

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ШКОЛА- ИНТЕРНАТ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ С.ОМОЛОН БИЛИБИНСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
ЧУКОТСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА»**

Рассмотрено на заседании МО воспитателей ДО (протокол № 17 от 28.08.2024г.)	Согласовано на заседании педагогического совета от (протокол № 17 от 28.08.2024г.)	Утверждаю Директор МБОУ «ШИ с.Омолон» _____ С.Г.Петрова приказ № 50/2-од от 28.08.2024г.)
---	--	---

**Рабочая программа
дополнительного образования
« Народные игры»**

2024г.

№	Содержание	Стр.
I.	Целевой раздел	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цели и задачи программы	4
1.3.	Принципы и подходы к формированию рабочей программы	4
1.4.	Основные характеристики особенностей развития детей старшего дошкольного возраста (от 4 до 7 лет)	6
1.4.1	Основные характеристики особенностей развития детей 4 лет	6
1.4.2.	Основные характеристики особенностей развития детей 5 лет	7
1.4.3.	Основные характеристики особенностей развития детей 6 лет	8
1.4.4.	Основные характеристики особенностей развития детей 7 лет	8
1.5.	Планируемые результаты как ориентиры освоения воспитанниками программы дополнительного образования «Народные игры»	9
II.	Содержательный раздел	10
2.1.	Содержание рабочей программы дополнительного образования «Народные игры»	10
2.2.	Методы, используемые на занятиях кружка	11
2.3.	Календарно - тематическое планирование работы по программе дополнительного образования «Народные игры»	12
2.4.	Взаимодействие с родителями	17
III.	Организационный раздел	18
3.1.	Учебный план	18
3.2.	Организация развивающей предметно-пространственной среды	18
3.3.	Методическое обеспечение рабочей программы дополнительного образования «Народные игры»	19
	Практическое пособие для воспитателей и инструкторов по физической культуре Игры народов Крайнего Севера (Приложение № 1)	20

I. Целевой раздел

1.1.Пояснительная записка

Рабочая программа дополнительного образования «Народные игры» спроектирована с учётом ФГОС и ФОП дошкольного образования, особенностей образовательного учреждения, образовательных потребностей и запросов воспитанников.

Нормативно-правовой базой для разработки Программы является:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральная образовательная программа дошкольного образования (приказ № 874 от 30.09.2022 г. Министерство просвещения РФ);
- ФГОС дошкольного образования (приказ № 1155 Минобрнауки РФ от 17.10.13 г.);
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской от 15 мая 2013 года №26 «Об утверждении САНПИН» 2.4.3049-13);
- «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования (Приказ Минобрнауки РФ от 30.08. 2013 г. № 1014;
- Устав МБОУ «ШИ с.Омолон» (подразделение детский сад);
- Положение о рабочих программах педагогов и узких специалистов МБОУ «ШИ с.Омолон».

Рабочая программа дополнительного образования «Народные игры» рассчитана на 3 года для работы с детьми с 4 до 7 лет.

Всем известно, что дети любят играть. Это стремление нужно умело использовать в интересах самих детей, развивая и воспитывая в них такие необходимые им качества, как сила, ловкость.

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 народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

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.

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. Большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

В первый год проводится ознакомление детей с русскими народными играми. Во второй и третий год с играми народов России и ближнего зарубежья. Программа предусматривает знакомство с обычаями и традициями народов Крайнего Севера, украинцев, белорус, узбеков, дагестанцев и т. д.

Народные игры способствуют повышению уровня двигательной активности до уровня, обеспечивающего нормальное физическое, психическое развитие и здоровье детей; обеспечиваются условия для проявления активности и творчества каждого ребенка.

Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. Радость движения сочетается с духовным обогащением. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора: движения точны и образны, часто сопровождаются считалками, потешками, веселыми моментами. Игровая ситуация увлекает и воспитывает детей, а действия требуют от детей умственной деятельности.

1.2. Цель программы: развитие физических способностей через народные игры.

Основные задачи:

- 1) повысить уровень двигательной активности;
- 2) способствовать физическому, психическому развитию детей;
- 3) развивать активность и творчество занимающихся, любознательность, честность;
- 4) вызвать интерес к народным играм, позволить детям ощутить красоту и радость движений.

Содержание программы определено с учётом:

- возрастных, психофизиологических и индивидуальных особенностей учащихся, интересов и потребностей учащихся,
- тенденции развития воспитания и образования.

1.3. Принципы и подходы к формированию и реализации программы дополнительного образования «Веселые клеточки», сформулированные на основе требований ФГОС ДО:

Рабочая программа дополнительного образования «Народные игры» сформирована в соответствии с принципами и подходами, определёнными Федеральными государственными образовательными стандартами дошкольного образования:

- поддержки разнообразия детства;
- сохранения уникальности и самоценности дошкольного детства как важного этапа в общем развитии человека;
- полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащения (амплификации) детского развития;
- индивидуализацию дошкольного образования (в том числе одарённых детей и детей с ограниченными возможностями здоровья);
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

- поддержку инициативы детей в различных видах деятельности;
- партнерство с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастную адекватность (соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учёт этнокультурной ситуации развития детей.
- обеспечение преемственности дошкольного и начального общего образования.

1.4. Основные характеристики особенностей развития детей старшего дошкольного возраста (от 4 до 7 лет).

1.4.1. Основные характеристики особенностей развития детей 4 лет.

Младший дошкольный возраст – важнейший период в развитии дошкольника, который характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития. В это время происходит переход ребенка к новым отношениям с взрослыми, сверстниками, предметным миром.

Психологи обращают внимание на *«кризис трех лет»*, когда младший дошкольник, еще недавно такой покладистый, начинает проявлять нетерпимость к опеке взрослого, стремление настоять на своем требовании, упорство в осуществлении своих целей. Это свидетельствует о том, что прежний тип взаимоотношений взрослого и ребенка должен быть изменен в направлении предоставления дошкольнику большей самостоятельности и обогащения его деятельности новым содержанием. Если же новые отношения с ребенком не складываются, его инициатива не поощряется, самостоятельность постоянно ограничивается, то возникают собственно кризисные явления в системе ребенок – взрослый, что проявляется в капризах, упрямстве, строптивости, своеволии по отношению к взрослым (в контакте со сверстниками этого не происходит).

