

Ардатовский муниципальный район
Муниципальное образовательное учреждение
«Ардатовская средняя школа №1»

Принята на заседании
педагогического совета
протокол №14 от 24.08. 2017г

Утверждена
приказом директора школы
№206 от 1. 09. 2017г

Дополнительная общеобразовательная программа

«НАРОДНЫЕ ИГРЫ»

Возраст обучающихся -7-8 лет.

Срок реализации программы- 1 год.

Автор-составитель – Е.С. Денисов, учитель физкультуры, 1 кв.категория

р.п. Ардатов
2017г.

Оглавление.

1. Пояснительная записка -3 стр.
2. Учебно-тематический план-8стр.
3. Содержание изучаемого курса-8стр.
4. Методическое обеспечение-10 стр.
5. Список литературы-11стр.

Пояснительная записка

Программа рассчитана на детей 7-8 лет. Срок реализации 1 год с часовой недельной нагрузкой.

Народные игры – естественный спутник жизни, ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Народные игры являются одним из традиционных средств педагогики.

Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку находчивость, волю, стремление к победе.

Народные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине; ее культуре и наследию.

По содержанию все спортивные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Направленность дополнительной программы

Физкультурно-спортивная.

Новизна программы

Программа полностью построена на играх, с учетом изучаемых лексических тем и возрастных особенностей детей, включающих самые разнообразные двигательные действия, создающих целостную систему обучения, доступных для взрослых и детей. Данные игры способствуют обогащению двигательного опыта детей, совершенствованию навыков основных видов движений на основе их высокой степени повторяемости в различных играх, воспитанию морально-волевых качеств личности, а также активизируют мыслительную деятельность ребенка: тренируют внимание, уточняют имеющиеся представления, понятия, развивают воображение, память, сообразительность.

Актуальность программы: давно забытые русские народные игры, а они являются неотъемлемой частью патриотического воспитания детей. В русских народных играх сохранились особенные черты русского характера.

Знакомя детей с русскими народными играми, мы через игровой фольклор расширяем и закрепляем знания детей о русском народном творчестве.

Развиваем в них духовный творческий патриотизм, интерес к истокам русского народного творчества. Сохранение и возрождение национальной культуры является одной из первостепенных задач. Чтобы у ребенка сформировалось чувство любви к Родине, необходимо воспитывать у него эмоционально положительное отношение к тем местам, где он родился и живет, развивать умение видеть и понимать их красоту, желание узнавать о них больше, формировать стремление оказывать посильную помощь людям, которые его окружают, воспитывать в детях толерантность. Поэтому надо

помнить, что народные игры как жанр устного народного творчества являются национальным богатством, и мы должны сделать их достоянием наших детей. Игра – это школа воспитания. В ней свои «учебные предметы». Одни из них развивают у детей ловкость, меткость, быстроту и силу; другие учат премудростям жизни, добру и справедливости, чести и порядочности, любви и долгу. Игра формирует высокую нравственность.

Педагогическая целесообразность

В педагогической науке подвижные игры рассматриваются как важнейшее средство всестороннего развития ребенка. Подвижную игру можно назвать важнейшим воспитательным институтом, способствующим развитию физических и умственных норм, правил поведения, этических ценностей общества, а национальные подвижные игры прививают ребенку культурное наследие его окружающего общества и подготавливают к выходу в большой мир. В игре формируются честность, дисциплинированность, чувство справедливости. Подвижная игра учит искренности, товариществу. В коллективных играх выявляются дети-организаторы, дети-вожаки, умеющие упорно стремиться к цели, увлекать за собой других. Умелое, вдумчивое руководство игрой со стороны педагога способствует воспитанию активной творческой личности, формируют в детях характер, волю, воспитывают патриотические, интернациональные чувства. Большое значение имеют подвижные игры и для нравственного воспитания. Дети учатся действовать в коллективе, подчиняться общим требованиям. В играх совершенствуется эстетическое восприятие мира. Дети познают красоту движений, их образность, у них развивается чувство ритма.

Игра как средство воспитания.

Развитие подвижных игр в воспитательных целях связано с образом жизни людей. В играх отражаются особенности психического склада народностей, идеология, воспитание, уровень культуры и достижения науки

Кроме того, некоторые игры приобретают определенный оттенок в зависимости от географических и климатических условий.

Игра в жизни ребенка.

Игры предшествуют трудовой деятельности ребенка. Он начинает играть до того, как научится выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы.

Таким образом, игровая двигательная деятельность не является врожденной способностью, свойственной младенцу с первых дней его существования.

Предпосылками игровой деятельности в онтогенезе служат рефлексy.

Двигательная игровая деятельность возникает в жизни ребенка условно рефлекторным путем, при тесной взаимосвязи первой и второй сигнальных систем. Она формируется и развивается в результате общения ребенка с внешним миром. При этом большое значение имеет воспитание как организованный педагогический процесс.

Оздоровительное значение подвижных игр.

