

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №155 Центрального района Волгограда»**

400087, Волгоград, ул.им. Чапаева, д.12, тел. (8442) 37-76-95, факс (8442) 37-76-95

E-mail: mdou.155@yandex.ru

ОГРН 1053444021894 ИНН/КПП 3444120619/344401001

ПРИНЯТО

На педагогическом совете
МОУ Детского сада №155
Протокол №1 от 30.08.2022 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МОУ д/с №155

Л.А. Гудзь

Приказ № 123 от «01» сентября 2022



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа кружка
«Подвижные игры народов Поволжья»**

(для детей от 6 до 7 лет)

Срок реализации программы 1 год

С 01.10.2022 г. по 31.05.2023 г.

Руководитель:

Воспитатель

Захарова Татьяна Владимировна

Волгоград 2022

СОДЕРЖАНИЕ.

1. Целевой раздел

- 1.1 Пояснительная записка
- 1.2. Направленность
- 1.3 Актуальность
- 1.4. Цель и задачи
- 1.5 Принципы и методические приёмы

2. Содержательный раздел

- 2.1. Перспективное планирование

3. Организационный раздел

- 3.1. Методы контроля усвоения программного материала
- 3.2. Критерии отслеживания результативности освоения программы

4. Перечень литературы

1. Целевой раздел

1.1 Пояснительная записка.

1.2 Направленность – физкультурно-оздоровительная.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья дошкольников.

1.3 Актуальность.

В условиях современной цивилизации в связи с резким снижением двигательной активности человека возрастает роль систематических занятий физическими упражнениями, подвижными играми.

Народные игры являются эффективным средством всестороннего развития детей, формируют у них положительное отношение к физической культуре и спорту, способствуют развитию двигательных умений и качеств.

В народных играх ярко отражаются образ жизни людей, их быт, труд, национальные традиции. На их основе закладываются представления о чести, смелости, мужестве, формируются стремления овладеть силой, ловкостью, выносливостью, быстротой, красотой движений, проявить смекалку, выдержку, творчество, волю, победить соперников. Выдающиеся деятели педагогики и культуры призывали собирать и описывать народные игры и состязания, чтобы сохранить и передать следующим поколениям народный колорит, своеобразие языка, формы и содержания разговорных текстов [Г.А. Виноградов, 1979; Е.А. Покровский, 2009; К.Д. Ушинский, 1981].

Особое значение народных подвижных игр заключается в том, что они широко доступны детям самого разного возраста.

Целенаправленность и целесообразность поведения при достижении намеченной цели, связанного с внезапно возникающими и постоянно изменяющимися условиями, потребностью широкого выбора действий, требуют проявления творческих способностей, активности, инициативы. Такая широта использования возможностей, выражающаяся в самостоятельности и относительной свободе действий, сочетающихся с выполнением добровольно принятых или установленных условностей при подчинении личных интересов общим, связана с ярким проявлением эмоций. Все это с методической точки зрения характеризует подвижную игру как многоплановое, комплексное по воздействию, педагогическое средство воспитания. Комплексность выражается в формировании

двигательных навыков, развитии и совершенствовании жизненно важных физических, умственных и морально-волевых качеств.

Игры народов Поволжья исследовали А.С. Кабанов, Н.Н. Гилярова, Н.И. Атланова, Е.В. Шишкина и др. Большая работа проделана Е.С. Евдокимовой, Ю.В. Езубовой, Н.В. Додокиной, И.В. Сластеновой. Накоплен достаточный опыт по содержанию и организации занятий дошкольников физической культурой с использованием игр народов Поволжья в рамках регионального проекта «Воспитание маленького волжанина».

Однако, несмотря на большое количество исследований по данному вопросу, в практике дошкольного учреждения недостаточно используются игры народов Поволжья. Сказанное выше обуславливает актуальность темы.

1.4 Цель – развитие физических качеств дошкольников посредством использования подвижных игр народов Поволжья.

Задачи:

1. Знакомить детей с содержанием подвижных игр разных народов Поволжья;
2. Формирование у детей представлений о национальном колорите обычаев того или иного народа, игр и традиций;
3. Формирование стойкого интереса к подвижным играм народов Поволжья;
4. Развитие физических качеств: мышечной силы, ловкости, выносливости, гибкости;
5. Развитие психических качеств: внимания, памяти, воображения, умственных способностей;
6. Воспитание нравственных качеств: коммуникабельности, чувства товарищества;
7. Создание условий для положительного психоэмоционального состояния детей.

