

Принято на заседании
пед.совета школы
Протокол № 01
от 31.08.2021 г.

Утверждена
приказом директора
Приказ № 83
от 31.08.2021 г.

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Горевская средняя общеобразовательная школа»
Уренского муниципального округа
Нижегородской области**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«ИгРусичи»

Спортивно-оздоровительное направление

Возраст учащихся 8-9 лет

Срок реализации - 1 год

Автор: педагог дополнительного образования,
учитель начальных классов
Смирнова Светлана Николаевна

сБольшое Горево, 2021г.

Пояснительная записка

Подвижная игра — естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Исполнок 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. Народные подвижные игры влияют на воспитание нравственных чувств, развитие сообразительности, быстроты реакции, физически укрепляют ребенка. Через игру воспитывается чувство ответственности перед коллективом, умение действовать в команде.

Педагоги высоко оценивают значение народных игр. Так, П. Ф. Лесгафт именно народные игры положил в основу своей системы физического образования. К. Д. Ушинский считал эти игры наиболее доступным «материалом» для детей. В их структуре выделяются единая цель и одноплановость действия, что обуславливает классическую простоту народной игры. Благодаря своей образности они увлекают детей младшего школьного возраста.

Народные игры — это исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, обладающей различными характерными особенностями у разных народностей и в разных регионах. Русские народные игры имеют многовековую историю, они сохранились и дошли до наших дней из глубокой старины, передавались из поколения в поколение, вбирая в себя лучшие национальные традиции. Игры издавна служили средством самопознания, люди проявляли в них свои лучшие качества: доброту, благородство, взаимовыручку, самопожертвование.

Ценны русские народные игры и в педагогическом отношении, поскольку оказывают большое влияние на воспитание ума, характера, воли, развивают нравственные чувства, физически укрепляют ребенка, создают определенный духовный настрой, интерес к народному творчеству.

По своему характеру русские народные игры весьма многообразны: детские игры, настольные игры, хороводные игры для взрослых с народными песнями, прибаутками, плясками.

Другая особенность русских народных игр — непременно двигательные действия в их содержании (бег, прыжки, метание, броски, передача и ловля мяча, сопротивление и др.), мотивированные сюжетом. Специальной физической подготовленности участникам обычно при этом не требуется, но хорошо физически развитые игроки получают определенное преимущество в ходе такой игры (так, в лапте хорошо ловящего мяч ставят в поле у линии кона, а хорошо бьющего выбирают капитаном и дают ему право дополнительного удара по мячу). Немаловажно отметить и то, что русские народные игры представляют собой сознательную инициативную деятельность, направленную на достижение условной цели, установленной правилами игры, которая складывается на основе русских национальных традиций и учитывает культурные, социальные и духовные ценности русского народа в физкультурном аспекте деятельности.

В публикуемую ниже программу включены подвижные игры, разнообразные по своему содержанию, тематике и организации, которые можно проводить как в теплое, так и в холодное время

года. В ней представлены также игры малой подвижности, пригодные для проведения в ненастную погоду на ограниченной площадке.

Педагог, творчески используя игру как эмоционально-образное средство влияния на детей, пробуждает в них интерес, воображение, добиваясь активного выполнения игровых действий. В ходе игры он привлекает внимание участников к ее содержанию, следит за точностью движений, которые должны соответствовать правилам, за дозировкой физической нагрузки, дает краткие указания, поддерживает и регулирует эмоционально-положительное настроение взаимоотношения играющих, приучает их ловко и стремительно действовать в создавшейся игровой ситуации, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели и при этом испытывать радость. Одним словом, задача педагога заключается в том, чтобы научить детей самостоятельно и с удовольствием играть.

Объясняя новую народную игру, в которой есть зачин (считалка, певалка или жеребьевка), взрослому не следует предварительно разучивать с детьми его текст, разумнее ввести его в ход игры неожиданно. Такой прием доставит детям большое удовольствие и избавит их от скучного трафаретного знакомства с игровым элементом. Ребята, вслушиваясь в ритмичное сочетание слов, при повторении игры легко запоминают зачин.

