

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА – ДЕТСКИЙ САД №1 «АЛЁНУШКА»

ПРИНЯТО
педагогическим советом
МБДОУ д/с №1 «Алёнушка»
протокол №1 от
«31» августа 2023 года



УТВЕРЖДЕНО
заведующим МБДОУ
д/с №1 «Алёнушка»
Т.В. Носикова
Приказ №149-од
от «01» сентября 2023 года

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Народные игры»**

Срок реализации программы - 1 год

Дворецкая Н.В.
воспитатель МБДОУ
д/с №1 «Алёнушка»

г. Нефтекумск
Ставропольского края
2023 год

Содержание

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	2 стр.
1.1. Пояснительная записка	2 стр.
1.2. Цели и задачи программы	4 стр.
1.3. Принципы и подходы к формированию программы	5 стр.
1.4. Характеристика возрастных возможностей детей 5-6 лет	5 стр.
1.5. Планируемые результаты освоения Программы	6 стр.
2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	7 стр.
2.1. Отличительные особенности программы	7 стр.
2.2. Формы, методы и средства реализации программы с учётом возрастных индивидуальных особенностей воспитанников	7 стр.
2.3. Содержание курса	9 стр.
2.4. Тематическое планирование образовательной деятельности.	10 стр.
3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	19 стр.
3.1. Учебный план образовательной деятельности по реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-оздоровительной направленности «Народные игры»	19 стр.
3.2. Программно-методическое обеспечение образовательного процесса	19 стр.
3.3. Условия реализации Программы	20 стр.
4. КРАТКАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПРОГРАММЫ	21 стр.

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Народные игры» направлена на формирование у ребенка интереса к своему личному здоровью, на совершенствование всех видов движений и развитие физических качеств.

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. 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.

Подвижные 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, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Подвижные игры способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

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

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

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки детей. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела. Подвижные игры являются лучшим средством активного отдыха после напряжённой умственной работы. Игровая деятельность развивает и укрепляет основные группы мышц и тем самым способствует улучшению здоровья. Движения, входящие в подвижные игры, по своему содержанию и форме очень просты, естественны, понятны и доступны восприятию и выполнению.

В играх занимающиеся упражняются в ходьбе, прыжках, метании и незаметно для самих себя овладевают навыком основных движений.

Улучшается общая координация движений, развивается способность целенаправленно владеть своим телом в соответствии с задачей и правилами игры. Приобретённый двигательный опыт и хорошая общая физическая подготовка создают необходимые предпосылки для последующей спортивной деятельности.

Ценность подвижных игр в том, что приобретённые умения, качества, навыки повторяются и совершенствуются в быстро изменяющихся условиях.

Содержание игр обогащает представление и активизирует наблюдательность, мышление и внимание, развивает память, сообразительность и воображение.

Игровая деятельность всегда связана с решением определённых задач, выполнением определённых обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Народные игры – это яркое выражение народа в них играющего, отражение этноса в целом и истории его развития. Вместе с тем, на игры можно посмотреть, и с точки зрения педагогики и психологии, как средство образования и воспитания. В дополнении ко всему, это и отличный способ укрепить свой дух, свое тело, развить процессы мышления, фантазерства, эмоциональную составляющую нашей жизни. Любой народ многие процессы своей жизнедеятельности отражал именно таким образом, через игру.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Народные игры» способствует укреплению здоровья воспитанников, активизации и развитию двигательной деятельности дошкольников, их познавательной и мыслительной сферы средствами игры. Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

В последнее время в дошкольных учреждениях все чаще стали применять нетрадиционные средства физического воспитания детей: упражнения ритмической гимнастики, игрового стретчинга, танцев и другие.

Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

Игровой самомассаж - нетрадиционный вид упражнений, помогающий естественно развиваться организму ребенка, морфологически и функционально совершенствоваться его отдельным органам и системам.

Актуальность

Подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания. Программа актуальна в рамках реализации ФГОС.

Народные игры актуальны и интересны и в настоящее время, несмотря на то, что существует достаточно большое количество соблазнов в наш технократический век. Игра с давних пор составляет неотъемлемую часть жизни человека, она занимает досуг, воспитывает, удовлетворяет потребности в общении, получении внешней информации, дает приятную физическую нагрузку. Педагоги всех времен отмечали, что игра оказывает благотворное влияние на формирование детской души, развитие физических сил и способностей.

Игра помогает находить выход из неожиданных положений, намечать цель, взаимодействовать с товарищем, проявлять ловкость и быстроту, силу и выносливость.

Игра обеспечивает гармоничное сочетание умственных, физических и эмоциональных нагрузок, общего комфортного состояния.

Исследователи игровой деятельности поддерживают ее уникальные возможности в физическом и нравственном воспитании детей, особенно в развитии познавательных интересов, в выработке воли и характера, в формировании умения ориентироваться в окружающей нас действительности.

По содержанию все народные игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития.

