

**Управление образования администрации Богучанского района
МБОУ ДОД «Центр роста»**

Рекомендовано:
Методический совет
«4» октября 2024

Утверждено:
директор МБОУ ДОД «Центр роста»
_____ Т.Г. Назарова

Приказ № 157 «07» октября 2024г

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Народные игры»

Направленность программы: социально-гуманитарная

Уровень программы: базовый

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Срок реализации программы:

Форма обучения - очная

Составитель:
Щербак Юлия Владимировна
Педагог
дополнительного образования

с. Богучаны, 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Народные игры» стартового уровня имеет физкультурно-спортивную направленность.

Программа ориентирована на развитие физического потенциала и патриотического мышления у учащихся дошкольного и младшего школьного возраста через изучение русских народных подвижных игр. Народные игры как жанр устного народного творчества являются национальным богатством и школой воспитания, где дети не только развивают спортивные навыки - ловкость, меткость, быстроту и силу, но также учатся добру и справедливости, чести и порядочности, любви и долгу. Игра формирует высокую нравственность будущего гражданина страны.

Новизна и актуальность программы.

Сохранение и возрождение национальной культуры является одной из первоочередных задач современности. Русские народные игры являются неотъемлемой частью патриотического воспитания детей. В них сохранились особенные черты русского характера. Знакомя учащихся с русскими народными играми, мы через спортивно-игровую деятельность расширяем и закрепляем знания о русском народном творчестве. Развиваем в них духовный творческий патриотизм, интерес к истокам русского народного творчества.

Занятия русскими подвижными играми не только укрепляют здоровье учащихся, способствуют физическому совершенствованию, но и формируют у ребенка эмоционально положительное отношение к тем местам, где он родился и живет, воспитывают толерантность.

Отличительные особенности программы

Подвижная игра - естественный спутник жизни ребенка. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. Передовые представители культуры (К.Д. Ушинский, Е.А. Покровский, Г.А. Виноградов и др.), заботясь о просвещении, образовании и воспитании народа, призывали повсеместно собирать и описывать народные игры, чтобы донести до потомков национальный колорит обычаев, оригинальность самовыражения народов, своеобразие языка, формы и содержания разговорных текстов.

Отличительной особенностью программы является то, что основу народных игр составляют спортивные движения, мотивированные содержанием, сюжетом игры (бег, прыжки, метания, броски, передачи и ловля мяча, сопротивления и др.), для которых не требуется специальной

физической подготовленности играющих и сложного спортивного оборудования. Программа охватывает широкий спектр русских народных игр.

Адресат программы

Программа предназначена для детей без предварительной подготовки, с сформированными интересами и мотивированных в данной области. Программа адресована детям дошкольного возраста 5-7 лет. Наполняемость группы до 20 человек.

Срок реализации программы и объем учебных часов

Программа рассчитана на 1 год обучения: 72 часов, 2 раз в неделю по 1 часу

Формы обучения

Обучение осуществляется в очной форме.

Режим занятий

Занятия проводятся 2 раз в неделю продолжительностью 30 минут в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (СанПиН 2.4.1.3049-13).

Цель программы: физическое развитие и патриотическое воспитание учащихся путем приобщения их к русским народным подвижным играм.

Задачи:

Обучающие:

дать учащимся знания о народных играх, о традициях, истории и культуре народа;

обучить разнообразным правилам русских народных подвижных игр и других физических упражнений игровой направленности;

познакомить с необходимыми теоретическими знаниями в области физической культуры, спорта, гигиены;

сформировать у учащихся начальные навыки общей физической подготовки.

Развивающие:

развивать мотивацию учащихся к занятиям физкультурно-спортивной деятельностью;

способствовать развитию физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости;

способствовать гармоническому развитию функциональных систем организма учащегося, повышение жизненного тонуса;

способствовать повышению физической и умственной работоспособности;

развивать чувство патриотизма и уважения к малой Родине;

развивать у учащихся навыки коммуникативного общения;

расширять общекультурный кругозор.

