

Российская Федерация, Ставропольский край
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №30 «Белочка»

357560 г. Пятигорск, пос. Горячеводский, пр-т Советской Армии, 134, ИНН:2632058231,
ОГРН:1022601617565, КПП:263201001, e-mail: doy30@pjatigorsk.ru

Принято:
на педагогическом совете №6
от 25.08.2022г.



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 30 «Белочка»
У.С. Морозова

МБДОУ детский сад №30 "Белочка"
ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ПРОСТОЙ ЭЛЕКТРОННОЙ
ПОДПИСЬЮ
Заведующий Морозова У.С.

**Рабочая программа
дополнительного образования
«Подвижные игры народов России»**

I. Пояснительная записка

Подвижная игра - естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики.

Народные игры призваны донести до потомков национальный колорит обычаев, оригинальность самовыражения того или иного народа, своеобразие языка, формы и содержания разговорных текстов. В современном мире повсеместно и неуклонно происходит возрождение древней культуры всех народов, развиваются и совершенствуются национальные традиции в искусстве и литературе, содержащие в себе богатейшие фольклорные пласты, куда относятся и народные игры.

Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания. Радость движения сочетается с духовным обогащением детей. У них формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создается эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви и преданности Родине. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора; движения точны и образны, часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами, заманчивыми и любимыми детьми считалками, жеребьевками, потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший, неповторимый игровой фольклор.

На территории Северного Кавказа проживают разные народы, поэтому наблюдается интенсивное взаимопроникновение национальных культур, что связано с территориальным перемещением людей.

Направленность программы «Подвижные игры народов России»- физкультурно-спортивная.

Это направление особенно актуально в наши дни, так как подвижные игры в ДОУ являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности дошкольника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений. В этом возрасте они направлены на развитие творчества, воображения, внимания, воспитания инициативности, самостоятельности действий, выработку умения выполнять правила общественного порядка.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание,

память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

Сроки реализации и объем программы

Программа кружка «Подвижные игры народов России» рассчитана на 1 год, предназначена для детей в возрасте от 6 до 7 лет.

Общее количество занятий – 36 часа.

Недельная нагрузка - 30 минут в неделю.

Форма и режим занятий

Форма обучения: очная. Народные подвижные игры, имеющие многовековую историю, всегда были очень важны при воспитании, так как способствовали максимальному развитию у детей разнообразных двигательных навыков и умений, сноровки, необходимых во всех видах деятельности.

Правильно организованный игровой двигательный режим укрепляет здоровье, дает возможность добиться значительного улучшения показателей психофизической подготовленности учащихся, и, что особенно важно, благодаря ему физические способности детей развиваются гармонично.

Подвижные игры, включающие выполнение каких-либо физических упражнений (бег, удары, прыжки) в ответ на следующие друг за другом сигналы, могут эффективно использоваться для развития реактивности, резкости (способности быстро напрягать мышцы), быстроты (способности ускорять быстрое суставное движение).

К формам проведения подвижных игр относятся:

- сюжетные игры, преимущественно коллективные,
- бессюжетные подвижные игры,
- подвижные игры с элементами соревнования,
- игры большой, малой и средней подвижности

Подвижные игры обладают еще одним достоинством: играющие в зависимости от уровня физической подготовки сами регулируют интенсивность нагрузок, выбирая моменты для отдыха. Существует и негативная особенность подвижных игр. Их соревновательный характер приводит к значительному эмоциональному накалу, мобилизации всех сил и повышению работоспособности, играющие увлекаются и забывают об усталости. Хотя развитие выносливости и предполагает наступление утомления, но руководитель должен по внешним признакам не допускать его крайних форм и вовремя снизить интенсивность и объем нагрузок. Подвижные игры – хороший активный отдых после умственной деятельности

Методы обучения:

При обучении детей народным играм используются различные приемы наглядности.

К наглядно- зрительным приемам относят показ упражнений, использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, кинофильмы,

использование ИКТ, имитации (подражания, зрительных ориентиров, звуковых сигналов, помощи).

К тактильно-мышечным приемам относят непосредственная помощь педагога, наглядно-слуховые музыка, песни.

Приемы, относящиеся к словесному методу. Объяснения, пояснения, указания, беседа, вопросы к детям, подача команд, распоряжения, сигналы, образный сюжетный рассказ, словесная инструкция

Приемы, относящиеся к практическому методу. Повторение игр и упражнений без изменения и с изменениями, проведение упражнений в игровой форме, проведение упражнений в соревновательной форме.

Теоретический материал программы организовывается в форме бесед, до выполнения двигательной деятельности.

Практические упражнения объединяются в комплексы, которые периодически изменяются, обновляются.

Занятия проводятся интегрировано. При проведении занятий учтены особенности организма детей, его пониженные функциональные возможности. Поэтому индивидуальный подход должен быть одним из основных принципов организации занятий.

Методика обследования знаний подвижных игр и умений организации и самоорганизации детей старшего дошкольного возраста в них.

II. Цели и задачи программы.

Цель программы: формирование устойчивого, заинтересованного, уважительного отношения к культуре родной страны и культуре других стран; содействие укреплению и сохранению здоровья дошкольников; создание эмоционально положительной основы для развития патриотических чувств: любви и преданности к Родине.

Задачи программы:

Обучающие:

- научить детей играть активно и самостоятельно;
- обучение детей забытым народным играм, считалкам, другим жанрам устного народного творчества;
- познакомить с играми, традициями, историей и культурой разных народов;
- обучить правилам народных игр и других физических упражнений игровой направленности;
- прививать необходимые теоретические знания в области физической культуры, спорта, гигиены.