Данная технология является интегрированной, т.к. знакомство и использование народной подвижной игры проходит во взаимосвязи с образовательными областями «Здоровье», «Физическая культура», «Познание», «Социализация».

Игра целесообразно используется для развития коммуникативных умений детей. Поэтому в программу включены коммуникативные игры.

Новизна программы заключается в том, что в процессе народной игры у ребёнка развивается не только моторные функции, но и речь, формируются познавательные и социально-коммуникативные навыки, непринуждённой форме происходит знакомство с историей, обычаями и бытом народов России.

В программу включены коммуникативные игры, которые направлены на формирование коммуникативных качеств и позитивное отношение к другим людям, развитие умения владеть своими чувствами, сопереживать партнерам по общению, конструктивно взаимодействовать и сотрудничать со сверстниками и взрослыми.

Игры, включённые в программу, способствуют развитию психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи), эмоционально – волевой сферы личности), произвольной сферы (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость).

1.2. Цели и задачи

Цель дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Народные игры» - воспитание у детей ДОУ устойчивого интереса и потребности к систематическим занятиям физкультурой, спортом, к здоровому образу жизни.

Программа направлена на решение следующих задач:

- укреплять и сохранять здоровье детей;
- развивать физические качества;
- воспитывать чувство удовлетворения от участия в коллективной деятельности;
- формировать представление об активном отдыхе;
- развивать способность к самоконтролю, самооценке при выполнении движений;
- развивать инициативность, стремление самостоятельно решать поставленную задачу;
- развивать волевые качества;
- знакомить детей с национальными особенностями разных народов;
- развивать умение быть отзывчивыми и доброжелательными в общении;
- развивать свободное общение со взрослыми и детьми;
- формировать у детей понимание необходимости соблюдать меры предосторожности во время двигательной активности.

1.3. Принципы и подходы к построению программы:

- Принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.
- Принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.
- Принцип повторения умений и навыков - один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.
- Принцип индивидуально-личностной ориентации воспитания. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечает пути совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима.
- Принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.
- Принцип успешности заключается в том, что на первом этапе ребенок получает задания, которые он способен успешно выполнить.
- Принцип активного обучения обязывает строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества (игровые технологии, работа в парах, подгруппе, индивидуально, ости и др.).
- Принцип коммуникативности помогает воспитать у детей потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.
- Принцип взаимодействия детского сада и семьи, преемственности при переходе в школу направлен на создание условий для более успешной реализации способностей ребенка и обеспечения возможности сохранения здоровья при дальнейшем обучении в школе.
- Принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Срок реализации программы – 1 год. Программа реализуется в старшей группе (5-6 лет).

1.4. Характеристика возрастных возможностей детей 5-6 лет

У детей 5-7 лет продолжается процесс окостенения скелета. К концу дошкольного возраста скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные движения, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног. Ноги и руки становятся не только более сильными, но и значительно более выносливыми, подвижными, ловкими. В этом возрасте дети уже могут совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, прыгать без большого утомления, выполнять более сложные трудовые поручения и физические упражнения. Этому способствует развитие крупной и мелкой мускулатуры.

Последнее изменение неразрывно связано с развитием мозга ребенка, с совершенствованием его нервной деятельности и обнаруживается в растущей возможности управлять своими движениями. Старший дошкольник способен различать, с одной стороны- воздействия, поступающие из внешнего мира (сигналы, указания, движения), с другой стороны - реакции на них (собственные движения и действия). Пяти-семилетние дети точнее выбирают движения, которые им надо выполнить. У них обычно отсутствуют лишние движения, которые часто наблюдаются у детей трех-пяти лет. Ребята уже самостоятельно, без специальных указаний со стороны взрослого (воспитателя), производят многие из них, могут выполнять ряд движений и более сложных движений в определенной последовательности, контролируя их, изменяя.

Возможность произвольно регулировать свои движения является наиболее существенным показателем физического развития старшего дошкольника. Происходит расширение спектра эмоций и их углубление, обогащение выразительных движений, по которым эти эмоции распознаются. У детей формируются предпосылки к учебной деятельности, они умеют «слушать и слышать», «смотреть и видеть», осуществлять самоконтроль и самооценку при выполнении физических упражнений.

Старший дошкольник уже способен достаточно адекватно оценивать результаты своего участия в подвижных, спортивных играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом доставляет ребенку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе («я хороший, умелый, сильный, ловкий» и т.д.).

В старшем дошкольном возрасте у мальчиков и девочек проявляется устойчивое стремление к участию в совместных подвижных играх и физических упражнениях. Со взрослыми и сверстниками устанавливаются отношения сотрудничества и партнерства.

1.5. Планируемые результаты освоения программы.