Воспитательные:

сформировать потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями, ответственности за свое здоровье;

привить интерес и любовь к занятиям различными видами спортивной и игровой деятельности;

способствовать воспитанию культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности;

воспитывать чувство гордости и патриотизма у юного гражданина;

воспитывать у учащихся интерес к культурно-историческим особенностям малой родины;

воспитывать культуру и сознательность, привить навыки соблюдения этики и дисциплины;

воспитывать чувство коллективизма.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

I год обучения

№п /п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
	Введение	2	2	-	Вводный контроль (беседа)
1.	Основные правила народных подвижных игр	4	1	3	Текущий контроль (опрос)
2.	Командные народные подвижные игры	4	1	3	Текущий контроль (игра)
3.	Народные игры-эстафеты	8	1	7	Текущий контроль (игра)
4.	Игры на развитие основных физических качеств	10	2	8	Текущий контроль (контрольные упражнения)
5.	Зимние забавы	4	1	3	Текущий контроль (игра)
6.	Домашние и дикие животные	6	1	5	Текущий контроль (игра)
7.	Сюжетные игры	8	1	7	Текущий контроль (контрольные упражнения)
8.	Народные игры как традиционное явление культуры	8	1	7	Текущий контроль (контрольные упражнения)
9.	Народные праздники	6	1	5	Текущий контроль (игра)
10.	Игры сверстников	10	1	9	Текущий и

	прошлых лет				итоговый контроль (беседа, игра)
11.	Итоговое занятие	2	-	2	Промежуточная аттестация (командные соревнования)
	ИТОГО	72	13	59	

Содержание учебного плана программы 1 года обучения

Теория:(2 часа) Основы знаний. Формирование группы, основы правил техники безопасности. Знания об основных правилах народных подвижных игр. Входной контроль знаний и умений по программе (начальная диагностика).

1. Основные правила народных подвижных игр

Теория. (1 ч) Экскурс в историю народных игр, показ видеофильмов. Знания об основных правилах подвижных игр, способа выбора водящих, начальные навыки владения мячом.

Практика.(3 ч) Разучивание игр«Горелки с платочком», «Море волнуется раз», «Кто дальше бросит», «Лягушки на болоте».

2. Командные народные подвижные игры

Теория.(1ч) Понятие о команде; цели, задачи команды, правило успеха, единый дух команды, командные виды спорта.

Практика.(3 ч) Разучивание игр командных «Бабки», «Борющаяся цепь», «Редька», «Бес соли соль», «Серый волк», «Платок», «Пирожок».

3. Народные игры-эстафеты

Теория.(1ч) Понятие «эстафета», основные правила проведения эстафет, судейство эстафет (слайд-шоу).

Практика (7ч) Начальные навыки владения мячом, передачи и ловля. Начальные навыки прыжков с ноги на ногу, на двух ногах, на одной ноге, через вращающуюся скакалку. Умение ориентироваться в игровом пространстве. Эстафеты «Перебежки», «Челнок», «Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки», «Колодка», «Зевака», «Скакалка». Эстафеты с лазанием по гимнастической скамейке, эстафеты с большим и малым мячом, эстафеты с различными предметами, эстафеты парами.

4. Игры на развитие основных физических качеств

Теория.(2 ч) История развития народных игр на развитие основных физических качеств. Упражнения для развития физических качеств.

Комплекс упражнений для профилактики простудных заболеваний.

Практика.(8 ч) Разучивание игр «Нитка и иголка», «На прорыв», «Поймай хвост дракона», «Сохрани равновесие», «Бой петухов», «Удочка», «Волна», «Удержи круг», «Перестрелка», «Совушка».

5. Зимние забавы

Теория. (1ч) Виды зимних народных подвижных игр. Спортивная экипировка для зимних прогулок, участие в зимних играх. Правила закаливания организма.

Практика.(4ч) Разучивание игр «Два Деда Мороза», «Спуск с поворотом», «Слалом на санках», «Проехать через ворота», «Снежки», «Чей ком больше», «Снеговик-мишень».

6. Домашние и дикие животные

Теория.(1 ч) Домашние и дикие животные. Отношение человека к животным в природе, показ видеофильмов.

Практика.(5ч) Разучивание игр «Гуси-лебеди», «Пастух и стадо», «Волк и овцы», «Вороны и воробьи», «Змейка», «Кошки-мышки», «У медведя во бору», «Коршун и наседка», «Хромая лиса», «Филин и пташки», «Лягушата», «Медведь и медовый пряник».

7. Сюжетные игры

Теория.(1ч) Знакомство с играми на основе опыта детей, имеющих у них представлений и знаний об окружающей жизни, профессиях (летчик, пожарный, шофер и т.п.), средствах транспорта (автомобиль, поезд, самолет), явлениях природы, образе жизни и повадках животных и птиц.

Практика.(7 ч) Разучивание игр «Земля, вода, воздух, огонь», «Охотник и сторож», «Часовые и разведчики», «Жадный повар», «Море волнуется», «Мыши и две кошки», «Канатоходцы», «Почта», «Самовар».

8. Народные игры как традиционное явление культуры

Теория. (1 ч) Народные игры как традиционное явление культуры. История отечественной культуры. Забавы, обряды, игры.