Объяснение новой игры может проходить по-разному, в зависимости от ее вида и содержания. Так, несюжетная игра объясняется кратко, лаконично, эмоционально выразительно. Педагог делает сообщение о ее содержании, последовательности игровых действий, расположении игроков и атрибутов, правилах игры, после чего он может задать один-два уточняющих вопроса для того, чтобы убедиться, что дети поняли его правильно. Основная часть времени предоставляется конкретным игровым действиям детей. В конце игры следует положительно оценить поступки тех ребят, кто проявил определенные качества: смелость, ловкость, выдержку, товарищескую взаимопомощь.

Для сюжетной народной игры вариант представления игры выбирает педагог. Так, он может предварительно рассказать о жизни народа, в чью игру детям предстоит играть, показать иллюстрации, предметы быта и искусства, заинтересовать участников национальными обычаями, фольклором. Или можно образно, но кратко рассказать о сюжете игры, пояснить роль водящего в ней, дать прослушать диалог, если он имеется («Гуси-лебеди», «Редьки», «Мак», «Ястреб и утки» и т. д.), и перейти к распределению ролей, которое, помимо применения считалок, проходит иногда путем назначения водящего в соответствии с педагогическими задачами (поощрить и активизировать застенчивого ребенка или, наоборот, показать на примере активного, как важно быть смелым и ловким; отклонить просьбу самоуверенного ребенка и включиться в игру самому воспитателю с целью показать ответственность роли водящего, от действий которого зависит, например, правильность ориентировки в пространстве всех игроков). Народные игры в комплексе с другими воспитательными средствами представляют собой основу начального этапа формирования гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство. Работая с детьми, педагогу необходимо помнить, что впечатления детства глубоки и неизгладимы в памяти взрослого человека. Они образуют фундамент для развития его нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно полезной и творческой деятельности.

Народные игры весьма вариативны в возрастном отношении, но наиболее привлекательны и доступны для освоения младшими школьниками, так как соответствуют психологическим особенностям детей этого возраста: обладают эмоциональной насыщенностью и способны активизировать интеллектуальную сферу ребенка.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа разработана на основе программы внеурочной деятельности «ИГРУСИЧИ» (автор М.К.Приятелева, старший преподаватель кафедры начального образования ГБОУ ДПО НИРО // сборник программ «Организация внеурочной деятельности младших школьников», НИРО, 2011)

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Для формирования российской идентичности используются игры, отражающие отношение человека к природе. Русский парод всегда трепетно относился к природе, берег ее, прославлял. Среди игр, которые воспитывают доброе отношение к окружающему миру, можно назвать: «Гуси-лебеди», «Волк во рву», «Волк и овцы», «Вороны и воробьи», «Змейка», «Зайцы в огороде», «Пчелки и ласточки», «Кошки-мышки», «У медведя во бору», «Коршун и наседка», «Стадо», «Хромая лиса», «Филин и пташки», «Лягушата», «Медведь и медовый пряник», «Зайки и ежи», «Ящерица», «Хромой цыпленок», «Оса» и их различные варианты.

С историческим наследием русского народа знакомят игры, отражающие повседневные занятия наших предков: «Дедушка-рожок», «Домики», «Ворота», «Встречный бой», «Заря», «Корзинки», «Каравай», «Невод», «Охотники и утки», «Ловись рыбка», «Птицелов», «Рыбаки», «Удочка», «Продаем горшки», «Защита укрепления», «Захват флага», «Шишки, желуди, орехи», а также различные их варианты.

Игры, в которых надо проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию: «Бабки», «Городки», «Горелки», «Городок-бегунок», «Двенадцать палочек», «Жмурки», «Игровая», «Кто дальше», «Ловишка», «Лапта», «Котлы», «Ляп-ка», «Пятнашки», «Платочек-летуночек», «Считалки», «Третий — лишний», «Чижик», «Чехарда», «Кашевары», «Отгадай, чей голосок», «Веревочка под ногами» и др.

Возможность помериться силой и ловкостью, стремление детей стать сильнее, победить появляется при проведении игр: «Единоборство» (в различных положениях, с различным инвентарем), «Тяни в круг», «Бой петухов», «Достань камешек», «Перетяни за черту», «Тяни за булавы», «Борющаяся цепь», «Цепи кованы», «Перетягивание каната», «Перетягивание прыжками», «Вытолкни за круг», «Защита укрепления», «Сильный бросок», «Каждый против каждого», «Бои на бревне» и их различных вариантов.

Программа предполагает знакомство детей с историей возникновения каждой из игр.