Благодаря реализации программы у ребенка формируется физическая компетентность

- признание здоровья как наиважнейшей ценности человеческого бытия, умение заботиться о своем физическом здоровье и соблюдать правила безопасности жизнедеятельности;

-желание физического совершенствования с учетом возрастных и индивидуальных возможностей;

-развитость сенсорно- моторных, двигательных навыков в соответствии с антропологическими и физиологическими особенностями.

Дети научатся:

- самостоятельно организовывать знакомые игры;
- соблюдать правила игр;
- различать игры разных народов, знать их сюжет, текст, правила;
- в игровой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения,
- проявлять творческую инициативу.
- выполнять упражнения игрового самомассажа

При реализации программы может проводиться педагогическая диагностика индивидуального развития детей педагогическим работником (связанная с оценкой эффективности педагогических действий и лежащая в основе их дальнейшего планирования). Результаты педагогической диагностики могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач: индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития); оптимизации работы с группой детей

Форма подведения итогов - спортивный праздник, развлечение, соревнования.

2.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Отличительные особенности программы

Отличительными особенностями дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Народные игры» являются:

- Акцент оздоровительной работы делается на развитие двигательной деятельности ребенка.
- Занятия построены с учетом возрастных критериев.
- Использование малых форм народного фольклора.
- Использование интеграции развития двигательных умений и навыков и работы с детьми по формированию навыков здорового образа жизни.

2.2. Формы, методы и средства реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников

Формы образовательной работы с детьми

- Хороводы, различные виды игр
- Проведение развлечений, фольклорных праздников, посиделок
- Корригирующая, ритмическая гимнастики
- Релаксационные упражнения
- Занимательные разминки
- Пальчиковая гимнастика
- Дыхательная гимнастика
- Использование пальчиковых игр, русских народных песен и танцев;
- Использование пословиц, загадок, поговорок

- Заучивание потешек, прибауток, закличек и т.д
- Использование элементов народных костюмов;
- Применение игрушек и изделий народных промыслов;
- Рассказ о народных обычаях и традициях;
- Рассматривание иллюстраций о народном быте;
- Беседы, вопросы, разъяснения;
- Просмотр видеофильмов, слушание музыки

Методы обучения

- Словесные – объяснение, беседа, использование фольклорного материала;
- Наглядные – показ, иллюстрации;
- Практические - выполнение движений;
- Игровые – подвижные игры
- Креативные – творческий подход.

Для успешной реализации программных задач используются занятия следующего содержания:

- Игровые
- Занятия – путешествия
- Познавательные

К формам проведения подвижных игр относятся:

- сюжетные игры, преимущественно коллективные,
- бессюжетные подвижные игры,
- подвижные игры с элементами соревнования

2.3.Содержание курса

Первая половина года обучения («Русские народные игры») - дети знакомятся с разнообразием русских народных игр;

Вторая половина года обучения («Затеи наших друзей»), дети знакомятся с разнообразием народных игр других народов и убеждаются, что в них много общего с русскими народными играми;

При подборе игр учитывается возрастные особенности детей старшего дошкольного возраста, необходимость постепенного перехода от простых игр к более сложным, чередования активных игр с играми малой подвижности.

Содержанием программы являются народные подвижные игры

Виды игр	Содержание	
Разминочные <i>игры</i>	Используют, как подготовку к предстоящей игре.	Считалки, «камень, ножницы, бумага», «равновесие», « змея», «координация».
Игровой самомассаж	Используют, как подготовку к предстоящей игре.	Самомассаж рук, спины, всего тела
Коммуникативные игры (игры на общение и	Эти игры направлены на преодоление замкнутости, пассивности, скованности	«Путаница», «Сборщик», «Паровозик», «Иностранец», «Через стекло», «Изобрази

взаимопонимание)	детей, на развитие языковых жестов, мимики, внимания ребенка к самому себе, своим чувствам, переживаниям.	сказку», «Испорченный телефон», «Съедобное несъедобное», «Я знаю», «Зоопарк». «Краски», «Почта», «Садовник», «Съедобное - несъедобное», «Чепуха», «Глухой телефон», «Море волнуется», «Фанты», «Тише едешь, дальше будешь», «Ворота».
Игры в круге.	Эти игры для того, чтобы играть одной большой командой. Здесь все вместе и каждый за себя. Умение быть в коллективе и вместе с тем постоять за себя очень ценное качество.	«Мяч по кругу», «Земля воздух», «Прорыв цепи», «Картошка», «Большой мяч», «Мячик кверху», «Блуждающий мяч», «Шлепанки», «Иголка, ниточка и узелок». «Подними платок», «Заря», «Игровая», «Совушка», «Вышибалы», «Охотник и утки», «3,15...», «Муха», «Рыбы, птицы, звери».
Поисковые игры.	Эти игры интригующие: здесь есть место и тайне, и разгадке.	«Палочка выручалочка», «Прятки», «Жмурки», «Двенадцать записок»
Игры на разные виды движений	Игры построены на выполнении детьми основных видов движений (бег, ходьба, прыжки, лазание, метание)	«Гуси-лебеди», «У медведя во бору», «Филин и пташки», «Горелки», «Кот и мыши», «Пятнашки», «Ляпка», «Коршун», «Пчелы и ласточки», «Птицелов», «Вороны-воробы», «Два мороза», «Охотник и сторож», «Второй лишний», «Царь», «Рыбак и рыбки», «Перелет птиц», «Догонялки с мячом», «Чай-чай выручай», «Поймай свой хвост».
Затеи наших друзей	Игры разных народов, знакомящие с их, обычаями, культурой	«Мороз» (Мароз), «Ежик и мыши» (Вожык и мыши), «Колечко» (Пярсцёнак), «Хлоп, хлоп, убегай» (Ляся, ляся, уцякай) (белорусские народные игры) «Лошадки» (Де-а кай), «Овцы и волк», (Оиле ши лупул) «Сбей

