Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Районный центр внешкольной работы»

РАССМОТРЕНА:	ПРИНЯТА:	УТВЕРЖДЕНА:
на заседании методического совета	на заседании педагогического совета	Приказом МБУДО «РЦВР»
Протокол №1 от 27.08.2024 г.	Протокол №1 от 28.08.2024 г.	№181 от 30.08.2024 г.

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности по народным спортивным играм детского объединения «Народные игры»

Срок реализации программы 1 год
Адресат программы: дети 7 – 10 лет

Автор программы:
Воронина Ирина Николаевна,
педагог дополнительного образования

п. Раздолье, 2024 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1	Пояснительная записка……..	3-4
2	Ожидаемые результаты освоения программы…….	5
3	Содержание программы…….	6-11
4	Методическое обеспечение программы…….	17
5	Материально-техническое обеспечение программы.....	17
6	Календарный учебный график……..	17
7	Оценочные материалы……	17

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Введение

Дополнительная общеразвивающая программа по спортивным народным играм физкультурно-спортивной направленности.

Данная программа разработана на основе примерной программы по физической культуре и на основе комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы: В.И. Лях, А. А. Зданевич.).

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств. Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т.д.

Особенность подвижных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер. В народных играх много юмора, шуток, задора; движения точны и образны; часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами заманчивыми и любимыми младшими школьниками считалками, жеребьёвками, потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший неповторимый игровой фольклор.

Актуальность программы

Актуальность программы заключается в том, что, знакомя учащихся с народными подвижными играми, через игровой фольклор расширяется и закрепляются знания обучающихся о русском народном творчестве, развивается их интерес к истокам русского народного творчества.

Актуальность программы обусловлена и тем, что сегодня много говорят о малоподвижном образе жизни школьников, что отрицательно сказывается на их здоровье, умственном, физическом и психологическом развитии. Русские народные игры в рамках дополнительного образования в значительной степени могут восполнить недостаток движения, а также помогут предупредить умственное переутомление и повысить работоспособность детей во время учёбы.

Практическая значимость данной программы заключается в том, что она создаёт условия возрождения народных подвижных игр и помогает делать досуг детей содержательным и полезным.

Новизна программы

Новизна программы заключается в том, что по форме организации образовательного процесса она является модульной.

Педагогическая целесообразность программы

В процессе реализации программы у детей вырабатывается бойцовский характер, упорство, здоровое желание быть лучше других, развивают лидерские качества. Групповые учат сплоченности, товариществу, взаимовыручке. Так как для большинства подвижных игр необходимо достаточно большое количество играющих, то игровой процесс, кроме следования правилам игры как таковой, включает в себя и постоянное общение со сверстниками, а значит, создаются благоприятные условия для успешной социальной адаптации формирующейся личности в будущем.

Разнообразные движения и действия, обычно выполняемые на свежем воздухе, то есть в благоприятных гигиенических условиях, оказывают на детей оздоровительное воздействие. Они способствуют укреплению нервной системы, двигательного аппарата, улучшению общего обмена веществ, повышению деятельности всех органов и систем организма ребенка и служат полезным средством активного досуга.

Цель и задачи программы

Цель: раскрытие и реализация творческого потенциала обучающихся путем приобщения их к народным подвижным играм.

Задачи:

1. Образовательные:

- дать знания о народных играх, о традициях, истории и культуре народа;
- обучить разнообразным правилам русских народных игр и других физических упражнений игровой направленности;
- познакомить с необходимыми теоретическими знаниями в области физической культуры, спорта, гигиены.

2. Воспитательные:

- сформировать потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями, ответственности за свое здоровье;
- привить интерес и любовь к занятиям различным видам спортивной и игровой деятельности;
- способствовать воспитанию культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности.

3. Развивающие:

- способствовать развитию физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости;
- способствовать гармоническому развитию функциональных систем организма обучающегося, повышение жизненного тонуса;
- способствовать повышению физической и умственной работоспособности.

Основные характеристики образовательного процесса

Возраст обучающихся: программа рассчитана на работу с детьми 7 - 10 лет. При реализации программы учитываются возрастные особенности детей, которым адресована программа.

Набор детей осуществляется на добровольных началах с учетом возможностей и интересов ребят.