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного

аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей и подростков. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела, игры.

Цель программы: создание условий для развития интереса к спортивным играм через включения детей в совместную деятельность.

Задачи:

- способствовать расширению кругозора учащихся;
- содействовать взаимодействию взаимопониманий;
- развивать умения ориентироваться в пространстве;
- развивать познавательный интерес, воображение, память, мышление, речь;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать активность и самостоятельность;
- активизировать двигательную деятельность детей.

Универсальные учебные действия.

- **Универсальными компетенциями** учащихся по курсу «Народные игры» являются:
 - умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её 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.
- **Личностными результатами** освоения учащимися содержания курса 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 по курсу «Народные игры» являются следующие умения:
 - характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
 - находить ошибки при выполнении учебных заданий, 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 занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
- **Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы по курсу «Народные игры» являются следующие умения:
- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Отличительная особенность

Отличительной особенностью этой программы от уже существующих в том, что для её освоения не требуется специальных первоначальных знаний и умений, все необходимые для результатов действия получаются учащимися в процессе обучения.

Возраст детей участвующих в реализации дополнительной общеобразовательной программы - 7 - 8 лет.

Сроки реализации образовательной программы 1 год (36 часов, 1 час в неделю).

Продолжительность занятий – 45 минут.

Форма занятий: сюжетно- ролевая игра, игра- соревнование, игровая, комбинированная.

Для первого и второго класса программой предусматривается преимущественно такие подвижные игры, в которых нет деления играющих на группы, команды (“ Гуси – лебеди”, “Совушка”, “ Два Мороза”). Здесь многие игры имеют определенный сюжет и включают подражательные движения. Это в значительной степени облегчает понимание содержания и правил игры, а также способствует повышению эмоциональности и творческих проявлений детей.

Для третьего и четвертого класса программой предусматривается преимущественно такие как бессюжетные народные подвижные игры типа ловишек, перебежек очень близки к сюжетным - в них лишь нет образов, которым дети подражают, все остальные компоненты те же: наличие правил, ответственных ролей (ловишек, салок), взаимосвязанные игровые действия всех участников. Эти игры, так же как и сюжетные, основаны на простых движениях, чаще всего беге в сочетании с ловлей и прятаньем и т. п. Такие игры доступны и младшим и старшим школьникам.

Однако следует учесть, что бессюжетные игры требуют от детей большей самостоятельности, быстроты и ловкости движений, ориентировки в пространстве, чем сюжетные. Это объясняется тем, что игровые действия в них связаны не с разыгрыванием сюжета, где возможно сочетание разных движений и их чередование, а с выполнением конкретного двигательного задания. Условия выполнения такого задания определяются правилами.

Поскольку правила требуют от участников довольно быстрых и ловких действий, наибольшее распространение бессюжетные игры имеют в среднем и старшем дошкольном возрасте, с малышами могут быть проведены лишь самые элементарные формы игр этого вида. В основе таких игр лежит выполнение определенных двигательных заданий в соответствии с простейшими правилами.

В программе для I-II класса есть также игры с элементами соревнования, готовящие детей к простейшим командным играм (“ Гонка мячей”, “Мяч среднему”).

Ожидаемый результат

- Укрепление здоровья детей, формирования у них навыков здорового образа жизни.
- Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр
- Развитие умений работать в коллективе, лидерских качеств
- Формирования у детей и уверенности в своих силах.
- Умение применять игры в самостоятельных занятиях.

За участие во всех мероприятиях учащиеся получают игровые, спортивные бонусы.

В конце учебного года выявляются победители, набравшие наибольшее: количество бонусов и награждаются медалями, грамотами школы. Спортивные бонусы даются за хорошую игру, за сообразительность, дисциплину во время игры, взаимовыручка, активная помощь команде, за хорошую посещаемость, а также за конкурсы, плакаты, участие в школьных и районных, соревнованиях.

Учебный план

№ П/П	Раздел	Количество часов		
		Всего	Теория	Практ.
1.	Игры с элементами общеразвивающих упражнений	4	1	3
2.	Игры с бегом на скорость	5	1	4
2.1	Игры с прыжками в высоту с места	5	1	4
2.2	Игры с метанием на дальность	4	1	3
2.3	Эстафеты с лазанием и перелезанием	6	1	5
2.4	Игры с различными предметами: с мячами, гимнастическими снарядами	6	1	5
3.	Игры на улице	6	1	5
3.2	Итого:	36	7	29

Содержание программы

В первую группу игр входят русские народные игры, отражающие отношение человека к природе. При использовании игр этой группы у ребенка формируется бережное отношение к родной природе.

Во вторую группу - игры, отражающие быт русского народа. Дети, знакомясь с этой группой игр, узнают образ жизни их предков, какую работу они выполняли в быту.

В третью группу входят русские народные игры, отражающие жизнь русских детей. Школьники знакомятся с играми и развлечениями русских детей, живших в древности.