		<p>кушму» (молдавские нар. игры)</p> <p>«Кошка и мышка»(Катинелис ир пэлэле), «Цветы»(Гелес), «Кот»(Катинас) (литовские нар. игры)</p> <p>«Решето»(Сиетс), «Кольцо»(Гредзенс), «Стая уток»(Пилю барс) (латышские нар.игры)</p> <p>«Ловля оленя»(Коръясос куталом), «Льдинка, ветер и мороз», «Стой, олень» (Сувт кор), (игры народов Коми).</p> <p>« Кто быстрее?»(Гир-гиракон?), «Охота на куропаток»(Кабк широк) (таджикские народные игры)</p>
--	--	--

2.4. Тематическое планирование образовательной деятельности (старшая группа)

Месяц	Наименование игры	Цель
Сентябрь	<p>Занятие 1</p> <p>Инструктаж «Правила поведения в подвижных играх»</p> <p>Разминочная игра «Быстро в колонну»</p> <p>Коммуникативная игра «Клеевой ручеек»</p> <p>Правила игры «Ручеек»</p> <p>Русская народная игра «Ручеек»</p> <p>Малоподвижная игра «Тихо-громко»</p> <p>Занятие 2</p> <p>Разминочная игра «Мяч над головой»</p> <p>Коммуникативная игра «Волшебные водоросли»</p>	<p>рассказать детям о правилах поведения во время подвижных игр, правильном дыхании после быстрого бега и т.п.</p> <p>развить умение действовать совместно и осуществлять само- и взаимоконтроль за деятельностью; учить доверять и помогать тем, с кем общаешься.</p> <p>- Обучение в игровой манере ходьбе, внимательности, игре в коллективе.</p> <p>развить умения добиваться цели приемлемыми способами общения</p> <p>- Развивать у детей умение выполнять движение по сигналу,</p>

	<p>Правила игры «Капуста» Русская народная игра «Капуста» Игровое упражнение «Ловкие ребята» Малоподвижная игра «Найди пару»</p>	<p>умение согласовывать движение со словами, упражнять в беге.</p> <p>- Развивать внимание, быстроту реакции.</p>
Октябрь	<p>Занятие 3 Разминочная игра «Пройди не задень» Коммуникативная игра «Вежливые слова» Правила игры Русская народная игра «Дедушка Рожок» Малоподвижная игра «Скажи наоборот»</p> <p>Занятие 4 Малоподвижная игра «Как живешь» Коммуникативная игра «Подарок на всех» Правила игры «Лягушки на болоте» Русская народная игра «Лягушки на болоте» Игровое упражнение в кругу «Дятел»</p> <p>Занятие 5 Разминочная игра «Стоп» Коммуникативная игра «Волшебный букет» Русская народная игра «Золотые ворота» Игра в кругу «Затейники»</p>	<p>развивать уважения в общении, привычка пользоваться вежливыми словами.</p> <p>-развивать быстроту, ловкость, глазомер, совершенствовать ориентировку в пространстве, упражнять в беге.</p> <p>учить быстро, находить слова противоположные по значению, развивать память, умственные способности. Пополнять словарный запас ребенка.</p> <p>развить умение дружить, делать правильный выбор, сотрудничать со сверстниками, чувства коллектива.</p> <p>- развивать умение внимательно слушать правила игры, действовать по сигналу, упражнять в прыжках на двух ногах.</p> <p>- развивать ориентировку в пространстве с закрытыми глазами.</p> <p>Учить проявлять внимание к окружающим, устанавливать доброжелательные отношения, замечать положительные качества других и выражать это словами, делать комплименты.</p> <p>- развивать быстроту, ловкость, глазомер, совершенствовать ориентировку в пространстве, упражнять в ходьбе цепочкой.</p>