Программа состоит из двух модулей и позволяет обучающемуся выбирать модуль или последовательно проходить обучение по всем модулям.

Наполняемость групп до 12 человек.

Сроки реализации: программа рассчитана на 1 год обучения

Режим занятий: занятия по модульному учебному курсу «Простые подвижные игры, игры-забавы» проходят один раз в неделю по 2 учебных часа, занятия по модульному учебному курсу «Сложные подвижные игры, игры с элементами соревнований» - один раз в неделю по 2 учебных часа. В течение занятия происходит смена видов деятельности.

Длительность одного учебного занятия 45 мин., перерыв – 10 мин.

Продолжительность образовательного процесса - 36 учебных недель (начало занятий 1 сентября, завершение 31 мая.

Объем учебных часов по программе: учебный модуль «Простые подвижные игры, игры-забавы» - 72 часа, учебный модуль «Сложные подвижные игры, игры с элементами соревнований» - 72 часа. При последовательном прохождении обучающимися всех учебных модулей объем учебных часов составит 144.

Формы обучения: очная

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по изучению игр являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:
- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при проведении игр, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и игровой деятельности;
- организовывать самостоятельную игровую деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места проведения игр;
- планировать и распределять нагрузку и отдых в процессе игровой деятельности;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта при использовании их в игровой деятельности.
- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Предметные результаты:

Предметные результаты освоения программы описаны в пояснительных записках модульных учебных курсов.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный модуль «Простые подвижные игры, игры - забавы»

В рамках данного модуля дети познакомятся с простыми подвижными играми: русскими народными играми, народов Сибири и Дальнего Востока, народов Коми, Бурятии, Карелии народов Кавказа, народов Украины, Белоруссии, народов Прибалтики.

Цель: раскрытие и реализация творческого потенциала обучающихся путем приобщения их к простым подвижным играм, играм-забавам.

Задачи:

- познакомить с простыми подвижными играми: русскими народными играми, народов Сибири и Дальнего Востока, народов Коми, Бурятии, Карелии народов Кавказа, народов Украины, Белоруссии, народов Прибалтики;
- обучить разнообразным правилам простых подвижных народных игр и других физических упражнений игровой направленности;
- привить необходимые теоретические знания в области физической культуры, спорта, гигиены.

Ожидаемые результаты освоения модуля:

будут знать:

- название и правила игры;

- особенности изучаемых игр, их национальный колорит;
- правила поведения и безопасности во время игр.

будут уметь:

- смогут выполнять различные физические упражнения в игровой ситуации;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами в различных изменяющихся, вариативных условиях;
- играть в простые подвижные народные игры.

Учебный план модульного курса:

№	Название раздела, темы программы модуля	Количество часов		Всего часов	Формы аттестации/контроля
		Теория	Практика		
1	**Раздел 1. Русские народные игры**	**5**	**5**	**10**	
1.1	Вас приглашает страна игр. Игры: «У медведя во бору», «Горелки»	1	1	2	
1.2	Какие бывают игры? Игры: «Краски», «Ручеек»	1	1	2	
1.3	Особенности русских подвижных игр. Игры: «Колдунчики»,«Пятнашки» .	1	1	2	
1.4	Игры: «Молчанка», «Жмурки»	1	1	2	
1.5	Правила игрока. Игры: «Гуси», «Ляпка».	1	1	2	Игровая программа
2	**Раздел 2. Игры народов Сибири и Дальнего Востока**	**5**	**5**	**10**	
2.1	Историческое наследие игр. Игры: «Перетягивание каната», «Борьба на палке».	1	1	2	
2.2	Корригирующая гимнастика. Игры: «Куропатки и охотники», «Солнце».	1	1	2	
2.3	Игры: «Ловля оленей», «Нанайская борьба».	1	1	2	
2.4	Игры: «Перетяжки», «Погоня за оленями».	1	1	2	
2.5	Традиции народных праздников. Игры: «Рыбаки и рыбки», «Смелые	1	1	2	соревнование