В четвертую группу - отражающие русские народные состязания. При использовании этой группы игр формируется чувство патриотизма и гордости за родное Отечество. Дети знакомятся с наиболее значимыми

победами русского народа, с именами русских богатырей, с системой их подготовки, сами получают возможность посостязаться, помериться силами. Все игры структурированы по мере двигательной активности.

В первый структурный элемент игр включены игры, согласно интенсивности движений: малой, средней, высокой интенсивности;

Ко второму структурному элементу относятся русские народные игры с бегом, прыжками, метаниями, ходьбой, плаванием и другими видами движений;

В третьем структурном элементе обобщены игры по степени их сложности, и делятся на простые, переходные, командные. Так, простые это игры, в которых каждый участник, соблюдая правила, борется за одного себя. Вся игровая деятельность в них направлена на личное совершенствование, на достижение личного превосходства над другими в ловкости, меткости, силе и других качествах. В играх главное значение приобретает личная инициатива и умение использовать свои личные качества, двигательные возможности. В переходных играх играющие отстаивают свой интерес в первую очередь, но иногда, по личному желанию, помогают товарищам, выручая их. В командных играх играющие составляют отдельные коллективы – команды, которые характеризуются совместной деятельностью, направленной на достижение общей цели.

В четвёртый структурный элемент включены игры с водящим, без водящего, с предметами, без предметов, разговорные, сюжетные;

Пятый структурный элемент скомпонован по кондиционным и координационным качествам, преимущественно проявляемым в игре. Сюда входят игры, способствующие преимущественному воспитанию быстроты, силы, координации и другим физическим качествам.

Игры шестого структурного элемента используются в подготовительной, основной или заключительной частях занятий.

При систематизации русских народных игр были учтены задачи, поставленные в вариативной части комплексной программы физического воспитания.

Методическое обеспечение программы.

Практические упражнения объединяются в комплексы, которые периодически изменяются, обновляются; широко применяются упражнения с использованием различных предметов и снарядов.

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

В ходе занятий учащиеся учатся оценивать свою и чужую деятельность с точки зрения законов природы. А это первый шаг к формированию привычек ведения здорового образа жизни.

Русские народные игры поделены на разделы, по характеристикам игр. Здесь есть игры, отражающие отношение человека к природе, ведь народ всегда трепетно относился к природе, берёг её, прославлял. Есть игры, которые воспитывают доброе отношение к окружающему миру. Сюда относятся народные игры: «Гуси-лебеди», «Волк во рву», «Волк и овцы», «Вороны и воробьи», «Змейка», «Зайцы в огороде», «Пчелки и ласточки», «Кошки-мышки», «У медведя во бору» и их различные варианты.

С историческим наследием русского народа знакомят игры, отражающие повседневные занятия наших предков. Это народные игры: «Дедушка-рожок», «Домики», «Ворота», «Встречный бой», «Заря», «Корзинки», а также различные их варианты.

С большим интересом школьники знакомятся с играми сверстников прошлых столетий. К этим играм относятся: «Бабки», «Городки», «Горелки», «Городок-бегунок», «Двенадцать палочек», «Жмурки», «Игровая», «Кто дальше», «Ловишка», «Лапта», и др.

Возможность помериться силой и ловкостью появляется у ребят при изучении игр, которые отражают стремление детей стать сильнее, победить всех. Как тут не вспомнить о легендарных русских богатырях, которые не уступали ранее в популярности современным киногероям. Здесь применяются игры: «Единоборство» (в различных положениях, с различным инвентарем), «Достань камешек», «Перетяни за черту», «Борющаяся цепь», «Цепи кованы», «Перетягивание каната», «Перетягивание прыжками», «Вытолкни за круг». «Защита укрепления», «Сильный бросок», «Каждый против каждого», «Бои на бревне» и их различные варианты. Эти игры подразумевают знакомство детей с историей возникновения каждой из игр.

Материально-техническое обеспечение программы:

- гимнастическая дорожка (8 матов);
- 5 теннисных мячей;
- 5 гимнастических обручей;
- 10 гимнастических палок;
- 1 мячей – прыгунок;
- 10 скакалок;
- 10 флажков

Список литературы.

1. Барканов С.В. Формирование здорового образа жизни российских подростков. Учебно-методическое пособие /Владос, 2001.
2. Богданов Г.П., Утенов О.У. Система внеурочных занятий со школьниками оздоровительной физической культурой, спортом и туризмом, 1993.
3. Богданов В.П. Будьте здоровы: Оздоровительная физическая культура, спорт и туризм в кружковой работе с молодежью и взрослыми: методическое пособие, 1990.
4. Григорьев Д.В., Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор, М.: Просвещение, 2011г.
5. Пягай Л.П. / ТГПИ им. Д.И. Менделеева. – Тобольск, 2003.
6. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика, 1989.
7. Смолевский В.М., Ивлиев Б.К. Нетрадиционные виды гимнастики, 1992 г и др.