

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Большемакателёвская средняя школа»

Рассмотрена
на заседании
методического совета
(протокол от
31.08.2023 № 1)

Согласована
педагогическим
советом
(протокол от 31.08.2023
№ 1)

Утверждена приказом
по МАОУ
«Большемакателёвской
СШ»
от 31.08.2023 № 60

Дополнительная образовательная (общеразвивающая) программа

Народные игры

Направленность: Физкультурно-
спортивная
Срок реализации: 1 год
Возраст обучающихся: 7-10 лет
Автор составитель: Сусуйкин В.А.

Пояснительная записка.

Актуальность программы: 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 также в рамках реализации ФГОС НОО ФООП.

МАОУ «Большемакательская СШ» является федеральной инновационной площадкой и реализует инновационное предложение на тему «Школа этнокультурных образовательных практик». Данная программа способствует реализации инновационного предложения.

Направленность: физкультурно-спортивная.

Отличительные особенности: практическая значимость на уровне индивида, школы, социума.

Программа интегрирует в себе содержание, способствующее не только физическому развитию ребенка, но и знания фольклора, способствующие освоению культурного наследия народов России (прежде всего мордовского, так как в структуре населения села, в котором находится образовательная организация, выделяются мордва- эрзя).

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. В процессе игры развиваются УУД (регулятивные, личностные и познавательные).

Адресат: возраст детей, участвующих в реализации программы - учащиеся 1-4 классов (7 – 11 лет), в количестве 15 учеников, в том числе дети с ОВЗ.

Цель и задачи программы:

- Создание условий для развития физических качеств младших школьников посредством мордовских народных игр.

Образовательные:

- Формировать знания и представления о здоровом образе жизни;
- Обучать правилам поведения в процессе коллективных действий;
- Формировать интерес к народному творчеству.

Развивающие:

- Развивать познавательный интерес к мордовским народным играм, включение их в познавательную деятельность;
- Развивать активность, самостоятельность, ответственность;
- Развивать статистическое и динамическое равновесие, развитие глазомера и чувства расстояния;
- Развивать внимательность, как черты характера, свойства личности.

Воспитательные:

- Воспитывать чувство коллективизма;
- Формировать установку на здоровый образ жизни;
- Воспитывать бережное отношение к окружающей среде, к народным традициям.

Объём и срок освоения: 36 учебных занятий в год.

Ведущей формой организации обучения является групповая.

Режим занятий: один раз в неделю.

Занятия проводятся на улице или в спортивном зале (при плохой погоде).

Планируемые результаты освоения программы.

Личностные результаты:

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- умение выражать свои эмоции;
- понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- определять цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму.

Познавательные УУД:

- Желание узнавать игры, совершенствовать умение играть;
- умение делать выводы в результате совместной работы группы и учителя.

Коммуникативные УУД:

- умение оформлять свои мысли в устной форме;
- слушать и понимать речь других;
- договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера и исполнителя).

Учебный план

№	Тема изучаемого раздела	Кол-во часов
1.	Игры на развитие ловкости	10 ч.
2.	Игры на развитие быстроты	9 ч.
3.	Игры на развитие силы	8 ч.
4.	Игры на развитие выносливости	8 ч.
4.	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания ,правильной осанки).	3 ч.
	Итого:	38 ч.

Содержание учебного плана

Игры, в которых преимущественно проявляются	Характеристика игровых действий	Игры
Ловкость	Игры, побуждающие немедленно переходить от одних действий к другим; не задерживаясь, сочетать свои действия с действиями других занимающихся (по внезапным заданиям, сигналам). Игры, требующие умения сосредоточить внимание одновременно на нескольких действиях (бег, прыжки, игры с увертыванием)	<ul style="list-style-type: none"> • “Продажа лаптей” (Карень микшнема) • “Поймай мяч” (Кундык осканть) • “В ключи” (Панжомнесэ) • «Котёл (Котелсо налксема)» • «Круговой мяч» (мячень кунсема)
Быстрота	Игры, требующие своевременных двигательных ответов на зрительные, тактильные, звуковые сигналы, игры, с короткими перебежками типа догоняй-убегай. Игры с преодолением расстояний в кратчайший срок. Игры с бегом на скорость в изменяющихся условиях.	<ul style="list-style-type: none"> • “Ветер-ветерки” (Варма-варминеть). • “В ворона” (Варакасо). • “Салки”(Варяняс повома). • “Бабушка” (Бабасо) • «В курочек» (Сараскесэ).
Сила	Игры с кратковременными мышечными напряжениями динамического и статического характера	<ul style="list-style-type: none"> • “Разорви цепь” (Сезик рисьменьт) • “Биляша” • “Перетягивание через черту” • Раю-раю • «За капустой» (капстань кис)
Выносливость	Игры с неоднократными повторениями активных, энергично выполняемых действий, связанных с непрерывными интенсивными движениями, чередуются с	<ul style="list-style-type: none"> • «Паук и мухи» (каркт) • “За ягодой”(ягудань кис) • “Салки”(Варяняс повома).