1.5 Принципы:

1. индивидуализации (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);
2. систематичности (непрерывность и регулярность занятий);
3. наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);
4. повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);

5. сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

Методические приемы:

Игровой метод. Основной метод, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста.

Наглядный метод – выразительный показ.

Метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

Словесный метод. Это беседа, объяснение методики исполнения движений, оценка.

Практический метод заключается в выполнении конкретных движений.

Ожидаемые результаты программы:

Первостепенным результатом реализации программы является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие.

- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья детей;
- развитие физических способностей;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- развитие психических и нравственных качеств;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

2.Содержательный раздел

2.1 Перспективное планирование

Месяц	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Сентябрь	диагностика	диагностика	1. «Хищник в море» (ч. н. и.); 2. «Скок — перескок» (т. н. и.); 3. «Аисты» (у. н. и.).	1. «Луна или солнце» (ч. н. и.); 2. «Хищник в море» (ч. н. и.); 3. «Аисты» (у. н. и.).
Октябрь	1. «Тили — рам?» (ч. н. и.); 2. «Луна или солнце» (ч. н. и.); 3. «Скок — перескок» (т. н. и.).	1. «Серый волк» (т. н. и.); 2. «Тили — рам?» (ч. н. и.); 3. «Луна или солнце» (ч. н. и.).	1. «Продай горшок» (т. н. и.); 2. «Серый волк» (т. н. и.); 3. «Тили — рам?» (ч. н. и.).	1. «Займи место» (т. н. и.); 2. «Продай горшок» (т. н. и.); 3. «Серый волк» (т. н. и.).
Ноябрь	1. «Хищник в море» (ч. н. и.); 2. «Продай горшок» (т. н. и.); 3. «Скок — перескок» (т. н. и.).	1. «Хлопушки» (т. н. и.); 2. «Серый волк» (т. н. и.); 3. «Тили — рам?» (ч. н. и.).	1. «Серый волк» (т. н. и.); 2. «Тили — рам?» (ч. н. и.); 3. «Хлопушки» (т. н. и.).	1. «Летучая мышь» (ч. н. и.); 2. «Хлопушки» (т. н. и.); 3. «Займи место» (т. н. и.).
Декабрь	1. «Рыбки» (ч. н. и.); 2. «Аисты» (у. н. и.); 3. «Луна или солнце» (ч. н. и.).	1. «Три коня» (у. н. и.); 2. «Рыбки» (ч. н. и.); 3. «Аисты» (у. н. и.).	1. «Хлопушки» (т. н. и.); 2. «Три коня» (у. н. и.); 3. «Рыбки» (ч. н. и.).	1. «Летучая мышь» (ч. н. и.); 2. «Хлопушки» (т. н. и.); 3. «Три коня» (у. н. и.).
Январь	—	—	1. «Жмурки» (р. н. и.); 2. «Займи место» (т. н. и.); 3. «Хищник в море» (ч. н. и.).	1. «Продай горшок» (т. н. и.); 2. «Жмурки» (р. н. и.); 3. «Займи место» (т. н. и.).
Февраль	1. «Перехватчики» (т. н. и.); 2. «Продай горшок» (т. н. и.); 3. «Займи место» (т. н. и.).	1. «Три коня» (у. н. и.); 2. «Рыбки» (ч. н. и.); 3. «Аисты» (у. н. и.).	1. «Перехватчики» (т. н. и.); 2. «Три коня» (у. н. и.); 3. «Рыбки» (ч. н. и.).	1. «Рыбки» (ч. н. и.); 2. «Жмурки» (р. н. и.); 3. «Займи место» (т. н. и.).

Март	1. «Хищник в море» (ч. н. и.); 2. «Продай горшок» (т. н. и.); 3. «Скок — перескок» (т. н. и.).	1. «Хлопушки» (т. н. и.); 2. «Серый волк» (т. н. и.); 3. «Тили — рам?» (ч. н. и.).	1. «Серый волк» (т. н. и.); 2. «Тили — рам?» (ч. н. и.); 3. «Хлопушки» (т. н. и.).	1. «Летучая мышь» (ч. н. и.); 2. «Хлопушки» (т. н. и.); 3. «Займи место» (т. н. и.).
Апрель	1. «Рыбки» (ч. н. и.); 2. «Аисты» (у. н. и.); 3. «Луна или солнце» (ч. н. и.).	1. «Три коня» (у. н. и.); 2. «Рыбки» (ч. н. и.); 3. «Аисты» (у. н. и.).	1. «Хлопушки» (т. н. и.); 2. «Три коня» (у. н. и.); 3. «Рыбки» (ч. н. и.).	1. «Летучая мышь» (ч. н. и.); 2. «Хлопушки» (т. н. и.); 3. «Три коня» (у. н. и.).
Май	1. «Тили — рам?» (ч. н. и.); 2. «Луна или солнце» (ч. н. и.); 3. «Скок — перескок» (т. н. и.).	1. «Серый волк» (т. н. и.); 2. «Тили — рам?» (ч. н. и.); 3. «Луна или солнце» (ч. н. и.).	диагностика	диагностика

Критерии результативности программы.