Практика.(7 ч) Разучивание традиционных русских народных игр Тамбовской области - «Домики», «Каравай», «Невод», «Охотники и утки», «Ловись, рыбка», «Птицелов», «Игры с песнями и хороводами», «Пирог», «Игра с солнцем», «Карусели» и др.

9. Народные праздники

Теория.(1 ч) Народные праздники как давнее народное наследие наших предков. Народные праздники нашей местности.

Практика. (5 ч) Игры и забавы на масленицу: «Петушки», «Бой мешками», «Снежный лабиринт», «Снежная горка», «Три ноги», «Русская метла». Игры на Пасху: «Игры с крашенками», «Жары», «Мены», «Одиночка», пасхальные эстафеты. Игры на Ивана Купалу: «Хвосты»,

«Молчанка», «Бояре», «Ручеёк».

10. Игры сверстников прошлых лет

Теория.(1 ч) История игр сверстников прошлых столетий.

Практика.(9 ч) Игры «Перестрелки», «Горелки», «Двенадцать палочек», «Жмурки», «Третий лишний», «Лапта», «Разбивные цепи», «Народный мяч», «Выбивалы», «Жмурка и бубенец», «Садовник», «Просо».

11. Итоговое занятие

Практика.(2 ч) Промежуточная аттестация учащихся. Командные состязания. Игры «Достань камешек», «Перетяни за черту», «Бои на бревне», «Разбивные цепи», «Колокол», «Лапта».

Планируемые результаты обучения

По итогам реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы стартового уровня « Народные игры» ожидаются следующие результаты:

Личностные:

учащиеся научатся вести совместную деятельность;
узнают об историческом наследии русского народа и народных игр;

познакомятся с традициями народных праздников;
сформируют культуру общения со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности;

научатся уважительно относиться к чужому мнению;
научатся чувствовать себя уверенно, поверят в свои возможности.

Предметные: формирование универсальных учебных действий учащихся в области физкультуры.

учащиеся должны знать:

историю русских народных подвижных игр;
основные виды русских народных подвижных игр, в том числе распространенных в своей местности;

знать правила проведения игр;
знать основные приемы и упражнения на развитие общих физических качеств.

учащиеся должны уметь:

выполнять различные физические упражнения в игровой ситуации;

проявлять смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;

владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём;

применять игровые навыки в жизненных ситуациях;
работать в организованной команде сверстников.

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Кабинет (спортивный зал или спортивная комната), соответствующий требованиям СанПиН 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (температура 18-21 градус Цельсия; влажность воздуха в пределах 40-60 %, мебель, соответствующая возрастным особенностям учащихся 6-8 лет); спортивная площадка (в теплый сезон), Госпож надзора, антитеррористической безопасности, требованиям охраны труда.

Оборудование:

гимнастические маты – 4 шт;
наборы кубиков (по 9 штук в каждом) – 4 шт.;
гимнастические обручи – 15 шт.;
гимнастические палки – 15 шт.;
мячи резиновые – 15 шт.;
мячи для баскетбола – 2 шт.;
платочки – 15 шт.;
скакалки – 10 шт.;
флажки – 15 шт.

Информационное обеспечение

Компьютер, мультимедийный проектор, фотоаппарат, аудио система.

Методические материалы

принцип всесторонности основывается на физиологических положениях о взаимосвязи и взаимообусловленности функций и физических качеств и предусматривает гармоничное развитие организма;

принцип сознательности направлен на воспитание у занимающихся глубокого понимания роли и значения проводимых занятий в укреплении их здоровья, а также повышения умственной работоспособности;

принцип постепенности предусматривает последовательное, но неуклонное увеличение сложности упражнений, переход от менее к более трудным;

принцип повторности основывается на физиологических данных о значении повторных воздействий для образования двигательного стереотипа навыка;

принцип индивидуализации предусматривает использование средств физической культуры, соответствующих возрастно-половым и функционально-психологическим особенностям школьников и доступных им.

При реализации программы используются *методы:*
общепедагогические

словесный (приемы: дидактический рассказ, описание, объяснение, беседа, разбор, лекция, инструктирование, комментарии и замечания, распоряжения, команды, указания);

демонстрационно-наглядный (приемы: показ упражнений, демонстрация учебных фильмов, рисунков, схем, выполнение упражнений в замедленном темпе, фиксация положений тела и его частей в отдельные моменты двигательного действия);

практический (выполнение движений, повторение упражнений, отработка упражнений)

специфические

метод строго регламентированного упражнения (каждое упражнение выполняется в строго заданной форме и с точно обусловленной нагрузкой - целостно-конструктивное, расчлененно-конструктивное, сопряженного действия, стандартно-непрерывные упражнения, стандартно-интервальные упражнения, переменного-непрерывные упражнения, переменного-интервальные упражнения, круговая тренировка);

игровой метод (усвоение учебного материала, выполнение и отработка упражнений в игровой форме);

соревновательный метод (выполнение упражнений в соревновательной форме).