	<p>Занятие 6 Малоподвижная игра «Челночок» Русская народная игра по желанию детей Игровое упражнение в кругу «Круговые ловишки»</p>	<p>Развивать физические качества, коллективизм, умение действовать по сигналу - развивать память, двигательную активность, действовать по сигналу, внимание</p>
Ноябрь	<p>Занятие 7 Разминочная игра «Переноска мячей» Коммуникативная игра «Руки знакомятся, руки ссорятся, руки мирятся» Малоподвижная игра «Колобок» Правила игры «Баба-Яга» Русская народная игра «Баба-Яга»</p> <p>Занятие 8 Малоподвижная игра «Щука» Игровое упражнение «Быстро возьми» Правила игры «Игровая» Русская народная игра «Игровая» Малоподвижная игра «Кто ушел»</p> <p>Занятие 9 Разминочная игра «С кочки на кучку» Коммуникативная игра «Игры-ситуации» Правила игры «Лошадки» Русская народная игра «Лошадки»</p>	<p>упражнять детей в координации и ориентировке в пространстве при выполнении разных заданий, развивать слуховое внимание через игру. развить умения выразить свои чувства и понимать чувства другого человека. Продолжать учить стремительному бегу, развивать творчество, передавая игровой образ.</p> <p>координация речи с движением, развитие общих речевых навыков, обогащение словаря, развитие творческого воображения и двигательной подражательности, обучение элементам пантомимы. - развивать у детей умение действовать по сигналу, самостоятельному выбору движений, упражнять в построении в круг, ходьбе со сменой направления. Развивать внимательность, сообразительность. Умение быстро найти недостающего.</p> <p>Самомассаж тела развить умение вступать в разговор, обмениваться чувствами, переживаниями, эмоционально и содержательно выражать свои мысли, используя мимику и пантомимику.</p>

	<p>Малоподвижная игра «Хоровод»</p> <p>Занятие 10 Игровое упражнение «Канатоходец» Игра в кругу «Ловишка из круга» Русская народная игра по желанию детей Малоподвижная игра по желанию детей</p>	<p>- развивать у детей умение действовать по сигналу, упражнять в беге с высоким подниманием колен, ходьбе, умению играть в коллективе.</p> <p>Цель: Развивать навык действовать по сигналу или под музыку, координацию движений. - развивать равновесие при ходьбе по ограниченной площади - выполнять правила игры , действовать по сигналу</p>
Декабрь	<p>Занятие 11 Разминочная игра «Пингвины» Коммуникативная игра «Коврик примирения» Правило игры «Мороз - красный нос» Русская народная игра «Мороз- красный нос» Малоподвижная игра «Летает- не летает»</p> <p>Занятие 12 Разминочная игра «Пройди не урони» Игра в кругу «Успей выбежать» Русская народная игра по желанию детей Игровое упражнение «Ловко и быстро» Малоподвижная игра «Краски»</p> <p>Занятие 13 Разминочная игра по желанию детей Коммуникативная игра «Разговор через стекло» Правила игры «Два</p>	<p>Развивать коммуникативные навыки и умение разрешать конфликты.</p> <p>- развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, выдержке, упражнять в беге и ходьбе. Развивать координацию, внимание, умение работать в коллективе.</p> <p>- развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, сохранять равновесие при ходьбе с предметом, быстро реагировать на слова текста, учить вести мяч.</p> <p>учить различать цвета; развивать ловкость</p> <p>развить умение мимику и жесты. - развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, выдержку, увертываться от ловящего. развить умение ориентироваться в</p>

	<p>Мороза» Русская народная игра «Два Мороза» Малоподвижная игра «Пойми меня»</p> <p>Занятие 14 Малоподвижная игра «Как живешь» Коммуникативная игра «Подарок на всех» Знакомство с правилами карельской народной игры: «Пятнашки на санках» Игра «Пятнашки на санках» Игровое упражнение в кругу «Дятел»</p>	<p>ролевых позициях людей и коммуникативных ситуациях.</p> <p>развить умение дружить, делать правильный выбор, сотрудничать со сверстниками, чувства коллектива. - развивать умение внимательно слушать правила игры, действовать по сигналу. - развивать ориентировку в пространстве , выносливость, выдержку, смекалку.</p>
Январь	<p>Занятие 15 Разминочная игра «Быстро в колонну» Коммуникативная игра «Клеевой ручеек» Правила игры «Выбей из круга» Дагестанская народная игра «Выбей из круга» Игровое упражнение «Ловкие ребята» Малоподвижная игра «Как живешь?»</p> <p>Занятие 16 Разминочная игра «Не спеши» Коммуникативная игра «Нос к носу» Правила игры «Салки» Мордовская народная игра «Салки» Малоподвижная игра</p>	<p>- действие на сигнал, внимание Развить умение действовать совместно и осуществлять само- и взаимоконтроль за деятельностью, учить доверять и помогать тем, с кем общается. - Развивать у детей умение попадать в цель, глазомер. - Развивать внимание, быстроту реакции.</p> <p>- развивать внимание, быстрой ответной реакции - игра для создания положительного настроения и внимательного отношения друг к другу. - выполнять правила игры, развивать быстрый бег - развивает навыки</p>