Программа знакомит обучающихся с русскими народными играми, игровыми ситуациями, в которых отражаются национальные аспекты и истоки самобытности культуры русского народа. Процесс формирования первичных умений и навыков при этом неразрывно связывается с задачей развития умственных и физических способностей детей.

В основе учебного материала — группы игр, объединенных по определенным признакам:

- по отраженным в играх аспектам национальной культуры (отношение к окружающей природе, быт русского народа, игры русских детей, борьба добра против зла);
- по интенсивности используемых в игре движений (игры малой, средней и высокой интенсивности);

- по содержанию и сложности построения игры (простые, переходящие, командные);
- по способу проведения (с водящим, без водящего, с предметами, без предметов, ролевые, сюжетные);
- по физическим качествам, преимущественно проявляемым в игре (игры, способствующие воспитанию силы, выносливости, ловкости, быстроты, гибкости).

Цель: удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в интеллектуальном и нравственном развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом.

Задачи:

- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся;
- обеспечение гражданско-патриотического воспитания учащихся;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития и творческого труда учащихся;

Ожидаемые результаты

Дети должны знать :

- историю возникновения русских народных игр;
- правила проведения игр, эстафет и праздников;
- основные факторы, влияющие на здоровье человека;
- основы правильного питания;
- правила поведения во время игры.

Должны уметь :

- выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость);
- проявлять смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;
- применять игровые навыки в жизненных ситуациях.

Теоретический материал программы разделён на темы, сообщение знаний организовывать в форме бесед (групповых или индивидуальных) до, после или в процессе выполнения двигательной деятельности.

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

Занятия проводятся интегрировано. Индивидуальный **подход** - один из основных принципов организации занятий.

2. Учебный план

№ п/п	Раздел	Количество часов	Формы промежуточной аттестации
1	Игры для формирования правильной осанки	10	Игра «Угадай игру»
2	Общеразвивающие игры	9	Игра «Угадай игру»
3	Хороводные игры	14	Игра «Угадай игру»
4	Праздник «Мы - русичи»	1	
	Итого	34	

3. Рабочая программа. Тематическое планирование 1 год обучения

№ п/п	Содержание	Количество часов		
		Всего	Теория час	Практика час
1	Вводное занятие «Игры, в которые играли наши предки», игры для формирования правильной осанки. Инструктаж по ТБ	1	0,5	0,5
Игры для формирования правильной осанки				
2	Игры со скакалками. «Бег со скакалкой».	1	0,5	0,5
3	Игры с бегом «Поезд», «Бег спиной».	2	0,5	1,5
4	Игры с прыжками «Светофор», «Прохождение болота».	2	0,5	0,5
5	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча «Попади в цель», «Вышибалы», «Блуждающий мяч».	2	0,5	1,5
6	Игры с лазанием и перелезанием «Тоннель», «Полоса препятствий» .	2	0,5	1,5
Общеразвивающие игры				
7	Игры для развития внимания «Я иду в поход», «Крокодил».	2	0,5	1,5
8	«Испорченный телефон», «Иголка и нитка».	2	0,5	1,5
9	Игры с разными предметами «Спасательный круг», «Эстафета».	2	0,5	1,5
10	Игры с камешками, шариками и палками. «Городки», «Эстафета».	2	0,5	1,5
Хороводные игры				
11	Хороводные игры «У медведя во бору», «Краски».	2	0,5	1,5
12	Игры в помещении «Сиамские близнецы», «Подарки».	2	0,5	1,5
13	Русские народные игры «Пчёлки и ласточка», «Блуждающий мяч».	2	0,5	1,5
14	Подвижные игры «Чёрное и белое», «Липкие пеньки».	2	0,5	1,5
15	Игра «Троллейбус», «Паутинка».	2	0,5	1,5
16	Игры-взбодрячки «Австралийский дождь», «Идёт бычок, качается».	2	1	1
17	Игры-шутки «Луноход», «Динозавр».	2	0,5	1,5
18	Праздник «Мы - русичи»	1	0,5	0,5
	Итого	34	9	25

4. Содержание программы

1. **Вводное занятие** «Игры, в которые играли наши предки», игры для формирования правильной осанки. Инструктаж по ТБ

Игры для формирования правильной осанки.