	ребята».				
3	**Раздел 3. Игры народов Коми, Бурятии, Карелии**	**5**	**5**	**10**	
3.1	Особенности игр Коми, Бурятии, Калмыкии. Игры: «Палочка – стукалочка», «Достань шапку».	1	1	2	
3.2	Дыхательная гимнастика. Игры: «Ищем палочку», «Догонялки».	1	1	2	
3.3	«Как игра помогает в жизненных ситуациях? Игры: «Биляша», «Мяч».	1	1	2	
3.4	Основы правильного питания. Игры: «Стой, олень», «Невод».	1	1	2	
3.5	Игры: «Погоня», «Сбей мячик».	1	1	2	Игровая программа
4	**Раздел 4. Игры народов Кавказа**	**5**	**5**	**10**	
4.1	Особенности кавказских игр. Игры: Палочка – выручалочка», «День и ночь»	1	1	2	
4.2	Игры: «Игра в лягушек», «Прятки»	1	1	2	
4.3	Игры: «Утушка», «Метание в корзину»	1	1	2	
4.4	Игры: «Погоня», «Сбей мячик»	1	1	2	
4.5	Упражнения в движении. Игры: «Отдай платочек», «Слепой медведь»	1	1	2	Игровая программа
5	**Раздел 5. Игры народов Украины, Белоруссии**	**5**	**5**	**10**	
5.1	Как измерить свой пульс? Игры: «Колдун», «Иванка».	1	1	2	
5.2	Игры: «Мельница», « Хромая уточка».	1	1	2	
5.3	Признаки утомления. Игры: «Жмурки», Посадка	1	1	2	

	картошки».				
5.4	Игры: «Колечко», « Подвижная цель»	1	1	2	
5.5	Игры: «Завладей палкой», « Колесо».	1	1	2	Игровая программа
6	**Раздел 6. Игры народов Прибалтики**	**5**	**5**	**10**	
6.1	Особенности игр народов Прибалтики. Игры: «Король мавров», «Черное и белое»	1	1	2	
6.2	Игры: «Тропинка», «Сбей мяч»	1	1	2	
6.3	Личная гигиена. Игры: «Цветы», «Ригу – рагу	1	1	2	
6.4	Игры: «Утро зайчика», «Погоня за лисицами»	1	1	2	
6.5	Игры: «Волки во рву», «Вернись в круг»	1	1	2	Игровая программа
7	**Раздел 7. Праздник любимых игр**	**6**	**6**	**12**	
7.1	Праздник любимых игр (Белоруссии)	1	1	2	
7.2	Праздники любимых игр (Украины)	1	1	2	
7.3	Праздники любимых игр (Прибалтики)	1	1	2	
7.4	Праздник любимых игр (русские народные).	1	1	2	
7.5	Праздники Любимых игр (народов Сибири)	1	1	2	
7.6	Праздники любимых игр (Карелии)	1	1	2	праздник
Итого по модулю		**36**	**36**	**72**	

Содержание обучения:

Раздел 1. Русские народные игры (10 час.)

Тема 1. Вас приглашает страна игр. Игры: «У медведя во бору», «Горелки»

Теория: Основы правил техники безопасности. Знания об основных правилах народных подвижных игр.

Практика: Подвижные игры

Тема 2. Какие бывают игры? Игры: «Краски», «Ручеек»

Теория: Экскурс в историю народных игр, показ видеофильмов.

Практика: Подвижные игры
Тема 3. Особенности русских подвижных игр. Игры: «Колдунчики»,«Пятнашки».
Теория: Беседа об особенностях русских народных игр.
Практика: Подвижные игры
Тема 4. Игры: «Молчанка», «Жмурки»
Теория: Объяснение правил
Практика: Подвижные игры
Тема 5. Правила игрока. Игры: «Гуси», «Ляпка».
Теория: Понятие о команде; цели, задачи команды, правило успеха, единый дух команды, командные виды спорта.
Практика: Подвижные игры
Раздел 2. Игры народов Сибири и Дальнего Востока (10 час.)
Тема 1. Историческое наследие игр. Игры: «Перетягивание каната», «Борьба на палке».