	<p>«Найди пару» Пальчиковая гимнастика «Осенние листья»</p> <p>Занятие 17 Разминочная игра «С кочки на кучку» Коммуникативная игра «Игры-ситуации» Бег с палкой в руке» (ингушская народная игра) Малоподвижная игра «Хоровод»</p>	<p>классифицирования и сортировки, зрительно-двигательную координацию, моторику рук, мыслительные навыки.</p> <p>развить умение вступать в разговор, обмениваться чувствами, переживаниями, эмоционально и содержательно выразить свои мысли, используя мимику и пантомимику. - развивать у детей умение действовать по сигналу, упражнять в беге, ходьбе, умению играть в коллективе.</p>
Февраль	<p>Занятие 18 Разминочная игра «Быстро возьми» Коммуникативная игра «Подарок на всех» Правила игры «Палочка - стукалочка» Дагестанская народная игра «Палочка-стукалочка» Дыхательная гимнастика Малоподвижная игра «Челночок»</p> <p>Занятие 19 Разминочная игра «Нос, пол, потолок» Игра в кругу «Успей выбежать» Правила игры «Перетягивание» Осетинская народная игра «Перетягивание» Игра «Горелки» Релаксация «Озорные щечки»</p> <p>Занятие 20 Разминочная игра</p>	<p>развитие внимания, бег. Развить умение дружить, делать правильный выбор, сотрудничать со сверстниками, чувства коллектива совершенствовать ориентировку в пространстве, упражнять в беге. Развивать физические качества, коллективизм, умение действовать по сигналу.</p> <p>развитие внимания, бег. Развить умение дружить, делать правильный выбор, сотрудничать со сверстниками, чувства коллектива совершенствовать ориентировку в пространстве, упражнять в беге. Развивать физические качества, коллективизм, умение действовать по сигналу.</p> <p>упражнять детей в координации сложных движений.</p>

	<p>«Передача мяча в колонне - эстафета» Коммуникативная игра «Змея» Малоподвижная игра «Летает – не летает» Правила игры «Стрелок» Башкирская народная игра «Стрелок» Игра в кругу «Дятел»</p> <p>Занятие 21 Игровое упражнение «Эстафета с мячом» Игра в кругу «Круговые ловишки» Башкирская народная игра «Юрта» Малоподвижная игра «У кого мяч»</p>	<p>развить умения выражать свои чувства и понимать чувства другого человека. Повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность. Продолжать учить стремительному бегу, развивать меткость в попадании в цель..</p> <p>- упражнять в ловкости передачи мяча. - выполнять правила игры , действовать по сигналу - развивать умение действовать с предметом коллективно. повысить творческую активность детей, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.</p>
Март	<p>Занятие 22 Разминочная игра «Пройди не урони» Коммуникативная игра «Поворота» Правило игры «Повелитель лунки» Кабардино-Балкарская народная игра «Повелитель лунки» Малоподвижная игра «Ручейки и озера»</p> <p>Занятие 23 Игровое упражнение «Из кружка в кружок» Упражнения в кругу «Хитрая лиса» Правила игры «Перетягивание» Северо-осетинская народная игра</p>	<p>Развивать коммуникативные навыки и умение ходить змейкой Развивать внимательность, сосредоточенность. - развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, выдержке, упражнять в беге и ходьбе. Развивать координацию, внимание, умение работать в коллективе. Учить детей бегать и выполнять перестроения</p> <p>-развивать внимание, упражнять в прыжках. - развивать быстроту, ловкость. совершенствовать ориентировку в пространстве, упражнять в беге. - развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, соблюдать правила игры.</p>

	<p>«Перетягивание» Коммуникативная игра «Пойми меня»</p> <p>Занятие 24 Разминочная игра «Стой!» Коммуникативная игра по желанию детей Правила игры «Борьба за флажки» Северо-осетинская народная игра «Борьба за флажки» Малоподвижная игра «Статуи»</p> <p>Занятие 25 Разминочная игра «Ловкие зайчата» Коммуникативная игра «Пальцы -звери добрые, пальцы - звери злые» Правила игры «Хищник в море» Чувашская народная игра «Хищник в море » Игровое упражнение по желанию детей</p>	<p>Развивать умение ориентироваться в ролевых позициях людей и коммуникативных ситуациях.</p> <p>- развивать умение действовать по сигналу, внимание. Развивать коммуникативные навыки и умение разрешать конфликты. Завладеть флажком противника, сохраняя свой. Развивать координацию движений, слух, физические качества, умение играть по правилам.</p> <p>Массаж тела Упражнять в перепрыгивание через шнур справа и слева. Развитие эмоциональной сферы, коммуникативных навыков Продолжать развивать прыжки через шнур, внимание, наблюдательность.</p>
Апрель	<p>Занятие 26 Разминочная игра «С кочки на кочку» Игра в кругу «Караси и щука» Правила игры «Соколиный бой» Якутская народная игра «Соколиный бой» Малоподвижная игра по желанию детей</p> <p>Занятие 27 Разминочная игра «Музыкальные змейки» Коммуникативная игра</p>	<p>- продолжать упражнять в прыжках на двух ногах. - выполнять правила игры, действовать по сигналу. -развивать выдержку, выносливость. - развивать память, самостоятельность.</p> <p>упражнение на внимание, коллективное действие. игра, направленная на</p>