Характерное для младшего дошкольника требование *«я сам»* отражает прежде всего появление у него новой потребности в самостоятельных действиях, а не фактический уровень возможностей. Поэтому задача взрослого – поддержать стремление к самостоятельности, не погасить его критикой неумелых действий ребенка, не подорвать его веру в собственные силы, высказывая нетерпения по поводу его медленных и неумелых действий. Необходимо помочь каждому ребенку заметить рост своих достижений, ощутить радость переживания успеха в деятельности (Я – молодец!).

Самостоятельность формируется у младшего дошкольника в совместной деятельности со взрослыми и непосредственно в личном опыте. В совместной деятельности воспитатель помогает ребенку освоить новые способы и приемы действий, показывает пример поведения и отношения. Он постепенно расширяет область самостоятельных действий ребенка с учетом его растущих возможностей и своей положительной оценкой усиливает стремление без помощи взрослого добиться лучшего результата.

Игра – любимая деятельность младших дошкольников. Продолжает усложняться и развиваться творческая ролевая игра. В связи с возникновением разнообразных форм совместных игр создаются благоприятные условия для коллективных взаимоотношений детей.

В этом возрасте ребенок обладает уже сравнительно большим запасом двигательных умений и навыков, но он еще не заботится о результатах своих действий, поглощен самим процессом движений, их эмоциональной стороной. Вместе с тем движения детей постепенно приобретают все более преднамеренный характер. Детям этого возраста свойственно желание включаться в новые и разнообразные виды движений. Сочетая различные действия, ребенок может соблюдать определенную их последовательность.

Формирование двигательных навыков и умений продолжается на основе подражания. Ребенок более сознательно следит за педагогом, когда он дает образец движений, выслушивает пояснения. Он лучше воспринимает объяснения в форме диалога, направленного на изложение предстоящих действий.

К концу 4-го года у ребенка уже имеется довольно большой и прочный запас разнообразных движений и их сочетаний, который обуславливает свободу самостоятельных действий и уверенность в себе. Это позволяет перейти к работе над качественной стороной движений, а также заботиться о развитии ловкости.

1.4.2. Основные характеристики особенностей развития детей 5 лет.

Взросли физические возможности детей: движения их стали значительно более уверенными и разнообразными. Дошкольники испытывают острую потребность в движении. В случае ограничения активной двигательной деятельности они быстро перевозбуждаются, становятся непослушными, капризными. Поэтому в средней группе особенно важно наладить разумный двигательный режим, наполнить жизнь детей разнообразными подвижными играми, игровыми заданиями, танцевальными движениями под музыку, хороводными играми.

Эмоционально окрашенная деятельность становится не только средством физического развития, но и способом психологической разгрузки детей среднего дошкольного возраста, которых отличает довольно высокая возбудимость. Увидев перевозбуждение ребенка, воспитатель, учитывая слабость тормозных процессов детей 4-5 лет, переключает его внимание на более спокойное занятие. Это поможет ребенку восстановить силы и успокоиться.

Ребенок 5-го года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испытать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнений. У детей возникает необходимость в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но еще не умеют соизмерять свои силы, учитывать свои реальные возможности. Убедившись в не посильности выполнения двигательного действия, ребенок проделывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения. Но при этом он искренне убежден в том, что выполнил движение полностью. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий.

Внимание ребенка среднего дошкольного возраста приобретает все более устойчивый характер; совершенствуются зрительное, слуховое и осязательное восприятия, развиваются преднамеренное запоминание и припоминание. Дети хорошо различают виды движений, частично овладевают умением выделять некоторые их элементы. Развивается способность воспринимать, представлять, анализировать и оценивать последовательность и качество своих действий. Возникает интерес к результатам движения, правильности его выполнения, соответствию образцу.

Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы.

Возникает психологическая готовность к выполнению сложных двигательных действий и проявлению определенных волевых усилий.

На уровне познавательного общения дети испытывают острую потребность в уважительном отношении со стороны взрослого. Замечено, что дети, не получившие от воспитателя ответов на волнующие их вопросы, начинают проявлять черты замкнутости, негативизма, непослушания по отношению к старшим. Иными словами, нереализованная потребность общения с взрослым приводит к негативным проявлениям в поведении ребенка.

Ребенок пятого года жизни отличается высокой активностью. Это создает новые возможности для развития самостоятельности во всех сферах его жизни. Развитию самостоятельности в познании способствует освоение детьми системы разнообразных обследовательских действий, приемов простейшего анализа, сравнения, умения наблюдать.

Уделяя внимание развитию детской самостоятельности, воспитатель широко использует приемы индивидуального подхода, следуя правилу: не делать за ребенка то, что он в состоянии сделать самостоятельно. Но при этом *воспитатель исходит из реального уровня умений, которые могут значительно различаться у разных детей.* Поэтому если для одних детей будет достаточно простого напоминания о нужном действии, совета, то для других необходим показ или совместное действие с ребенком – в этом проявляется одна из особенностей детей. Воспитатель становится свидетелем разных темпов развития детей: одни дольше сохраняют свойства, характерные для младшего возраста, перестройка их поведения и деятельности как бы замедляется, другие, наоборот, взрослеют быстрее и начинают отчетливо проявлять черты более старшей возрастной ступени.

У детей 4-5 лет ярко проявляется интерес к игре. Игра усложняется по содержанию, количеству ролей и ролевых диалогов. Дети уверенно называют свою игровую роль, действуют в соответствии с ней.

1.4.3. Основные характеристики особенностей развития детей блет.

Возраст 5-7 лет характеризуется активизацией ростового процесса: за год ребенок может вырасти на 7-10 см, при этом показатели роста детей подготовительной группы несколько выше, чем у детей шестого года жизни. Изменяются пропорции тела. Совершенствуются движения, двигательный опыт детей расширяется, активно развиваются двигательные способности. Заметно улучшается координация и устойчивость равновесия, столь необходимые при выполнении большинства движений. При этом девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками.

У детей активно развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но все еще слабыми остаются мелкие мышцы, особенно кистей рук. Воспитатель уделяет особое внимание развитию мелкой моторики. Старший дошкольник технически правильно выполняет большинство физических упражнений. Он способен критически оценить движения других детей, но самоконтроль и самооценка не постоянны и проявляются эпизодически. Углубляются представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, о значении гигиенических процедур (для чего необходимо мыть руки, чистить зубы и прочее), закаливания, занятий спортом, утренней гимнастики. Дети проявляют интерес к своему здоровью, приобретают сведения о своем организме (органы чувств, движения, пищеварения, дыхания) и практические умения по уходу за ним.