Развивающие:

- вырабатывать умение в любой игровой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения;

- приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение;
- проявлять инициативу;
- развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость;
- увеличивать функциональные возможности организма.

Воспитывающие:

- формировать потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями;
- прививать учащимся интерес и любовь к занятиям различным видам спортивной и игровой деятельности;
- воспитывать культуру общения со сверстниками и формировать навыки сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности;
- способствовать воспитанию нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно полезной и творческой деятельности

III. Содержание программы определено с учётом:

- возрастных, психофизиологических и индивидуальных особенностей учащихся, интересов и потребностей учащихся,
- тенденции развития воспитания и образования.

Перспективное планирование кружка

Месяц	Названия подвижной игры	Задачи (по подвижной игре)
Сентябрь		
	Русская народная игра 1. Мячик кверху	Формировать ловкость. Развивать ориентировку в пространстве.
	Русская народная игра 2. Ляпка	Формировать ловкость. Скоростные качества. Воспитывать чувства коллективизма.
	Русская народная игра 3. Заря	Воспитывать чувство коллективизма. Способствовать скоростным качествам.
	Русская народная игра 4. Коршун	Формировать скоростные качества. Чувства коллективизма. Ориентировку в пространстве.
Октябрь		
	Дагестанская народная игра	

	1. Выбей из круга	Формировать ловкость.
	Дагестанская народная игра 2. Надень папаху	Способствовать развитию координации и формировать скоростные качества.
	Дагестанская народная игра 3. Подними платок	Развивать музыкальность. Формировать скоростные качества.
	Дагестанская народная игра 4. Бег к реке	Способствовать скоростным качествам и ловкости
Ноябрь		
	Кабардино - балкарская народная игра 1. Журавли - журавли	Развивать ориентировку в пространстве. Чувство коллективизма.
	Кабардино - балкарская народная игра 2. Повелитель лунки	Способствовать ловкости. Воспитывать чувство ответственности
	Кабардино - балкарская народная игра 3. Под буркой	Развивать скоростные качества
	Кабардино - балкарская игра 4. Чын	Воспитывать чувство соревнования. Развивать чувства баланса.
Декабрь		
	Осетинская народная игра 1. Жмурки	Дойти до предмета с закрытыми глазами. Взять и вернуться. Развивать ориентировку в пространстве.
	Осетинская народная игра 2. Метания с плеча	Формировать ловкость и силу броска.
	Осетинская народная игра 3. Бынай ахст (метания снизу)	Формировать ловкость и силу броска
	Осетинская народная игра 4. Тохси (выбей из круга)	Задача участников выбить малые мячи из второго круга. Первый круг препятствия. Развивать ловкость
Январь		
	Узбекские - народные игры 1. Белый тополь зелёный луг.	Формировать коллективизм. Способствовать развитию силы рук и скоростные качества. Цепкость.
	Узбекские - народные игры	По принципу игры (пожарники)

	2. Медведь и пчелы (Айиклар ва асаларилар)	Формировать ловкость. Скоростные качества.
	Узбекская народная игра 3. Чай - чай.	Формировать ловкость и скоростные качества
	Узбекская народная игра 4. Пастух и козы	Формировать ловкость, ориентировку в пространстве.
Февраль		
	Азербайджанская народные игра 1. Белый мяч и черный мяч.	Формировать ловкость, ориентировку в пространстве.
	Азербайджанская игра 2. Со спины лошадки (Ат бели)	Формировать ловкость. Воспитывать доверительные качества к товарищу.
	Азербайджанская игра 3. Изюминка (Кишмиши)	Формировать ловкость. Чувство товарищества.
	Азербайджанская игра 4. Палочка - выручалочка	Способствовать скоростным качествам. Формировать ловкость. Развивать большую моторику рук.
Март		
	Молдавская народная игра 1. Лошадка	Формировать чувство коллективизма. Координацию движений.
	Молдавская народная игра 2. Яблоко	Формировать координацию движений. Способствовать ловкости.
	Таджикская народная игра. 3. Сбор тюльпанов	Формировать скоростные качества. Развивать реакцию.
	Таджикская народная игра 4. Прыгай через костер	Формировать прыгучесть.
Апрель		
	Таджикская народная игра 1. Хоккей на траве.	Формировать ловкость. Скоростные качества. Коллективизм.
	Армянская народная игра 2. Бросание палки (Райт кцопи)	Формировать координацию движений и скоростные качества.
	Армянская народная игра 3. Земля, вода, огонь, воздух.	Формировать внимание и ловкость.
	Армянская народная игра Дай руку (Тур дзеркт)	Формировать равновесие. Ориентировку в пространстве.
Май		
	Грузинская народная игра	Формировать ловкость.

	Игра с прутиками (Сахреоба)	Скоростные качества. Коллективизм.
	Грузинская народная игра Игра в лягушек (Бакакоба)	Формировать координацию движений и скоростные качества.
	Грузинская народная игра Мяч в кругу (Цребурти)	Формировать внимание и ловкость.
	Грузинская народная игра Снятие шапки (Кудис агеба)	Формировать равновесие. Ориентировку в пространстве.

Используемая литература:

1. Кенеман, А.В. Детские подвижные игры народов СССР / А.В. Кинеман - М.: Просвещение, 1988г.
2. Кузнецов, В.С., Колодницкий, Г.А. «Физическая культура. Упражнения и игры с мячами». Методическое пособие. М., НЦ ЭНАС. 2002.
3. Литвинова, М.Ф. «Русские народные подвижные игры». Под редакцией Русской, Л.В. М., Просвещение. 1986г.
4. Н. А. Тимошкина «Методика использования русских народных игр»;
5. Яковлев, В.Г. Подвижные игры / В.Г. Яковлев. М.: Просвещение, 1992.