Теория: Беседа о историческом наследии игр
Практика: Подвижные игры
Тема 2. Корригирующая гимнастика. Игры: «Куропатки и охотники», «Солнце».
Теория: Беседа «Зачем нужна корригирующая гимнастика?»
Практика: Занятия гимнастикой. Подвижные игры
Тема 3. Игры: «Ловля оленей», «Нанайская борьба».
Теория: Правила игры
Практика: Подвижные игры
Тема 4. Игры: «Перетяжки», «Погоня за оленями».
Теория: Правила игры
Практика: Подвижные игры
Тема 5. Традиции народных праздников. Игры: «Рыбаки и рыбки», «Смелые ребята».
Теория: Традиции народных праздников
Практика: Подвижные игры
Раздел 3. Игры народов Коми, Бурятии, Карелии (10 час.)
Тема 1. Особенности игр Коми, Бурятии, Калмыкии. Игры: «Палочка – стукалочка», «Достань шапку».
Теория: Беседа «Особенности игр Коми, Бурятии, Калмыкии»
Практика: Подвижные игры
Тема 2. Дыхательная гимнастика. Игры: «Ищем палочку», «Догонялки».
Теория: Виды дыхательных гимнастик.
Практика: Подвижные игры. Проведение дыхательных гимнастик.
Тема 3. «Как игра помогает в жизненных ситуациях? Игры: «Биляша», «Мяч».
Теория: Беседа «Как игра помогает в жизненных ситуациях».
Практика: Подвижные игры
Тема 4. Основы правильного питания. Игры: «Стой, олень», «Невод».
Теория: Основы правильного питания.
Практика: Подвижные игры
Тема 5. Игры: «Погоня», «Сбей мячик».
Теория: Правила игры
Практика: Подвижные игры
Раздел 4. Игры народов Кавказа (10 час.)
Тема 1. Особенности кавказских игр. Игры: Палочка – выручалочка», «День и ночь»
Теория: История кавказских игр
Практика: Подвижные игры
Тема 2. Игры: «Игра в лягушек», «Прятки»
Теория: Правила игры
Практика: Подвижные игры
Тема3. Игры: «Утушка», «Метание в корзину»

Теория: Правила игры
Практика: Подвижные игры
Тема 4. Игры: «Погоня», «Сбей мячик»
Теория: Правила игры
Практика: Подвижные игры
Тема5. Упражнения в движении. Игры: «Отдай платочек», «Слепой медведь»
Теория: Беседа «Какие бывают упражнения?»
Практика: Разучивание упражнений. Подвижные игры
Раздел 5. Игры народов Украины, Белоруссии (10 час.)
Тема 1. Как измерить свой пульс? Игры: «Колдун», «Иванка».
Теория: Как измерить свой пульс?
Практика: Измерение пульса. Подвижные игры
Тема 2. Игры: «Мельница», « Хромая уточка».
Теория: Правила игры
Практика: Подвижные игры
Тема 3. Признаки утомления. Игры: «Жмурки», Посадка картошки».
Теория: Беседа « Как выявить признаки утомления?»
Практика: Подвижные игры
Тема 4. Игры: «Колечко», « Подвижная цель»
Теория: Правила поведения во время игр
Практика: Подвижные игры
Тема 5. Игры: «Завладей палкой», « Колесо».
Теория: Правила игры
Практика: Подвижные игры
Раздел 6. Игры народов Прибалтики (10 час.)
Тема 1. Особенности игр народов Прибалтики. Игры: «Король мавров», «Черное и белое»
Теория: Особенности игр народов мира.
Практика: Подвижные игры
Тема 2. Игры: «Тропинка», «Сбей мяч»
Теория: Правила поведения во время игры
Практика: Подвижные игры
Тема 3. Личная гигиена. Игры: «Цветы», «Ригу – рагу
Теория: Правила личной гигиены
Практика: Подвижные игры
Тема 4. Игры: «Утро зайчика», «Погоня за лисицами»
Теория: Правила игры
Практика: Подвижные игры
Тема 5. Игры: «Волки во рву», «Вернись в круг»
Теория: Правила игры
Практика: Подвижные игры
Раздел 7. Праздник любимых игр (12 час.)
Тема 1. Праздник любимых игр (Белоруссии)
Тема 2. Праздники любимых игр (Украины)
Тема 3. Праздники любимых игр (Прибалтики)
Тема 4. Праздник любимых игр (русские народные).
Тема 5. Праздники Любимых игр (народов Сибири)
Тема 6. Праздники любимых игр (Карелии)

Учебный модуль «Сложные подвижные игры, игры с элементами соревнований»

В рамках данного модуля дети познакомятся с различными сложными играми, а так же с играми в которых присутствует элемент соревнования. Научатся анализировать

свою и чужую деятельность в ходе игры.