Происходят большие изменения высшей нервной деятельности. В течении шестого года жизни совершенствуются основные нервные процессы – возбуждение и особенно торможение. Это благотворно сказывается на возможностях саморегуляции. Эмоциональные реакции в этом возрасте становятся более стабильными, уравновешенными. Ребенок не так быстро утомляется, становится более выносливым психически (что связано и с возрастающей физической выносливостью). Дети

начинают чаще по собственной инициативе воздерживаться от нежелательных действий. Но в целом способность к произвольной регуляции своей активности все еще выражена недостаточно и требует внимания взрослых.

Двигательная деятельность ребенка становится все более многообразной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными видами движений, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры. Начинается освоение разнообразных спортивных упражнений. Возрастают проявления самостоятельности, возникают творческие поиски новых способов действий, их комбинаций и вариантов. Начинают создаваться небольшие группировки по интересу к тому или иному виду упражнений.

На 6-ом году жизни ребенка его движения становятся все более осознанными и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную воспитателем, самостоятельно выполнять указания педагога.

Дети обращают внимание на особенности разучивания упражнений, пытаются выяснить, почему следует проделывать их так, а не иначе. Во время объяснения у ребенка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей. Дети постепенно овладевают умением планировать свои практические и игровые действия, стремятся к их результативности.

Дети начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно повторять их без напоминания воспитателя, пытаюсь освоить то, что не получается. При этом они довольно настойчиво преодолевают трудности. Растет уровень физической подготовленности дошкольников, создаются прочные психологические и физиологические основания для повышения их работоспособности путем целенаправленного развития двигательных качеств.

Для старших дошкольников характерно стремление к совершенствованию в двигательной деятельности. При разумной педагогической направленности оно оказывает большое влияние на развитие личностных качеств ребенка.

В двигательной деятельности у дошкольников складываются более сложные формы общения со взрослыми и между собой. У ребенка развивается чувство уважения к старшим, стремление подражать им, появляется желание помочь другому, чему-то научить. При этом существенное значение имеет направленность на достижение коллективного результата движения, игры.

Более активно проявляется интерес к сотрудничеству, к совместному решению общей задачи. Дети стремятся договариваться между собой для достижения конечной цели. Педагогу необходимо помогать детям в освоении конкретных способов достижения взаимопонимания на основе учета интересов партнеров.

Однако нередко поведение детей этого возраста обуславливаются возникающие мотивы соперничества, соревнования. Возможны даже случаи негативного отношения детей к тем, кто хуже справляется с выполнением задания. Развитие моральных и волевых качеств детской личности – важная сторона педагогического руководства двигательной деятельностью в процессе физического воспитания.

1.4.4. Основные характеристики особенностей развития детей 7 лет.

На седьмом году жизни происходят большие изменения в физическом, познавательном, эмоциональном и социально-личностном развитии старших дошкольников, формируется готовность к предстоящему школьному обучению.

Достижения детей седьмого года жизни отличаются достаточной координированностью и точностью. Дети хорошо различают направление движения, скорость, смену темпа и ритма. Возросла возможность пространственной ориентировки, заметно увеличились проявления волевых

усилий при выполнении отдельных упражнений, стремление добиться хорошего результата. У детей вырабатывается эстетическое отношение к движениям, они начинают воспринимать красоту и гармонию движений. Проявляются личные интересы мальчиков и девочек в выборе физических упражнений и подвижных игр.

Старшие дошкольники активно приобщаются к нормам здорового образа жизни. В увлекательной, наглядно-практической форме воспитатель обогащает представления детей о здоровье, об организме и его потребностях, способах предупреждения травматизма, закаливании. Гигиенические навыки у детей старшего дошкольного возраста становятся достаточно устойчивыми. Формируется привычка самостоятельно следить за своим внешним видом, пользоваться носовым платком, быть опрятным и аккуратным, причесываться.

Повышается общая осведомленность детей о здоровьесберегающем поведении: элементарные правила безопасности, сведения о некоторых возможных травмирующих ситуациях, важности охраны органов чувств (зрения, слуха), некоторых приемах первой помощи в случае травмы (ушиб, порез, ссадина), правила поведения в обществе в случае заболевания (при кашле, чихании прикрывать рот платком, отворачиваться, не пользоваться общей посудой с заболевшим), некоторые правила ухода за больным (не шуметь, выполнять просьбы, предложить чай, подать грелку, градусник и т.п.)

Старший дошкольный возраст – время активного социального развития детей. В этот период начинает складываться личность с ее основными компонентами. На протяжении дошкольного возраста ребенок проходит огромный путь – от отделения себя от взрослого («Я сам») до открытия своей внутренней жизни, своих переживаний, самосознания.

Дети 6-7 лет перестают быть наивными и непосредственными, становятся более закрытыми для окружающих. Часто они пытаются скрыть свои истинные чувства, особенно в случае неудачи, обиды, боли. «Мне совсем не больно», - говорит упавший мальчик, сдерживая слезы. Причиной таких изменений является дифференциация (разделение) в сознании ребенка его внутренней и внешней жизни. Все это необходимо учитывать в подходе к ребенку.

На седьмом году жизни происходит дальнейшее развитие взаимоотношений детей со сверстниками. Дети предпочитают совместную деятельность индивидуальной.

В подготовительной группе в совместной деятельности дети осваивают разные формы сотрудничества: договариваются, обмениваются мнениями; чередуют и согласовывают действия; совместно выполняют одну операцию; контролируют действия партнера, исправляют его ошибки; помогают партнеру, принимают замечания партнера, исправляют свои ошибки. В процессе совместной деятельности дошкольники приобретают практику равноправного общения, опыт руководства и подчинения, учатся достигать взаимопонимания.

В старшем дошкольном возрасте значительно расширяется игровой опыт детей. Детям становится доступна вся игровая палитра: сюжетно-ролевые, режиссерские, театрализованные игры, игры с готовым содержанием и правилами, подвижные и музыкальные игры.

Старшие дошкольники выдвигают разнообразные игровые замыслы до начала игры и по ходу игры, проявляют инициативу в придумывании игровых событий.

Переход в старшую и особенно в подготовительную группу связан с изменением статуса дошкольников в детском саду – в общей семье воспитанников детского сада они становятся самыми старшими.

1.5. Планируемые результаты как ориентиры освоения воспитанниками программы дополнительного образования «Народные игры»

- Укрепление здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни.
- Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр.
- Развитие умений работать в коллективе.
- Формирование у детей уверенности в своих силах.
- Умение применять игры самостоятельно.

II. Содержательный раздел

2.1. Содержание рабочей программы дополнительного образования «Народные игры» определено с учётом:

- возрастных, психофизиологических и индивидуальных особенностей учащихся, интересов и потребностей учащихся,
- тенденции развития воспитания и образования.