2. Игры со скакалками.
«Найди жгут», «Скакалочка», «Люлька», «Удочка».
3. Игры с бегом.
«Дорожки», «Караси и щука», «Змейка», «Пятнашки обыкновенные», «Салки», «Городок-бегунок».
4. Игры с прыжками.
«Кто дальше», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Болото».
5. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча.
«Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки», «Лови мяч», «Колодка», «Зевака».
6. Игры с лазанием и перелезанием.
«Распутай веревочку», «Защита укрепления», «Кошки-мышки», «Цепи кованы».

Общеразвивающие игры.

7. Общеразвивающие игры: «Ворота», «Встречный бой», «Во поле береза», «Вытолкни за круг», «Казаки и разбойники», «Перетягивание каната», «Камешек».
8. Игры для развития внимания.
«Волк и овцы», «Жмурки», «Ловишка», «Заря», «Корзинки».
9. Игры с разными предметами.
«Домики», «Городки», «Лапта», «Единоборство», «Бирюльки».
10. Игры с камешками, шариками и палками.
«Двенадцать палочек», «Достань камешек», «Коршун», «Кольцо», «Рулетка».

Хороводные игры.

11. Хороводные игры: «Ясное золото», «Плетень», «Просо сеяли», «Жених ищет невесту», «Луг- лужочек», «Заинька», «Ручеек».

Игры в помещении.

- «Дедушка — рожок», «Море волнуется», «Игровая», «Коза», «Колечко», «Все в кружок», «Слепой козел».
12. Игры в фанты.
«Работа и забава», «Птичник», «Тяни — пускай», «Голуби».
13. Игры-шутки.
«Кольцо», «Чур», «Ореши», «Барабанщик», «Черепашка».
14. Сюжетные игры.
«Два Мороза», «Гуси-лебеди», «Волк во рву», «У медведя во бору», «Зайцы в огороде», «Кошки-мышки», «Пчелки и ласточки».
15. Загадки, шарады, каламбуры.
«Да и нет», «Отвечай, не говоря!», «Царек», «Обмен именами», «Чепуха», «Мимика», «Почему и потому», «Отгадай слово», «Искатель цветов».
16. Игры народов России. Общие подвижные символические игры
«Бабки», «Борющаяся цепь», «Редька», «Без соли — соль!», «Серый волк», «Платок», «Пирожок», «Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадки».
17. Праздник «Мы — русичи» (обобщение и закрепление знаний и умений, формируемых в ходе реализации программы). Игры к различным

народным праздникам: «Проводы березы», «Бой крашенками», «Коробейники» и др.

6. Оценочные и методические материалы

№ п/п	Раздел программы	Оценочные материалы
1	Игры для формирования правильной осанки	Игра «Угадай игру» Учащимся предлагается угадать по описанию 8 игр. Если учащийся угадал: 8-7 игр – высокий уровень; 6-5 игр – средний уровень; 4-2 игры низкий уровень.
2	Общеразвивающие игры	Игра «Угадай игру» Учащимся предлагается угадать по описанию 8 игр. Если учащийся угадал: 8-7 игр – высокий уровень; 6-5 игр – средний уровень; 4-2 игры низкий уровень.
3	Хороводные игры	Игра «Угадай игру» Учащимся предлагается угадать по описанию 8 игр. Если учащийся угадал: 8-7 игр – высокий уровень; 6-5 игр – средний уровень; 4-2 игры низкий уровень.

№ п/п	Содержание	Методические материалы
2	Игры для формирования правильной осанки	Конспекты занятий Методические пособия Наглядный материал Электронные презентации
9	Общеразвивающие игры	Конспекты занятий Методические пособия Электронные презентации
12	Хороводные игры	Методические пособия Наглядный материал Электронные презентации
19	Праздник «Мы - русичи»	Конспекты занятий Методические пособия Наглядный материал Электронные презентации

Условия реализации программы.

Формы и режимы занятий:

Режим занятий

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 45 минут. Всего 34 часа в год.

Сроки реализации программы

Продолжительность реализации программы — один год.