Цель: раскрытие и реализация творческого потенциала обучающихся путем приобщения их к сложным подвижным играм, играм с элементами соревнований.

Задачи:

- познакомить со сложными подвижными играми, играми с элементами соревнований: русскими народными играми, народов Сибири и Дальнего Востока, народов Коми, Бурятии, Карелии народов Кавказа, народов Украины, Белоруссии, народов Прибалтики;
- обучить разнообразным правилам сложных подвижных народных игр и других физических упражнений игровой направленности.
- привить необходимые теоретические знания в области физической культуры, спорта, гигиены.

Ожидаемые результаты освоения модуля:

будут знать:

- название и правила игры;
- особенности изучаемых игр, их национальный колорит;
- правила поведения и безопасности во время игр.

будут уметь:

- смогут выполнять различные физические упражнения в игровой ситуации;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами в различных изменяющихся, вариативных условиях;
- играть в простые подвижные народные игры.

Учебный план модульного курса:

№	Название раздела, темы программы модуля	Количество часов		Всего часов	Формы аттестации/контроля
		Теория	Практика		
1	**Раздел 1. Русские народные игры**	**5**	**5**	**10**	
1.1	Игры: «Гонка мяча», «Мелечина – калечина».	1	1	2	
1.2	Игры: «Фанты», «Лапта»	1	1	2	
1.3	Игры: «Волк и гуси», «Веревочка»	1	1	2	
1.4	Обязательны ли правила для всех? Игры: «Салочки», «Большой мяч»	1	1	2	
1.5	Итоговое занятие: «Турнир русских подвижных игр»	1	1	2	турнир
2	**Раздел 2. Игры народов Сибири и Дальнего Востока**	**5**	**5**	**10**	
2.1	Особенности игр, их виды. Игры: «Здравствуй,	1	1	2	

	догони!», «Отбивка оленей»				
2.2	Игры: «Ручейки и озера», « Олени и пастухи»	1	1	2	
2.3	Игры: «Бег в снегоступах», «В ладоши»	1	1	2	
2.4	Культура общения в игровой деятельности. Игры: «Охота на куропаток», «Успей поймать».	1	1	2	
2.5	Эстафеты, конкурсы, аттракционы.	1	1	2	конкурсы
3	**Раздел 3. Игры народов Коми, Бурятии, Карелии**	**5**	**5**	**10**	
3.1	Как правильно организовать игру? Игры: «Ловля оленей», «Иголка, нитка, узелок».	1	1	2	
3.2	Корригирующая гимнастика Игры: « Табун», «Я есть».	1	1	2	
3.3	Игры: « Сиди-сиди Яша», «Я есть!»	1	1	2	
3.4	Игры: «Пятнашки на санках», «Петухи»	1	1	2	
3.5	Игровая программа «Веселые старты»	1	1	2	игровая программа
4	**Раздел 4. Игры народов Кавказа**	**5**	**5**	**10**	
4.1	Основные факторы, влияющие на здоровье. Игры: «Конно – спортивная игра», «Снятие шапки»	1	1	2	
4.2	Беговая разминка. Игры: «Изюминка», « Игра в лягушек»	1	1	2	
4.3	Особенности кавказских игр. Игры: «Конное поло», «Чья шеренга победит?».	1	1	2	
4.4	Связь подвижных и спортивных игр. Игры: « Земля, вода, воздух, огонь»,	1	1	2	

	«Взятие в плен»				
4.5	Соревнования по подвижным играм. «Веселые забавы»	1	1	2	соревнования
5	**Раздел 5. Игры народов Украины, Белоруссии**	**5**	**5**	**10**	
5.1	Самоконтроль. Игры: «Охотники и утки», «Заморозка»	1	1	2	
5.2	Игры: «Перетягивание», «Догони и коснись»	1	1	2	
5.3	Для чего нужен режим дня? Игры: «Гуси летят», «Сосед, подними руку»	1	1	2	
5.4	Упражнения в движении. Игры: «Догони меня», «Вернись в круг»	1	1	2	
5.5	Итоговое мероприятие: «Спортивные сказки»	1	1	2	мероприятие
6	**Раздел 6. Игры народов Прибалтики**	**5**	**5**	**10**	
6.1	Игра как средство здоровьесбережения. Игры: «Кольцо», «Птица без гнезда», «Король зверей»	1	1	2	
6.2	Дыхательная гимнастика. Игры: «Черное и белое», «Сторож»	1	1	2	
6.3	Игры: «Подвижная цель», «Перебежки»	1	1	2	
6.4	Игры: «Рысья тропа», «Останься в круге»	1	1	2	
6.5	Корригирующая гимнастика. Игры: «Ловля хорька», « Стая уток», «Путешественник»	1	1	2	игра
7	**Раздел 7. Праздник любимых игр**	**5**	**7**	**12**	
7.1	Праздники любимых игр (Д. Востока)	1	1	2	
7.2	Праздник любимых игр (Кавказа).	1	1	2	