Направления коррекционно-оздоровительной работы.

1. Укрепление резервов здоровья;
2. формирование личностных установок на здоровый образ жизни;
3. физическое и психическое развитие.

Гармоничное развитие личности ребёнка опирается на систему знаний. Эта система включает в себя элементарные знания о родном крае, о природе Крайнего Севера, о быте, о профессиях характерных для нашего региона, о национальной кухне и одежде.

Программа построена на общих принципах развивающего обучения и направлена на развитие личности ребёнка: видеть, понимать и любить красоту окружающего мира, на совершенствование разговорной чукотской речи дошкольников, их мышления, развитие творческих способностей, культуры народов Чукотки. Приоритет в обучении отдаётся не простому запоминанию и не механическому воспроизведению знаний, а пониманию и оценке происходящего, элементам системного анализа, совместной практической деятельности воспитателя и детей, родителей и детей.

Образовательная деятельность в рамках программы дополнительного образования «Народные игры» рассчитана на 3 года: для детей 4 до 7 лет.

Обучение в «Народные игры» состоит из трёх этапов: начального, углубленного разучивания и совершенствования двигательных умений и навыков.

Этап начального обучения

На этом этапе дети учатся простейшим действиям с мячом, чаатом, чороми (посох для развития координации движений, развивают умение следить за траекторией полёта мяча, чаата, вырабатывают быструю ответную реакцию на летящий мяч.

Этап углубленного разучивания

На этом этапе дети активно знакомятся с элементами спортивных и подвижных игр с мячом; их действия принимают направленный и осознанный характер. Этап углубленного разучивания упражнений характеризуется уточнением и совершенствованием техники выполнения.

Этап закрепления и совершенствования двигательных знаний и навыков

Это этап закрепления полученных знаний, умений и навыков владения мячом, чаатом, чорами (посох) в спортивных играх и эстафетах.

Этап совершенствования упражнений можно считать завершённым, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей.

Для обучения детей действиям с мячом, чаатом, чорами (посохом) организуются специальные занятия, которые имеют традиционную структуру и состоят из **трёх частей**:

1 Часть (вводная) включает в себя различные виды ходьбы и бега или

комплекс ритмической гимнастики.

2 Часть (основная) состоит из комплекса ОРУ с разными видами мячей,

упражнения для кистей рук с мелкими предметами, двух видов ОВД с мячами, подвижных игр и дыхательных упражнений.

3 Часть (заключительная) организовывается в виде релаксации или просмотра презентаций, видеороликов, мультфильмов.

На занятиях и вне занятий организуется:

- проведение бесед об истории и правилах спортивных игр с мячом, чаатом, чорами (посохом)
- демонстрация мультимедийных презентаций о видах спорта, правилах игры и т.д.;
- перемещение по площадке осуществляется бегом в сочетании с ходьбой, прыжками, поворотами;
- применение мелких предметов для развития мелких мышц рук;
- использование различных видов мячей для ОРУ;
- использование дыхательных упражнений;
- проведение ритмической гимнастики;
- использование упражнений на расслабление.

2.2. Методы и приемы для обеспечения программы дополнительного образования.

Методическое обеспечение программы:

Теоретический материал программы организовывается в форме бесед, до выполнения двигательной деятельности.

Практические упражнения объединяются в комплексы, которые периодически изменяются, обновляются.

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

Программа реализуется посредством основных методов работы:

- метод круговой тренировки
- игровой метод
- соревновательный метод
- наглядные методы
- групповые и игровые формы работы

Условия для успешного проведения коррекционно-оздоровительных занятий:

1. Наличие разнообразного спортивного оборудования и инвентаря, в том числе и нетрадиционного.

2. Использование разнообразной фонотеки.

- 3.Создание эмоциональной положительной обстановки.
- 4.Учет нагрузки и дозировки упражнений в каждой возрастной группе. Нагрузка должна возрастать постепенно, соблюдая принцип «от простого к сложному».
- 5.Каждое мероприятие носит развивающий характер, продумана активность, самостоятельность, творчество и индивидуальность каждого ребенка.
- 6.Учитываются интересы, потребности ребенка. Учет времени и длительности проведения занятия.
- 7.Мероприятия носят игровой характер.

Средства коррекционно-оздоровительных занятий:

1. Пальчиковая гимнастика и самомассаж;
2. Дыхательная гимнастика;
3. Корректирующая гимнастика при нарушении осанки;
4. Корректирующая гимнастика для укрепления свода стопы;
5. Игровой стретчинг.
6. Релаксация.

2.3. Календарно-тематическое планирование образовательной деятельности по программе дополнительного образования « Народные игры»

1 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Неделя	Вид игры	Название игры
Сентябрь		
1-2	Подготовка инвентаря, видеотеки, аудиотеки, физкультурного зала к занятиям.	
3-4	Обследование знаний подвижных игр, умений организации и самоорганизации.	
Октябрь		
1	Знакомство с обычаями и традициями русских народных игр.	
2	Подвижные	«С кочки на кочку» «Медведь и пчелы» «Солнышко и дождик» «Самолеты»
	Малоподвижные	«Море волнуется»
3-4	Подвижные	«Мышеловка» «Гуси-лебеди» «Удочка» «Хитрая лиса»
	Малоподвижные	«Эхо»
Ноябрь		
1-2	Подвижные	«Ловишки» «Лохматый пес» «Наседка и цыплята» «Догони свою пару» «Муха»
	Малоподвижные	«Летает – не летает»
3-4	Подвижные	«Перелет птиц» «Караси и щука» «Мышеловка» «Зайцы и волк» «Гуси летят»

	Малоподвижные	«Найди свой цвет»
Декабрь		
1-2	Подвижные	«Бездомный заяц» «Перебежки» «Хитрая лиса» «Мыши в кладовой» «Обыкновенные жмурки»
	Малоподвижные	«Кто ушел»
3-4	Подвижные	«Лохматый пес» «Зайцы и волк» «Быстро возьми, быстро положи» «Хитрая лиса» «Два мороза»
	Малоподвижные	«Молчанка»
Январь		
1-2	Подвижные	«Охотник и зайцы» «Кто сделает меньше прыжков» «У медведя во бору» «Наседка и цыплята» «Пустое место»
	Малоподвижные	«Найди и промолчи»
3-4	Подвижные	«Перебежки» «Волк во рву» «Лошадки» «Ловишка, бери ленту» «Бабка Ежка»
	Малоподвижные	«Затейники»
Февраль		
1-2	Подвижные	«Сделай фигуру» «Мы веселые ребята» «Лиса в курятнике» «Кто скорее добежит до флажка» «Горелки»
	Малоподвижные	«Подбрось – поймай»
3-4	Подвижные	«Мы веселые ребята» «Слышим – делаем» «Охотники и звери» «Стоп» «Салки»
	Малоподвижные	«Тихо – громко»
Март		
1-2	Подвижные	«Перелет птиц» «Затейники» «Лохматый пес»

