, кто поймал мяч, должен быстро назвать какое-либо домашнее или дикое животное; на слово "вода" играющий отвечает названием какой-либо рыбы; на слово "воздух" – названием птицы. При слове "огонь" все должны несколько раз быстро повернуться кругом, взмахивая руками. Затем мяч возвращают ведущему. Медлительные, неповоротливые и невнимательные ребята выходят из игры после первой же ошибки.

Правила игры «Великаны и гномы»

Водящий (чаще всего взрослый) объясняет ребятам, что он может произносить только слова «великаны» и «гномы». При слове «великаны», все должны подняться на носки и поднять руки. А при слове «гномы», все должны присесть пониже. Тот, кто ошибается — выбывает из игры.

Конечно, водящий хочет добиться, чтобы игроки ошибались. Для этого он вначале произносит слова «великаны!» громко и басом, а «гномы» — тихим писклявым шёпотом. А потом, в какой-то момент — наоборот. Или произнося «великаны», водящий приседает, а говоря «гномы» — поднимается на носочки.

Темп игры всё ускоряется, и все игроки постепенно выбывают. Последний игрок, который не разу не ошибся, становится водящим.

Игра на перемене в классе Воздушный футбол

Что необходимо для игры: парты, пластиковое яйцо из-под киндер-сюрприза (или мячик от пинг-понга), две полоски бумаги.

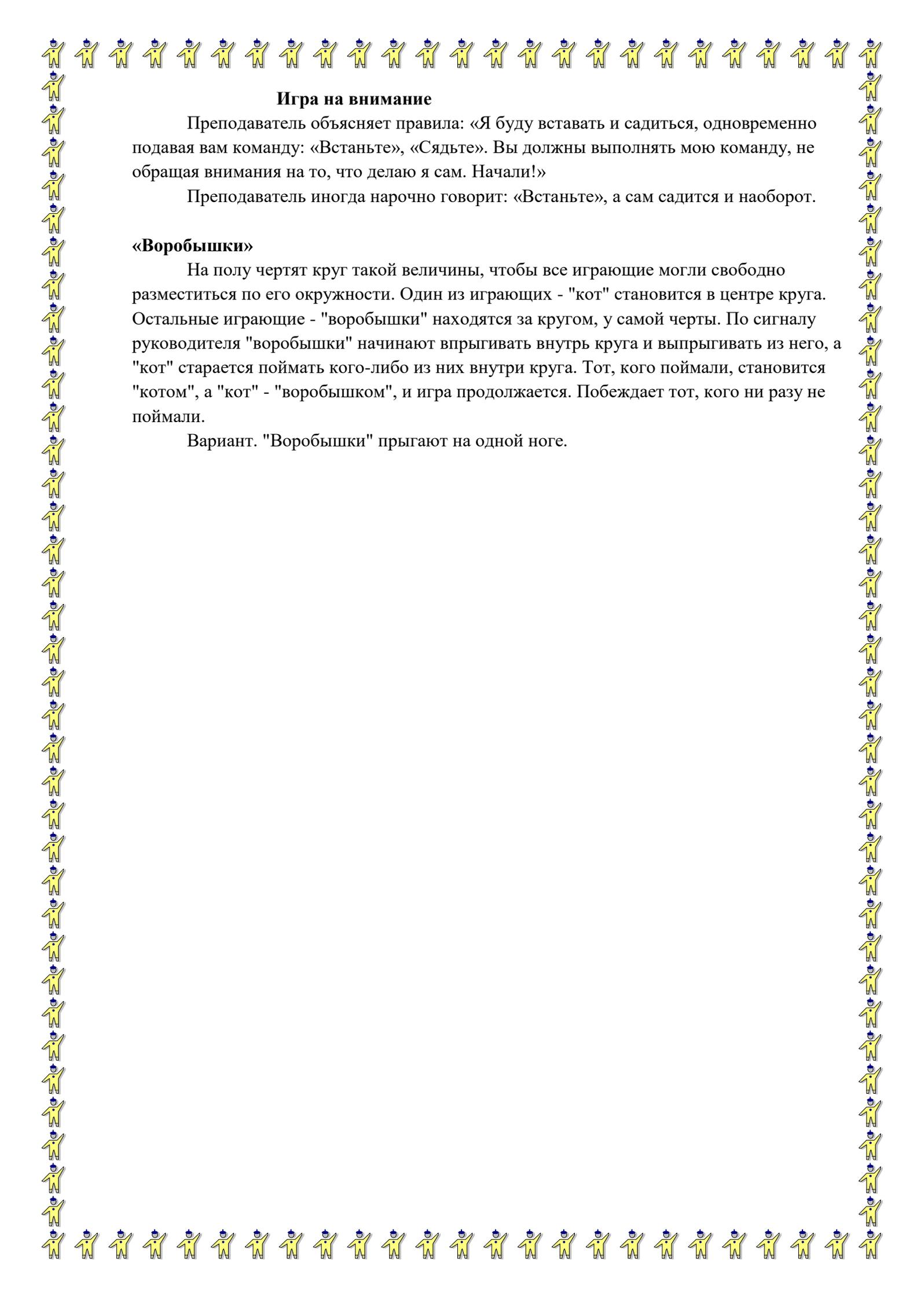
В игру могут играть два игрока, остальные – зрители. В этот футбол можно играть на выбывание. То есть зрители по очереди могут становиться игроками.

На разных концах парты положите полоски бумаги (их можно закрепить скотчем). Положите яйцо посередине и дайте команду. По команде игроки начинают дуть на яйцо. Они могут двигаться вокруг парты, но не могут толкать или оттеснять друг друга. Задача игроков – забить (точнее, ЗАДУТЬ) гол противнику. Гол засчитывается, если яйцо пересекло полосу бумаги. Играть можно до первого гола или до трех очков.

Русская народная игра «Кот и мышь».

Играющие встают в два ряда лицом друг к другу, берутся за руки, образуя небольшой проход – нору. В одном ряду стоят коты, в другом – мыши. Игру начинает первая пара: кот ловит мышью, а та бежит вокруг играющих. В опасный момент мышшь может спрятаться в коридоре, образованном сцепленными руками играющих. Как только кот поймал мышшь, играющие встают в ряд. Начинает игру вторая пара. Игра продолжается, пока коты не переловят всех мышшей.

Правила игры. Коту нельзя забегать в нору. Кот и мыши не должны убегать далеко от норы.



Игра на внимание

Преподаватель объясняет правила: «Я буду вставать и садиться, одновременно подавая вам команду: «Встаньте», «Сядьте». Вы должны выполнять мою команду, не обращая внимания на то, что делаю я сам. Начали!»

Преподаватель иногда нарочно говорит: «Встаньте», а сам садится и наоборот.

«Воробышки»

На полу чертят круг такой величины, чтобы все играющие могли свободно разместиться по его окружности. Один из играющих - "кот" становится в центре круга. Остальные играющие - "воробышки" находятся за кругом, у самой черты. По сигналу руководителя "воробышки" начинают впрыгивать внутрь круга и выпрыгивать из него, а "кот" старается поймать кого-либо из них внутри круга. Тот, кого поймали, становится "котом", а "кот" - "воробышком", и игра продолжается. Побеждает тот, кого ни разу не поймали.

Вариант. "Воробышки" прыгают на одной ноге.