Для определения эффективности предложенной программы применяется тестирование физической подготовленности:

1. Бег 30 м (с);
2. Наклон туловища вперед (см);
3. Челночный бег 3х10 м (с);
4. Прыжок в длину с места (см);
5. Метание мяча (м);

Таблица оценок физической подготовленности и нормы физического развития мальчиков и девочек старшей группы (Смирнов Ю.А.).

№ п/п	Тестовые показатели	М/ Д	Уровень развития / балл				
			низкий 1	ниже среднего 2	средний 3	выше среднего 4	высокий 5
1	Бег 30 м (с)	М	7.67–7.55	7.50–6.91	6.90–6.51	6.50–6.31	6.30 – 5.0
		Д	9.34–9.15	9.14–8.75	8.74–8.27	8.26–7.87	7.86–7.14
2	Наклон туловища вперед (см)	М	<1	1 – 2	3 – 7	8 – 10	>10
		Д	<2	2 – 4	5 – 9	10 – 13	>13
3	Челночный бег 3х10 м (с)	М	>11,8	11,7–11,4	11,3 – 11	10,9–10,6	<10,6
		Д	>12	12– 11,7	11,6–11,2	11,1–10,8	<10,8
4	Прыжок в длину с места (см)	М	78 – 86	87 – 94	95 – 110	111 – 120	121 – 130
		Д	71 – 79	80 – 103	104 – 110	111 – 118	119 – 124
5	Метание мяча (м)	М	5.6 – 8.8	8.9 – 12	12.5 - 16	16.5 – 19	19.5 – 22
		Д	5.5 – 7.5	7.5 – 11	11.5 – 14	14.5 – 15	15.5 – 18

Протокол тестирования уровня физической подготовленности детей.

Начало года.

[illegible]

Протокол тестирования уровня физической подготовленности детей.

Конец года.

[illegible]

3.Организационный раздел

Дата проведения: вторник, четверг

Срок проведения: с 01 сентября по 31 мая

Возрастная группа: дети 6 - 7 лет

Количество занятий в год: 64

Периодичность занятий: 2 раз в неделю

Форма организации: групповая

Длительность занятий: 30 минут

Место проведения кружка: физкультурный зал, спортивная площадка

Список детей

- | | |
|--------------------------|-------------------------|
| 1. Бадингер Пелагея | 13. Майоров Андрей |
| 2. Горлов Владимир | 14. Маринина Мария |
| 3. Иванов Ярослав | 15. Никанюк Инга |
| 4. Кирсанова София | 16. Образцов Александр |
| 5. Кобозев Арсений | 17. Рыжкова Алиана |
| 6. Королев Ярослав | 18. Старостина Анна |
| 7. Кочеткова Милада | 19. Ступаченко Родион |
| 8. Кузнецов Мирон | 20. Титенок Владимир |
| 9. Кукарова Екатерина | 21. Хачатрян Ванесса |
| 10. Куров Даниил | 22. Хозяшев Артем |
| 11. Лисовой Федор | 23. Чугункин Алексей |
| 12. Магомедалиева Динара | 24. Шишлянников Дмитрий |

4. Перечень литературы

1. Евдокимова, Е.С.; Езубова, Ю.В.; Додокина, Н.В.; Сластенова, И.В. Игры детей Поволжья: традиции и современность. Метод. пособие для специалистов учреждений образования и культуры. – Волгоград-Саратов: ЦОП, 2004. - 250с.
2. Кенеман, А.В. Детские подвижные игры народов СССР. Под ред. Т.И. Осокиной. — М.: Просвещение, 1988. - 239с.
3. Литвинова, М.Ф. Русские народные подвижные игры для детей дошкольного и младшего школьного возраста. М., 1996. – 79с.
4. Осокина, Т.И., Вавилова, Е.И. Физическая культура в детском саду. - М.: Просвещение, 1986.- 394с.
5. Покровский, Е.А. Русские детские подвижные игры. Спб., 2009. - 179с.
6. Шадрина, А.А. Детские народные игры. – Якутск, 1990. – 205с.