		«Садовник и цветы» «Салки»
	Малоподвижные	«У кого мяч»
3-4	Подвижные	«Садовник и цветы» «Лиса в курятнике» «Перемени предмет» «Наседка и цыплята» «Коршун»
	Малоподвижные	«Великаны и гномы»
Апрель		
1-2	Подвижные	«Не оставайся на полу» «У дочка» «Ловишки» «Пятнашки» «Гуси – лебеди»
	Малоподвижные	«Затейники»
3-4	Подвижные	«Коршун и наседка» «У медведя во бору» «Бездомный заяц» «Карусель» «Классы»
	Малоподвижные	«Тишина»
Май		
1-2	Подвижные	«Классы» «Мяч водящему» «Серсо» «Перебежки» «Перетягивание каната»
	Малоподвижные	«Сбей кеглю»
3-4	Обследование знаний подвижных игр, умений организации и самоорганизации.	

2 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Неделя	Вид игры	Название игры
Сентябрь		
1-2	Подготовка инвентаря, видеотеки, аудиотеки, физкультурного зала к занятиям.	
3-4	Обследование знаний подвижных игр, умений организации и самоорганизации.	
	Октябрь	
1	Знакомство с обычаями и традициями народов Крайнего Севера.	
2-3-4	Подвижные	«Стой, олень» «Невод» «Ловля оленей» «Охота на оленей»

	Малоподвижные	Релаксация
Ноябрь		
1	Знакомство с обычаями и традициями УКРАИНЦЕВ.	
2-3-4	Подвижные	«Колдун» «Хлебец» «Перепелочка» «Мак» «Иголочка-ниточка» «Волк и козлята»
	Малоподвижные	Релаксация
Декабрь		
1	Знакомство с обычаями и традициями БЕЛОРУС.	
2-3-4	Подвижные	«Прела – горела» «Заяц – месяц» «Ежик и мыши» «Иванка» «Ленок» «Заплетись, плетень» «Лиски»
	Малоподвижные	«Колечко»
Январь		
1	Знакомство с обычаями и традициями УЗБЕКОВ.	
2-3-4	Подвижные	«Белый тополь, зеленый тополь» «Чай-чай» «Пастух и козы» «Медведи и пчелы»
	Малоподвижные	Релаксация
Февраль		
1	Знакомство с обычаями и традициями КАЗАХ.	
2-3-4	Подвижные	«Конное состязание» «Белый лютый – серый лютый» «Ястребы и ласточки» «Платок с узелком» «Цыплята»
	Малоподвижные	«Есть идея»
Март		
1	Знакомство с обычаями и традициями ГРУЗИН.	
2-3-4	Подвижные	«Снятие шапки» «Игра в лягушек» «Мяч в кругу» «Ударь жгутом» «Захвати палку»
	Малоподвижные	«Защитник»
Апрель		

1	Знакомство с обычаями и традициями АЗЕРБАЙДЖАН.	
2-3-4	Подвижные	«Белый мяч и черный мяч» «Отдай платочек» «Чья шеренга победит» «Палочка-выручалочка» «День и ночь» «Дети и петух»
	Малоподвижные	Релаксация
Май		
1	Знакомство с обычаями и традициями БАШКИР.	
2	Подвижные	«Медный пень» «Липкие пеньки» «Стрелок» «Юрта»
	Малоподвижные	Релаксация
3-4	Обследование знаний подвижных игр, умений организации и самоорганизации.	

3 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Неделя	Вид игры	Название игры
Сентябрь		
1-2	Подготовка инвентаря, видеотеки, аудиотеки, физкультурного зала к занятиям.	
3-4	Обследование знаний подвижных игр, умений организации и самоорганизации.	
Октябрь		
1	Знакомство с обычаями и традициями БУРЯТ.	
2-3-4	Подвижные	«Табун» «Иголлка, нитка и узелок» «Волк и ягнята»
	Малоподвижные	Релаксация
Ноябрь		
1	Знакомство с обычаями и традициями АДЫГЕЙ.	
2-3-4	Подвижные	«Скачки» «Прыжок лягушки» «Ягненок» «Перетягивание веревки» «Кто быстрее» «Сильные ноги»
	Малоподвижные	«Журавли – журавушки»
Декабрь		
1	Знакомство с обычаями и традициями СИБИРИ И ДАЛЬНОГО ВОСТОКА.	
2-3-4	Подвижные	«Солнце»

		«Каюр и собаки» «Олени и пастухи» «Ловля оленей» «Куропатки и охотники» «Льдинки, ветер и мороз»
	Малоподвижные	«Полярная сова и евражки»
Январь		
2-3-4	Подвижные	«Ручейки и озера» «Рыбаки и рыбки» «Здравствуй, догони!» «Смелые ребята» «Важенка и оленята» «Перетягивание каната»
	Малоподвижные	«Солнце»
Февраль		
1	Знакомство с обычаями и традициями МОЛДАВАН.	
2-3-4	Подвижные	«Лошадки» «Овцы и волк» «Пастух и стадо» «Барашек» «Яблоко»
	Малоподвижные	«Перешагивание через ноги»
Март		
1	Знакомство с обычаями и традициями ДАГЕСТАНЦЕВ.	
2-3-4	Подвижные	«Выбей из круга» «Надень папаху» «Подними платок» «Слепой медведь» «Бег к реке»
	Малоподвижные	«Достань шапку»
Апрель		
1	Знакомство с обычаями и традициями ЯКУТОВ.	
2-3-4	Подвижные	«Волк и жеребята» «Ястреб и утки» «Игра в мяч» «Перетягивание на палках» «Игра с перетягиванием» «Сокол и лиса»
	Малоподвижные	«Один лишний»
Май		
1	Знакомство с обычаями и традициями АРМЯН.	
2	Подвижные	«Козлик-козлик» «Пастух» «Три камня» «Перетягивание палки» «Цветы и ветерки»

	Малоподвижные	«Земля, вода, огонь, воздух»
3-4	Обследование знаний подвижных игр, умений организации и самоорганизации.	