Литература

Используемая литература для педагога:

1. Апробация ФГОС второго поколения / под ред. Н. Б. Погребовой. Ставрополь : СПКиПКРО, 2009. 154 с
2. Барканов, С. В. Формирование здорового образа жизни русских подростков : учебно-методическое пособие / С. В. Барканов. М. : ВЛАДОС, 2001.
3. Богданов, Г. П. Система внеурочных занятий со школьниками / Г. П. Богданов, О. У. Утенов. М, 2003.
4. Былеева, Л. В. Игры народов / сост. Л. В. Былеева, Н. М. Григорьев / Л. В. Былеева. М. : Физкультура и спорт, 2005. 269 с.
5. Кенеман, А. В. Детские подвижные игры народов СССР: пособие для воспитателей детского сада / А. В. Кенеман; под ред. Г. И. Осокиной. М. : Просвещение, 1988. 239 с.
6. Кузнецова, З. М. Народные игры на уроках физической культуры / З. М. Кузнецова. Набережные Челны, 2006. 160 с.
7. Литвинова, М. Ф. Русские народные подвижные игры для детей дошкольного и младшего школьного возраста: практическое пособие / М. Ф. Литвинова. М. : Айрис-пресс, 2003.

Используемая литература для родителей и детей:

Якуб, С. К. Вспомним забытые игры/ С. К. Якуб. М.: Детская литература, 2008.

Список источников:

1. «Воспитательная работа в начальной школе» - С.В. Кульневич, Т.П. Лакоценина, ТЦ «Учитель», Воронеж. 2006. «Как себя вести» - В. Волина .
2. «Дидактика плюс», Санкт-Петербург 2004. «Сценарии праздников для детей и взрослых. Подвижные игры» – Мир Книги, Москва. 2003.
3. «Я иду на урок» - Хрестоматия игровых приёмов обучения. «Первое сентября», Москва ,2000.
4. Былеев Л.В., Сборник подвижных игр. – М., 1990.
5. Васильков Г.А., От игр к спорту. – М., 198
6. Глязер С., Зимние игры и развлечения. – М., 1993.
7. Железняк М.Н., Спортивные игры. – М., 2001
8. Жуков М.Н., Подвижные игры. – М., 2000

9. Коротков И.П., Подвижные игры в занятиях спортом. – М.,1991
10. Литвинов М.Ф., Русские народные подвижные игры. – М., 1986.
11. Апробация ФГОС второго поколения / под ред. Н. Б. Погребовой. — Ставрополь: СПКиПКРО, 2009. — 154 с.
12. Барканов, С. В. Формирование здорового образа жизни российских подростков: учебно-методическое пособие / С. В. Барканов. — М.: ВЛАДОС, 2001.
13. Богданов, Г. П. Система внеурочных занятий со школьниками / Г. П. Богданов, О. У. Утенов. — М., 1993.
14. Былеева, Л. В. Игры народов СССР / сост. Л. В. Былеева, В. М. Григорьев / Л. В. Былеева. — М.: Физкультура и спорт, 1985. — 269 с.
15. Кенеман, А. В. Детские подвижные игры народов СССР: пособие для воспитателей детского сада / А. В. Кенеман; под ред. Т. И. Осокиной. — М.: Просвещение, 1988. — 239 с.
16. Кузнецова, З. М. Народные игры на уроках физической культуры / З. М. Кузнецова. — Набережные Челны, 1996. — 160 с.
17. Литвинова, М. Ф. Русские народные подвижные игры для детей дошкольного и младшего школьного возраста: практическое пособие / М. Ф. Литвинова. — М.: Айрис-пресс, 2003.
18. Якуб, С. К. Вспомним забытые игры/ С. К. Якуб. — М.: Детская литература, 1988. — 159 с.

Документы и материалы;

1. Конвенция ООН «О правах ребенка» (от 20 ноября 1989г.)
2. Конституция Российской Федерации принята 12 декабря 1993 г. (с изменениями)
- 3.Федеральный закон № 273 «Об образовании в Российской Федерации»
- 4.Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. N 1008 "Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
- 6.Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа». Утверждена приказом Президента РФ от 04.02.2010 г. № 271
7. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013-2020 годы. Утверждена распоряжением Правительства РФ от 22.11.2012 г. № 2148-р
8. Федеральная целевая программа развития образования на 2011 – 2015 годы. Утверждена распоряжением Правительства РФ от 07.02. 2011 г. № 163-р
9. САНПИН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от.04.07.2014 № 41
- 10.Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 октября 2013 г. N 544н г. Москва "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)"
11. Государственная программа « Развития образования Нижегородской области на 2014-2016 годы и на период до 2020 года»;
12. Должностная инструкция педагога дополнительного образования.