Для достижения цели и задач программы предусматриваются *педагогические технологии*: здоровье сберегающие, игровые, личностно-ориентированного обучения, информационно-коммуникационные, творческих мастерских. Данные технологии позволяют создать ситуацию успеха, которая способствует формированию положительной мотивации к процессу обучения в целом, тем самым снижая эмоциональную напряженность, улучшая комфортность взаимоотношений всех участников образовательного процесса.

Кадровое обеспечение

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, Щербак Юлией Владимировной Образование - высшее, (МПСУ «Московский психолого-социальный университет », 2024).

Стаж работы в данном направлении.

Формы аттестации

Формой аттестации по дополнительной общеразвивающей программе стартового уровня «Русские народные подвижные игры» является *промежуточная аттестация* учащихся, которая проводится в конце учебного года (май) в виде командных состязаний. Промежуточная аттестация также учитывает участие в соревнованиях.

Для оценки результативности учебных занятий в программе используются следующие формы *контроля* универсальных учебных действий:

входной контроль (начальная диагностика) – осуществляется в начале учебного года. Задачами входного контроля - выявление уровня начальных показателей физической подготовки учащегося;

текущий контроль - осуществляется в конце каждого занятия для выявления уровня освоения материала, при этом объектом контроля являются: правильность исполнения, техничность, активность, уровень физической нагрузки, формами контроля являются: просмотр, анализ выполненного задания.

итоговый контроль(выходная диагностика) – проводится в конце учебного года (май). Задачами контроля являются выявление динамики прироста индивидуальных показателей физической подготовки учащегося, определение изменения в уровне развития творческих способностей по итогам освоения дополнительной общеразвивающей программы «Русские народные подвижные игры».

Формами отслеживания и фиксации образовательных результатов по программе при проведении текущего контроля универсальных учебных действий являются:

журнал посещаемости творческого объединения «Русские народные подвижные игры»;

материалы собеседования с учащимися по изученным разделам и темам дополнительной общеобразовательной программы;

отзывы родителей о работе творческого объединения.

Формами отслеживания и фиксации образовательных результатов программы при проведении промежуточной аттестации являются:

протоколы заседания аттестационной комиссии учреждения по проведению промежуточной аттестации учащихся;

протоколы по итогам соревнований и конкурсов учащихся на уровне учреждения и муниципальном уровне;

грамоты и дипломы учащихся;

отзывы родителей о работе творческого объединения.

Список литературы

Для педагога:

1. Барканов С.В. Формирование здорового образа жизни российских подростков. Учебно-методическое пособие /Владос, 2011.
2. Богданов Г.П., Утенов О.У. Система внеурочных занятий со школьниками оздоровительной физической культурой, спортом и туризмом, 2003.
3. Виноградов П.А. Физическая культура и здоровый образ жизни, 2011.
4. Гришина Т.Н. Приобщение детей к народной игровой культуре // Управление дошкольным образовательным учреждением. - 2005
5. Игнатьева В.Я. Гандбол: Пособие для институтов. Образовательные программы и методические материалы для реализации третьего дополнительного и урока физической культуры /Под ред. к.б.н. Э.И. Абрамова/Институт повышения квалификации и переподготовки работников образования Курганской области. – Курган, 2005.
6. Князева О.Л., Маханева М.Д. Приобщение детей к истокам русской народной культуры. Учебно-методическое пособие, 2006.
7. Константинов Ю.С. Туристическая игротка. Учебно-методическое пособие /Владос, 2000 г./ физической культуры, 2009.
8. Литвинов М.Ф. Русские народные подвижные игры. М.: Просвещение, 2006.
9. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет.- М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2011.

Для учащихся:

1. Богданов В.П. Будьте здоровы: Оздоровительная физическая культура, спорт и туризм в кружковой работе с молодежью и взрослыми: методическое пособие, 2010.
2. Васильков Г.А., Васильков В.Г. От игры - к спорту, 2005.
3. Железняк Ю.Д. Волейбол в школе, 2009.
4. Литвинова М.Ф. Русские народные игры. Москва, /Просвещение/ 2006.
5. Панкеев И. Русские народные игры. - Москва, 2008.

Интернет-источники:

1. <http://cnit.ssau.ru/do/articles/fizo/fizo1>
Информационные технологии обучения в преподавании физической культуры
2. <https://vashechudo.ru/raznoe/igry-i-konkursy-dlja-detei/igry-dlja-detei-zimoil>
Игры зимой.
3. <http://www.school.edu.ru>
Российский образовательный портал.