2.4. Взаимодействие с родителями.

Взаимоотношения с родителями строятся на основе родительского договора.

Процесс физкультурно-оздоровительной совместной работы с семьей включает:

1. Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ, направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка.
2. Результаты диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития доводятся до сведения каждого родителя. Отмечаются сильные и слабые стороны развития, намечаются пути оказания помощи в укреплении здоровья, физического развития и дальнейшего его совершенствования. К разговору с родителями привлекаются медицинские работники детского сада.
3. Обучение родителей конкретным приемам и методам оздоровления (дыхательная гимнастика, самомассаж, разнообразные виды закаливания и т. д.).
4. Ознакомление родителей с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в ДОУ, обучение отдельным нетрадиционным методам оздоровления детского организма.

Работа по просвещению родителей проводится на основании опроса.

В педагогическом взаимодействии с родителями используются разнообразные формы работы по укреплению и сохранению здоровья детей и повышению их физических качеств:

- информация для родителей на стендах, папках-передвижках, консультации;
- инструктивно-методические занятия по профилактике нарушений осанки, деформации стопы;
- семинары-практикумы;
- «открытые дни» для родителей с просмотром разнообразных занятий в физкультурном зале, закаливающих лечебных процедур;
- физкультурные досуги и праздники с участием родителей;

III. Организационный раздел

3.1. Учебный план

Рабочая программа по дополнительному образованию «Народные игры» разрабатывалась для детей от 4 лет до 7 лет. Срок реализации программы 3 года.

Для успешного освоения содержания программы численность детей в группе не должна превышать 15 человек.

Занятия по данной программе проводятся 1 раз в неделю с продолжительностью, 1 год обучения – 20 минут, 2 год обучения - 25 минут, 3 год обучения – 30 минут из расчета 33 часа в год, в игровой форме.

Временной период	Количество ООД
В неделю	1
В месяц	4
В год	33

3.2 Организация развивающей предметно-пространственной среды и

условия проведения образовательной деятельности по программе дополнительного образования

Спортивный инвентарь соответствует требованиям программы:

1. Мячи:

-резиновые (малые, средние, большие);

-малые пластмассовые;

-надувные;

-баскетбольные;

-волейбольные;

-футбольные;

2. Воздушные шарики;

3. Фитболы;

4. Цветные клубки;

5. Мелкие предметы для развития кисти руки:

-мячики для пинг-понга;

-шнурки;

-карандаши;

-брусочки;

-цилиндры;

6. Баскетбольные корзины;

7. Напольные корзины;

8. Шнур для натягивания;

10. Футбольные ворота;

11. Обручи;

12. Кубики;

13. Кегли;

14. Гимнастические скамейки;

15. Мишени;

16. Коврики;

17. Канаты;

18. Чорами (посохи)

Технические средства обучения:

-магнитофон

-CD-диски (музыка для ходьбы, бега, ритмической гимнастики, релаксации).

3.3. Методическое обеспечение рабочей программы дополнительного образования

1. Картотека подвижных игр народов Севера.

2. Детские народные подвижные игры: Книга для воспитателей дет. сада и родителей/сост. А. В. Кенеман, Т. И. Осокина. – 2-е изд., дораб. - М.: Просвещение; Владос, 1995.

3. Валентинов Вл. 150 веселых игр. – СПб.: Издательский Дом «Литера», 2002.

4. Адашкявичене Э.И. Баскетбол для дошкольников. - М., 1983.

5. Алексанрова ЕЛО. Оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении. - Волгоград, 2007.

6. Бущинская П.П., Васюкова В.И., Лескова Т.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду. - М., 1990.

7. Вавилова Е.Н. Учите детей бегать, прыгать, лазать, метать. - М., 1983.

8. Гришин В.Г. Игры с мячом и ракеткой. - М., 1982.

9. Конеева Е.В. Детские подвижные игры. - РНД., 2006.

10. Николаева Н.И. Школа мяча. - М., 2008.
11. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с дошкольниками. - М., 2009.
12. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка. - М., 2008
13. Филипова С.О. Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения. - СПб., 2005.
14. Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. - М., 2011.
15. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения с детьми 3-5 лет. - М.: Владос, 2000.

**Практическое пособие
для воспитателей и инструкторов
по физической культуре**

**Подвижные игры
народов Крайнего Севера**



Содержание

1. ИГРЫ С МЕТАНИЕМ:

«ЛОВКИЙ ОЛЕНЕВОД»
«ОХОТА НА ВОЛКА» (ТИР)
«ОХОТНИКИ И ЗАЙЦЫ»

2. ИГРЫ С БЕГОМ:

«ПОЛЯРНАЯ СОВА И ЕВРАЖКИ»
«ОЛЕНЬИ УПРЯЖКИ»
«СОКОЛ И ЛИСА»
«РУЧЕЙКИ И ОЗЕРА»
«ЗДРАВСТВУЙ, ДОГОНИ!»
«СМЕЛЫЕ РЕБЯТА»
«ЯСТРЕБ И УТКИ»
«ЛЬДИНКИ, ВЕТЕР И МОРОЗ»
«ЛОВЛЯ ОЛЕНЕЙ»
ОЛЕНИ И ПАСТУХИ
«БЕГ В СНЕГОСТУПАХ»
«ВАЖЕНКИ И ОЛЕНЯТА»
«НА НОВОЕ СТОЙБИЩЕ»

3. ИГРЫ НА ЛОВКОСТЬ И СИЛУ:

«ПЕРЕТЯГИВАНИЕ КАНАТА»
«БОРЬБА НА ПАЛКЕ»
«НАНАЙСКАЯ БОРЬБА»

4. ИГРЫ НА ВНИМАНИЕ:

«БЕЛЫЙ ШАМАН» (РИТМ)
«РЫБАКИ»

5. ИГРЫ С ПРЫЖКАМИ:

«ЗАЙЦЫ И ВОЛКИ»
«ПРЫЖКИ ЧЕРЕЗ НАРТЫ»
«ТРОЙНОЙ ПРЫЖОК»

ИГРЫ С МЕТАНИЕМ
«ЛОВКИЙ ОЛЕНЕВОД»

(средняя, старшая, подготовительная группы)

Цель: развивать ловкость, упражнять в метании.

В стороне площадки ставится фигура оленя на расстоянии 3-4 м. проводится линия. Оленеводы располагаются шеренгой лицом к оленю. В порядке очередности бросают мяч правой рукой.

Правила игры: За каждый удачный бросок даётся флажок. У кого больше флажков, тот считается выигравшим.