	<p>«Бабушка Маланья» Правила игры «Кошка и мышка» Литовская народная игра «Кошка и мышка» Игры догонялки «Филин и пташки» Дыхательная гимнастика «Вырасти большой»</p> <p>Занятие 28 Разминочная игра «Обведи точно» Коммуникативная игра «Клубочек» Правила игры «Колдун» Украинская народная игра «Колдун» Игры в кругу «Дерево, кустик, трава»</p> <p>Занятие 29 Разминочная игра «Сбей предмет» Коммуникативная игра «Живая картина» Правила игры «Ёжик и мыши» Белорусская народная игра «Ёжик и мыши» Игра в кругу «Горячие руки»</p>	<p>формирование уверенного поведения, повышения самооценки. - развивать ловкость, внимательность, быстрый бег</p> <p>- упражнять в умении подниматься высоко на носки</p> <p>- продолжать учить отбивать мяч о землю с продвижением вперед, обходя предметы. - развитие коммуникативных навыков. - развивать быстрый бег, внимание. - выполнять движения по словесным указаниям.</p> <p>-развивать глазомер, точность удара по мячу. - развитие выразительности движений, произвольности. - действие в соответствии с текстом, быстрый бег с увертыванием. - развивать умение быстро реагировать на движения водящего.</p>
Май	<p>Занятие 30 Игровое упражнение «Золотые ворота» Малоподвижная игра «Картошка» Правила игры «Цветы» Литовская народная игра «Цветы» Коммуникативная игра «Маленькое приведение» Пальчиковая гимнастика «Паучок»</p>	<p>- самостоятельно играть в знакомую игру - умение играть в кругу - учить запоминать названия цветов, развивать внимание, быстрый бег. игра, направленная на формирование навыка выражать негативные эмоции приемлемым способом.</p>

	<p>Занятие 31 Разминочная игра «Нос, пол, потолок» Игра в кругу «Успей выбежать» «Маляр и краски» (татарская народная игра) Игра «Горелки» Релоксация «Озорные щетки»</p> <p>Занятие 32 Разминочная игра «Быстро возьми» Коммуникативная игра по выбору детей народная игра по выбору детей Игра в кругу «Зеваки»</p>	<p>развитие внимания, бег. Развить умение дружить, делать правильный выбор, сотрудничать со сверстниками, чувства коллектива совершенствовать ориентировку в пространстве, упражнять в беге. Развивать физические качества, коллективизм, умение действовать по сигналу.</p> <p>- внимание, быстрота реакции</p> <p>- развивать коммуникативные навыки</p> <p>- развивать самостоятельность</p> <p>- действие по сигналу</p>
	Заключительное развлечение	

3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1.Учебный план

образовательной деятельности по реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Народные игры»

Образовательные область	Старшая группа		
	неделя	месяц	год
Физическое развитие	1	4	36
Продолжительность одного занятия	до 25 мин		

3.2. Программно-методическое обеспечение образовательного процесса.

1.Гришина Г.Н. Любимые детские игры. // Г.Н.Гришина / М.: ООО «ТЦ Сфера», 1999 г.-96 с.

2. Детский сад: будни и праздники/ Методическое пособие для работников дошкольных образовательных учреждений/ сост. Т.Н. Доронова, Н.А. Рыжова. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2006.-320с.
3. Карманная энциклопедия социо-игровых приёмов обучения дошкольников/ Под общей редакцией В.М. Букатова – СПб: образовательные проекты; М: НИИ школьных технологий, 2008.-160с.
4. Кенеман А.В. Детские подвижные игры народов мира. // А.В. Кенеман /М.: Просвещение, 1989 г.- 239 с.
5. Кузнецова В.С., Колодницкий Г.А. Физические упражнения и подвижные игры: Метод. пособие. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2005.-152с.
6. Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры: Пособие для воспитателей дет. сада/ Под ред. Л.В. Русской.-М: Просвещение, 1986.-79с., ил
7. Миронова Р.М. Игра в развитии активности детей.// МН: «Народная асвета», 1989г.-176с.
8. Осокина Т.И. Игры и развлечения детей на воздухе.- М: Просвещение, 1983.-224с., ил.
9. Разноцветные игры./Авт.-сост.: Белая К.Ю., Сотникова В.М.- М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2007.-336с.