7.3	Праздники любимых игр (Комби)	1	1	2	
7.4	Праздники любимых игр (Бурятии)	1	1	2	
7.5	Общешкольное мероприятие «Мир народных игр»	1	3	4	мероприятие
Итого по модулю		**36**	**36**	**72**	

Содержание обучения:

Раздел 1. Русские народные игры (10 час.)

Тема 1. Игры: «Гонка мяча», «Мелечина – калечина»

Теория: Основы правил техники безопасности. Знания об основных правилах народных подвижных игр.

Практика: Подвижные игры

Тема 2. Игры: «Фанты», «Лапта»

Теория: Техника безопасности при игре с битой. Правила игр

Практика: Подвижные игры

Тема 3. Игры: «Волк и гуси», «Веревочка»

Теория: Техника безопасности. Правила игр.

Практика: Подвижные игры

Тема 4. Обязательны ли правила для всех? Игры: «Салочки», «Большой мяч»

Теория: Презентация «Обязательны ли правила для всех?». Правила поведения при игре с мячом.

Практика: Подвижная игра

Тема 5. Итоговое занятие: «Турнир русских подвижных игр»

Теория: Обобщение раздела. Правила игры.

Практика: Подвижные игры

Раздел 2. Игры народов Сибири и Дальнего Востока (10 час.)

Тема 1. Особенности игр, их виды. Игры: «Здравствуй, догони!», «Отбивка оленей»

Теория: Особенности игр, их виды. Техника безопасности.

Практика: Подвижные игры

Тема 2. Игры: «Ручейки и озера», « Олени и пастухи»

Теория: Правила игр

Практика: Подвижные игры

Тема 3. Игры: «Бег в снегоступах», «В ладоши»

Теория: Техника безопасности во время игр.

Практика: Подвижные игры

Тема 4. Культура общения в игровой деятельности. Игры: «Охота на куропаток», «Успей поймать».

Теория: Культура общения в игровой деятельности. Правила игр.

Практика: Подвижные игры

Тема 5. Эстафеты, конкурсы, аттракционы.

Теория: Техника безопасности

Практика: эстафеты, конкурсы, аттракционы

Раздел 3. Игры народов Коми, Бурятии, Карелии (10 час.)

Тема 1. Как правильно организовать игру? Игры: «Ловля оленей», «Иголка, нитка, узелок»

Теория: Как правильно организовать игру. Техника безопасности во время игр.