«ОХОТА НА ВОЛКА» (ТИР)

(подготовительная к школе группа)

Цель: охотник встает в 4-5 м от волка (фигуры, вырезанной из фанеры или картона). Он должен попасть мячом в бегущего волка. Двое играющих держат фигуру за веревочки и передвигают ее то влево, то вправо.

Правила игры: Кидать мяч в волка следует с заданного расстояния.

«ОХОТНИКИ И ЗАЙЦЫ»

(старшая, подготовительная группы)

Цель: учит детей прыгать на двух ногах, продвигаясь вперед мягко, на носочках, метко бросать мяч. Закрепляет знание о труде северян - охотников.

На одной стороне площадки очерчивается круг для охотника, на другой стороне – кружочками – места для зайцев (в каждом кружке по два зайца). Охотник обходит площадку, как бы высматривая заячи следы, затем возвращается к себе. По сигналу воспитателя «Выбежали на полянку зайцы» дети выходят из своих домиков-кружков и прыгают на двух ногах, продвигаясь вперед.

По сигналу «Охотник!» зайцы останавливаются, поворачивается к охотнику спиной, а он, не сходя с места, бросает в них мяч. Тот заяц, в которого попал мяч, считается

ИГРЫ С БЕГОМ
«ПОЛЯРНАЯ СОВА И ЕВРАЖКИ»

(средняя, старшая, подготовительная группы)

Цель: воспитывать ловкость, выдержку, развивать скоростные умения.

Полярная сова находится в углу площадки или комнаты. Остальные играющие – евражки.

Под тихие ритмичные удары небольшого бубна евражки бегают на площадке, на громкий удар бубна евражки становятся столбиком, не шевелятся. Полярная сова облетает евражки и того, кто пошевелится или стоит не столбиком, уводит с собой. В заключение игры (после трех-четырех повторений) отмечают тех игроков, кто отличился большей выдержкой.

Правила игры: Громкие удары не должны звучать длительное время. Дети должны быстро реагировать на смену ударов.

«ОЛЕНЬИ УПРЯЖКИ»

(средняя, старшая, подготовительная группы)

Цель: воспитывать ловкость, выдержку, развивать скоростные умения.

Играющие стоят вдоль стены комнаты или вдоль одной из сторон площадки по двое (один изображает запряженного оленя, другой – каюра). По сигналу упряжки бегут друг за другом, преодолевая препятствия: объезжают сугробы, перепрыгивают через бревно. Переходят через ручей по мостику. Доехав до стойбища (до противоположной стороны комнаты или площадки), каюры отпускают своих оленей погулять. По сигналу «Олени далеко, ловите своих оленей!» каждый игрок-каюр ловит свою пару.

Правила игры: Преодолевая препятствия, каюр не должен терять свою упряжку. Олень считается пойманным, если каюр его осалил.

ВАРИАНТ. Две-три упряжки оленей стоят вдоль линии. На противоположном конце площадки флажки. По сигналу (хлопок, удар в бубен) упряжки оленей бегут к флажку. Чья упряжка первой добежит до

подстреленным, и охотник уводит его к себе.

Правила игры: После 3-х повторений игры проводится подсчёт подстреленных зайцев, затем выбирается новый охотник.

«РУЧЕЙКИ И ОЗЕРА»

(средняя, старшая, подготовительная группы)

Цель: воспитывать ловкость, выдержку, развивать скоростные умения.

Игроки стоят в пяти-семи колоннах, с одинаковым количеством играющих в разных концах зала – это ручейки. На сигнал «Ручейки побежали!» все бегут друг за другом в разных направлениях (каждый в своей колонне). На сигнал «Озера!» игроки останавливаются, берутся за руки и строят круги – озера. Выигрывают те дети, которые быстрее построят круг.

Правила игры: Бегать надо друг за другом, не выходя из своей колонны. Строиться в круг можно только по сигналу.

«ЗДРАВСТВУЙ, ДОГОНИ!»

(средняя, старшая, подготовительная группы)

Цель: воспитывать ловкость, выдержку, развивать скоростные умения.

Игроки стоят лицом друг к другу в середине площадки, по краям ее обозначают дома. Затем пары образуют две шеренги, которые расходятся по своим домам. Каждый представитель первой шеренги идет в гости и подает правую руку тому, с кем он стоял в паре, говоря:

- Здравствуй!

Ребенок-охотник отвечает:

- Здравствуй!

Гость говорит:

- Догони!

И бежит в свой дом, хозяин его догоняет. Дети по очереди ходят друг к другу в гости.

Правила игры: Здраваться можно только правой рукой.

флажка, та и побеждает. Аналогично можно провести игру «собачьи упряжки». Этот вариант характерен для береговых чукчей.

«СОКОЛ И ЛИСА»

(средняя, старшая, подготовительная группы)

Цель: воспитывать ловкость, выдержку, развивать скоростные умения.

Выбираются сокол и лиса, остальные дети – соколята. Сокол учит своих соколят летать. Он легко бежит в разных направлениях и одновременно производит руками разные летательные движения (вверх, в стороны, вперед) и еще придумывает какое-нибудь более сложное движение руками. Стайка соколят бежит за соколом и следит за его движениями. Они должны точно повторять движения сокола. В это время вдруг выскакивает из норы лиса. Соколята быстро приседают на корточки, чтобы лиса их не заметила.

Правила игры: Время появления лисы определяется сигналом ведущего. Лиса ловит только тех, кто не присел.

«ЯСТРЕБ И УТКИ»

эвенкийская и якутская игра

(средняя, старшая, подготовительная группы)

Цель: воспитывать ловкость, выдержку, развивать скоростные умения.

Все дети размещаются на озере (площадке). Выбираются один ястреб. По команде воспитателя «Ястреб летит!» все утки дети улетают (убегают) и прячутся в укрытие.

Правила игры: До кого ястреб дотронется, тот считается пойманным. После двух – трех раз проводится подсчет пойманных уток.

Говорить «Догони» надо у порога дома игрока-партнера. Выигрывает тот, кто догонит. В гости можно идти по-разному: важно, не торопясь; радостно, вприпрыжку; идти, как солдаты в строю, как клоуны в цирке и т.д.

«СМЕЛЫЕ РЕБЯТА»

(средняя, старшая, подготовительная группы)

Цель: воспитывать ловкость, выдержку, развивать скоростные умения.

Дети встают в две-три шеренги. На противоположном конце помещения кладут шнур. Выбирают двух-трех ведущих. Каждый ведущий по очереди спрашивает у детей: например, первый у первой шеренги и т.д. (Дети отвечают.)