Электронные ресурсы

1. https://www.metod-kopilka.ru/rabochaya_programma_kruzhka_quotpodvizhnye_igrы_narodov_mira_quot-29244.htm
2. <http://uch.znate.ru/docs/4886/index-7803-11.html>
3. <https://ped-kopilka.ru/blogs/marina-vladislavovna-varencova/schitalki-dlja-podvizhnyh-igr.html>
4. https://www.maam.ru/detskij_sad/kartoteka-podvizhnyh-igr-mladshii-srednii-starshii-doshkolnyi-vozrast.html

3.3. Условия реализации программы

Программа реализуется через проведение практических и теоретических занятий. Занятия проводятся в игровой форме. Каждое занятие включает в себя следующие этапы:

- Организационный момент и сообщение целей занятия, инструктаж.
- Игры малой подвижности (повторение изученных игр, разучивание новой игры), игровой самомассаж.
- Подвижные игры (повторение изученных игр, разучивание новой игры).
- Игры малой подвижности
- Итог занятия.

Независимо от способов организации занятия сохраняются требования к оптимальной двигательной нагрузке воспитанников в зависимости от их подготовленности и с учетом техники безопасности для предупреждения травм на

занятии. Занятия проходят в игровой форме. В занятие включаются игры из разных разделов. При объяснении игры, подразумевает знакомство детей с историей её возникновения.

Игра должна приносить радость. Не заставлять ребенка играть, а создавать условия для возникновения интереса. Создавать в игре непринужденную обстановку. Не сдерживать двигательную активность детей. Не навязывать детям игровой материал. Хвалить ребенка за успехи. Строить свое взаимоотношение с детьми на взаимном доверии, искренне разделяем с ним радость. Игры проводятся в проветренном помещении или на свежем воздухе.

Объяснение правил игры должно быть кратким, четким, но понятным, ярким и образным. Сопровождается показом, демонстрацией отдельных этапов игры.

1 раз в три месяца проводится «День любимых игр»- это занятие - праздник, который является своеобразным итогом работы. Ребята играют в понравившиеся игры, рассказывают об истории возникновения игр.

Для реализации программы в образовательной организации имеется помещение музыкального зала, спортивная площадка, прогулочные участки. Для организации и проведения занятий ДООУ обеспечено мультимедийным проектором, компьютером, музыкальным центром, видео и аудио-дисками. Имеется игровой инвентарь.

4. КРАТКАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПРОГРАММЫ

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Народные игры» направлена на формирование у ребенка интереса к своему личному здоровью, на совершенствование всех видов движений и развитие физических качеств.

Обучение движениям оказывает влияние на здоровье, общее физическое развитие, развитие познавательных способностей, волевых качеств, эмоциональности ребенка, т.е. на его внутренний мир. Обучение движениям способствует гармоничному развитию личности, совершенствованию как физических, так и психических, интеллектуальных, духовно – нравственных качеств. Обучаясь движениям, ребенок приобретает знания, необходимые для его сознательной двигательной деятельности, приобретает опыт их реализации, в том числе творческой. Учебный материал, предусмотренный программой, распределен в определенной последовательности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей. Программа рассчитана на детей 5-6 лет.

Игры, включённые в программу способствуют развитию психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи), эмоционально – волевой сферы личности), произвольной сферы (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость).

Благодаря реализации программы дети научатся:

- самостоятельно организовывать знакомые игры;
- соблюдать правила игр;
- различать игры разных народов, знать их сюжет, текст, правила;
- в игровой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения,
- проявлять творческую инициативу.

Независимо от способов организации занятия сохраняются требования к оптимальной двигательной нагрузке воспитанников в зависимости от их подготовленности и с учетом техники безопасности для предупреждения травм на занятии. Занятия проходят в игровой форме. В занятие включаются игры из разных разделов. При объяснении игры, подразумевает знакомство детей с историей её возникновения.

В первую половину года дети знакомятся с разнообразием русских народных игр («Русские народные игры»).

Во вторую половину года дети знакомятся с разнообразием народных игр других народов и убеждаются, что в них много общего с русскими народными играми («Затеи наших друзей»).

При подборе игр учитываются возрастные особенности детей старшего дошкольного возраста, необходимость постепенного перехода от простых игр к более сложным, чередования активных игр с играми малой подвижности.

Программа содержит пояснительную записку, целевой, содержательный и организационный разделы. Программа разработана в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного образования. Целевой раздел Программы содержит цели и задачи реализации программы, основные принципы реализации и формирования Программы, значимые для разработки программы характеристики. Содержательный раздел Программы содержит описание образовательной деятельности, описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы. Организационный раздел включает описание программно-методического обеспечения Программы, учебный план.

Программа реализуется воспитателем МБДОУ д/с №1 «Алёнушка».

Срок реализации программы – 1 год. Программа реализуется в старшей группе (5-6 лет). Занятия начинаются в сентябре и заканчиваются в мае учебного года. Занятие проводится один раз в неделю во второй половине дня в течение 25 минут. Численность группы – до 15 человек.