	<p>короткими паузами для отдыха, переходами от одних видов движений к другим</p>	<ul style="list-style-type: none"> • «Ловишки»(кундык) • «В ворона» (Варакасо) • «Горшочек» (Чакшкинесэ)
<p>Игры малой подвижности</p>	<p>Игры на внимание, память, сообразительность, снижение физической нагрузки, т.е. постепенный переход от возбуждённого состояния к более спокойному.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • «Камушки» (Кевнянся) • «Слепая старуха» (слепой бабине) • «В круги» (Кирьксэ)

Календарный учебный график

№п/п	Название раздела и темы	Кол-во час	Дата	
			план	факт
1	“Продажа лаптей”, “В ворона”, «Камушки»	1		
2	“Поймай мяч”, “Ветер-ветерки”, «В круги»	1		
3	“В ключи”, “Салки”, «Камушки»	1		
4	«Котёл», “Бабушка”, «Слепая старуха»	1		
5	«Круговой мяч», «В курочек», «В круги»	1		
6	“Ветер-ветерки”, “Разорви цепь”, «Слепая старуха»	1		
7	“Салки”, «Биляша», «Камушки»	1		
8	«Перетягивание через черту», «Ловишки», «В круги»	1		
9	«Раю-раю», «Горшочек», «Камушки»	1		
10	«За капустой», «Паук и мухи», «Слепая старуха»	1		
11	«За ягодой», “Продажа лаптей”, «В круги»	1		
12	“Ветер-ветерки”, «Бабушка», «Камушки»	1		
13	«В ворона», «Круговой мяч», «Слепая старуха»	1		
14	«Котёл», «В курочек», «В круги»	1		
15	«Ловишки», “Разорви цепь”, «Камушки»	1		
16	«Салки», «Перетягивание через черту», «В круги»	1		
17	“Продажа лаптей”, “Разорви цепь”, «Слепая старуха»	1		
18	«Бабушка», «Горшочек», «Биляша»	1		
19	«Паук и мухи», «Котёл», «Камушки»	1		
20	«Раю-раю», «За ягодой», «Слепая старуха»	1		
21	«В ворона», «Биляша», «В круги»	1		
22	“Ветер-ветерки”, «Бабушка», «Камушки»	1		
23	«Котёл». «Перетягивание через черту», «В круги»	1		
24	«Ловишки», “Разорви цепь”, «Слепая старуха»	1		
25	«Салки», «Паук и мухи», «Котёл»	1		
26	“Продажа лаптей”, «За ягодой», «Камушки»	1		
27	“Ветер-ветерки”, «Биляша», «Слепая старуха»	1		
28	«Круговой мяч», «В ворона», «В круги»	1		
29	«Паук и мухи», «Горшочек», «Камушки»	1		
30	«Бабушка», «В курочек», «Слепая старуха»	1		
31	«Салки», «Перетягивание через черту», «В круги»	1		
32	“Продажа лаптей” “Разорви цепь”, «Камушки»	1		
33	“Ветер-ветерки”, “В ключи”, «Слепая старуха»	1		
34	«Котёл», «В ворона», «Раю-раю»,	1		
35	«Ловишки», «За ягодой», «Слепая старуха»	1		
36	“Ветер-ветерки”, “Бабушка”, «Камушки»	1		
37	«Продажа лаптей», «В ворона», «В ключи»	1		

Формы аттестации

1. Контрольные игры.

2. Тесты.