Практика: Подвижные игры

Тема 2. Корригирующая гимнастика. Игры: « Табун», «Я есть».
Теория: Что такое корригирующая гимнастика. Правила игр.
Практика: Занятия корригирующей гимнастикой. Подвижные игры
Тема 3. Игры: « Сиди-сиди Яша», «Я есть!»
Теория: Техника безопасности во время игр.
Практика: Подвижные игры
Тема 4. Игры: «Пятнашки на санках», «Петухи»
Теория: Правила игр.
Практика: Подвижные игры
Тема 5. Игровая программа «Веселые старты»
Теория: Правила игр
Практика: Подвижные игры
Раздел 4. Игры народов Кавказа (10 час.)
Тема 1. Основные факторы, влияющие на здоровье. Игры: «Конно – спортивная игра», «Снятие шапки»
Теория: Основные факторы, влияющие на здоровье. Правила игр.
Практика: Подвижные игры
Тема 2. Беговая разминка. Игры: «Изюминка», « Игра в лягушек»
Теория: Как правильно размяться? Техника безопасности во время игр.
Практика: Беговая разминка. Подвижные игры
Тема 3. Особенности кавказских игр. Игры: «Конное поло», «Чья шеренга победит?».
Теория: Особенности кавказских игр. Правила игр.
Практика: Подвижные игры
Тема 4. Связь подвижных и спортивных игр. Игры: « Земля, вода, воздух, огонь», «Взятие в плен»
Теория: Связь подвижных и спортивных игр. Правила игр.
Практика. Подвижные игры с элементами соревнований
Тема 5. Соревнования по подвижным играм. «Веселые забавы»
Теория: Обобщение раздела. Правила игр
Практика: Подвижные игры с элементами соревнований
Раздел 5. Игры народов Украины, Белоруссии (10 час.)
Тема 1. Самоконтроль. Игры: «Охотники и утки», «Заморозка»
Теория: Что такое самоконтроль? Правила игр
Практика: Подвижные игры
Тема 2. Игры: «Перетягивание», «Догони и коснись»
Теория: Техника безопасности во время игр.
Практика: Подвижные игры
Тема 3. Для чего нужен режим дня? Игры: «Гуси летят», «Сосед, подними руку»
Теория: Для чего нужен режим дня? Правила игр.
Практика: Подвижные игры
Тема 4. Упражнения в движении. Игры: «Догони меня», «Вернись в круг»
Теория: Какие бывают упражнения во время движения? Правила игр.
Практика. Упражнения в движении. Подвижные игры
Тема5. Итоговое мероприятие: «Спортивные сказки»
Теория: Итоги раздела. Техника безопасности во время игр.
Практика: Подвижные игры
Раздел 6. Игры народов Прибалтики (10 час.)
Тема 1. Игра как средство здоровьесбережения. Игры: «Кольцо», «Птица без гнезда», «Король зверей»
Теория: Игра как средство здоровьесбережения. Правила игр.
Практика: Подвижные игры
Тема 2. Дыхательная гимнастика. Игры: «Черное и белое», «Сторож»
Теория: Дыхательная гимнастика. Правила игр.

Практика: Дыхательная гимнастика. Подвижные игры
Тема 3. Игры: «Подвижная цель», «Перебежки»
Теория: Техника безопасности во время подвижных игр.
Практика: Подвижные игры
Тема 4. Игры: «Рысья тропа», «Останься в круге»
Теория: Правила игр
Практика: Подвижные игры
Тема 5. Корригирующая гимнастика. Игры: «Ловля хорька», « Стая уток», «Путешественник»
Теория: Корригирующая гимнастика. Техника безопасности во время подвижных игр.
Практика: Корригирующая гимнастика. Подвижные игры.
Раздел 7. Праздник любимых игр (12 час.)
Тема 1. Праздники любимых игр (Д. Востока)
Тема 2. Праздник любимых игр (Кавказа)
Тема 3. Праздники любимых игр (Комби)
Тема 4. Праздники любимых игр (Бурятии)
Тема 5. Общешкольное мероприятие «Мир народных игр»

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Методы, используемые на занятиях:

- словесный (устное изложение, беседа, рассказ и т. д.);
- наглядный: показ иллюстраций;
- объяснительный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивный – обучающиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности.

Форма организации учебного занятия: рассказ, беседа, практическое занятие, игровое занятие. В процессе обучения по данной программе используются следующие педагогические технологии: здоровьесберегающие технологии, технологии игровой деятельности.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Помещения, необходимые для реализации программы**:**
1.1. Спортивный зал
2. Оборудование, необходимое для реализации программы:
2.1. Спортивный инвентарь (стойки, маты, скакалки, гимнастические скамейки, мячи)
2.2. Спортивная форма

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Для отслеживания динамики освоения данной дополнительной общеразвивающей программы и анализа результатов образовательной деятельности разработан педагогический мониторинг. Мониторинг осуществляется в течение всего учебного года и включает первичную текущий и итоговый контроль. Текущий контроль осуществляется в процессе освоения обучающимися содержания компонентов какой-либо части (темы/раздела) учебного плана. Форма проведения – игровые программы, мероприятия, соревнования, конкурсы. Итоговый контроль выставляется с учетом результативности участия в итоговых конкурсах и мероприятиях.

Формы предъявления результатов обучения:

- фотоальбомы;
- видеохроника;
- отчетная документация.