Оценочные материалы 1 класс

Мальчики				
№	Упражнения	Уровень		
		Высокий	Средний	Низкий
1	Прыжок в длину с места (см)	120	115	105
2	«Челночный бег» 3x10 м (сек.)	9.9	10.8	11.2
3	Метание малого мяча 150г (м)	20	15	10
4	Бег на 1000 м.	Без учёта времени		
Девочки				
1	Прыжок в длину с места (см)	118	113	95
2	«Челночный бег» 3x10 м (сек.)	10.2	11.3	11.7
3	Метание малого мяча 150г (м)	15	10	5
4	Бег на 1000 м	Без учёта времени		

Оценочные материалы 2 класс

Мальчики				
№	Упражнения	Уровень		
		Высокий	Средний	Низкий
1	Прыжок в длину с места (см)	145	130	110
2	«Челночный бег» 3x10 м (сек.)	9.1	9.7	10.4
3	Метание малого мяча 150г (м)	23	18	13
4	Бег на 1000 м.	Без учёта времени		
Девочки				
1	Прыжок в длину с места (см)	135	125	105
2	«Челночный бег» 3x10 м (сек.)	9.7	10.4	11.2
3	Метание малого мяча 150г (м)	17	12	7
4	Бег на 1000 м.	Без учёта времени		

3. Спортивные соревнования и конкурсы.

Оценочные материалы 3 класс

Мальчики				
№	Упражнения	Уровень		
		Высокий	Средний	Низкий
1	Прыжок в длину с места (см)	150	140	120
2	«Челночный бег» 3x10 м (сек.)	8.8	9.3	9.9
3	Метание малого мяча 150г (м)	27	22	17
4	Бег на 1000 м.	5.00	5.30	6.00
Девочки				
1	Прыжок в длину с места (см)	145	130	115
2	«Челночный бег» 3x10 м (сек.)	9.3	9.8	10.4
3	Метание малого мяча 150г (м)	19	15	10
4	Бег на 1000 м.	6.00	6.30	7.00

Оценочные материалы 4 класс

Мальчики				
№	Упражнения	Уровень		
		Высокий	Средний	Низкий
1	Прыжок в длину с места (см)	155	145	125
2	«Челночный бег» 3x10 м (сек.)	8.6	9.1	9.8
3	Метание малого мяча 150г (м)	31	26	22
4	Бег на 1000 м.	4.30	5.00	5.30
Девочки				
1	Прыжок в длину с места (см)	150	135	115
2	«Челночный бег» 3x10 м (сек.)	9.1	9.6	10.2
3	Метание малого мяча 150г (м)	20	16	13
4	Бег на 1000 м.	5.00	5.40	6.30

Методические материалы

При изучении игр применяются как **общеобразовательные методы, так и специфические, основанные на активной двигательной деятельности: игровой и соревновательный методы, словесные и сенсорные методы, а также различные средства: подготовительные и игровые упражнения, учебные игры, соревнования.** При занятии с учащимися данной возрастной группы большое значение имеет наглядность в обучении. Поэтому при изучении мордовских народных игр необходимо использовать **рассказ-показ, демонстрацию таблиц и рисунков изучаемых игр.** Максимальный эффект обеспечивается лишь при оптимальном сочетании различных средств и методов, выбранных с учетом особенностей мордовских народных игр.

Условия реализации программы

Материально-техническое:

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Имеется в наличии (кол-во)
1.	Лапти	10
2.	Бита	2
3.	Обручи	10
4.	Камушки	10
5.	Мяч волейбольный	10
6.	Гимнастические палки	15
7.	Резиновые кольца	10

Информационное:

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Имеется в наличии (кол-во)
1.	Контрольно-измерительные материалы 1-4 классы	1
2.	Бржинский В.С. «Мордовские народные игры» Саранское книжное издательство.2009	1
3.	Данные опросов респондентов	12
4.	Журнал «Физкультура в школе» № 3, 2008 г.	1

Кадровое:

Ф.И.О. педагога	Образование	Стаж	Сведения о квалификации	Сведения о профессиональной подготовке
Сусуйкин Владимир Алексеевич	Высшее, ГГПИ им. М. Горького, 1984 специальность	32 года	Первая квалификационная категория, 2013 г.	2016 «Теория и методика преподавания физической культуры в условиях реализации ФГОС»

Список литературы:

1. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина.
2. Федеральный государственный образовательный Стандарт начального общего образования.
3. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Начальная школа. М. Просвещение, 2011 г..
4. Основная образовательная программа МАОУ «Большемакательская СШ»
5. Примерная программа по организации внеурочной деятельности обучающихся начальной школы (М., Просвещение, 2010 г.)
- 6.300 соревновательно-игровых заданий по физическому воспитанию
Гуревич И.А.
7. Журнал «Физическая культура в школе» № 3 2008года