- Вы смелые ребята?
- Смелые! Я посмотрю, какие вы смелые (лукаво, с юмором).
- Раз, два, три (пауза).
- Кто смелый?
- Я! Я!
- Бегите!

Первая шеренга бежит до шнура, а ведущий ловит убегающих, так повторяется игра и со следующей группой детей.

Правила игры: Бежать следует только после слова «бегите!», увертываясь от ведущего. Ловить за шнуром нельзя.

«ЛЬДИНКИ, ВЕТЕР И МОРОЗ»

(старшая, подготовительная группы)

Цель: воспитывать ловкость, выдержку, развивать скоростные умения.

Играющие встают парами лицом друг к другу и хлопают в ладоши, приговаривая:

- Холодные льдинки,
- Прозрачные льдинки,
- Сверкают звенят:

«Дзинь, дзинь...»

Делают хлопок на каждое слово: сначала в свои ладоши, затем в

Правила игры: Выигрывают те дети, у которых в кругу оказалось большее число игроков. Договариваться надо тихо о том, кто с кем будет строить льдинку. Договорившиеся берутся за руки. Менять движения можно только по сигналу «Ветер!» или «Мороз!». В игру желательно включать разные движения: поскоки, легкий или быстрый бег, боковой галоп и т.д.

«ЛОВЛЯ ОЛЕНЕЙ»

(средняя, старшая, подготовительная группы)

Цель: упражнять в метании, развивать ловкость.

На площадке ставится муляж оленя. На расстоянии 1,5-2 м. чертится линия. Оленеводы располагаются по кругу. По команде накидывается на оленя верёвочная петля. Можно накидывать петлю по одному, по два, по три человека. Кто набросил петлю, тот поймал оленя.

Играющие делятся на две группы. Одни – олени, другие – пастухи. Пастухи берутся за руки и стоят полукругом лицом к оленям. Олени бегают по очерченной площадке. По сигналу «Лови!» пастухи стараются поймать оленей и замкнуть круг.

Правила игры: Ловить оленей можно только по сигналу. Круг замыкают тогда, когда поймано большее число игроков. Олени стараются не попадать в круг, но они уже не имеют права вырываться из круга, если он замкнут.

«ОЛЕНИ И ПАСТУХИ»

(старшая, подготовительная группы)

Цель: воспитывать ловкость, выдержку, развивать скоростные умения.

Все игроки – олени, на головах у них атрибуты, имитирующие олени рога. Двое ведущих – пастухи – стоят на противоположных сторонах площадки, в руках у них маут (картонное кольцо или длинная веревка с петлей). Игроки-олени бегают по кругу гурьбой, а пастухи стараются накинуть им на рога маут. Рога могут имитировать и веточки, которые дети держат в руках.

Правила игры: Бегать надо легко, увертываясь от маута. Набрасывать маут можно только на рога. Каждый пастух сам выбирает момент для набрасывания маута.

ладоши товарища. Хлопают в ладоши и говорят: «Дзинь, дзинь» до тех пор, пока не услышат сигнал» Ветер!». Дети-льдинки разбегаются в разные стороны и договариваются, кто с кем будет строить круг – большую льдинку. На сигнал «Мороз!» все выстраиваются в круг и берутся за руки.

БЕГ В СНЕГОСТУПАХ»

(старшая группа)

Цель: развивать ловкость, упражнять в метании.

Играющие делятся на две команды и стоят за чертой. У каждой команды по одной паре снегоступов.

По сигналу воспитателя (взмах флажком) ведущие каждой команды в снегоступах бегут к флажкам, поставленным заранее на противоположной стороне площадки, каждый огибает свой флажок и бежит обратно, отдает снегоступы следующему игроку команды. Победителем считается та команда, которая раньше закончит бег.

Правила игры: Игра проводится по принципу эстафеты. Передавать снегоступы можно только за чертой. Огибая флажок, нельзя задевать его.

«КАЮР И СОБАКИ»

(старшая, подготовительная группы)

Цель: воспитывать ловкость, выдержку, развивать скоростные умения.

На противоположных концах площадки кладут параллельно два шнура. Игроки встают около них по три человека и берутся за руки. Двое из них – собаки, третий – каюр. Каюр берет за руки стоящих впереди собак. Дети тройками по сигналу «Поехали!» бегут навстречу друг другу от одного шнура к другому

Правила игры: Бежать можно только по сигналу. Выигрывает та тройка, которая быстрее добегит до шнура. Можно предложить играющим преодолеть разные препятствия.

На слова ведущего:

- бродит в тундре важенка, С нею – оленята,
Объясняет каждому
Все, что непонятно...
Топают по лужам
Оленята малые.
Терпеливо слушая
Наставленья мамини.

Играющие оленята свободно бегают по тундре, наклоняются, едят траву, пьют воду. На слова «Волк идет!» оленята и важеньки убегают в свои домики (круги). Пойманного олененка волк уводит с собой.

Правила игры: Движения выполнять в соответствии с текстом. Волк начинает ловить только по сигналу и только вне домика.

ИГРЫ НА ЛОВКОСТЬ И СИЛУ

«ПЕРЕТЯГИВАНИЕ КАНАТА»

(средняя, старшая, подготовительная группы)

Цель: воспитывать ловкость, смелость, силу.

Вся группа делится на два звена. Чертится линия, по середине каната завязывается узел, который на пол на черту. По команде воспитателя «Тяни!» обе команды начинают тянуть канат в свою сторону. Кто перетянет, тот и выиграл.

На площадке проводится черта. Играющие делятся на две команды и встают по обе стороны черты, держа в руках канат.

По сигналу водящего «Раз, два, три – начни!» каждая команда старается перетянуть соперника на свою сторону. Чья команда сумеет это сделать, та считается победительницей, ей вручают сувениры. Как на празднике оленеводов.

Правила игры: Начинать перетягивание каната можно только по сигналу. Команда, перешагнувшая черту, считается побежденной.

ИГРЫ НА ВНИМАНИЕ

«БЕЛЫЙ ШАМАН» (РИТМ)

«ВАЖЕНКИ И ОЛЕНЯТА»

(старшая группа)

Цель: воспитывать ловкость, выдержку, развивать скоростные умения.

На площадке нарисовано несколько кругов. В каждом из них находится важенька и двое оленят. Волк сидит за сопкой (на другом конце площадки).

«БОРЬБА НА ПАЛКЕ»

традиционная игра ненецких рыбаков

(средняя, старшая, подготовительная группы)

Цель: развивать выдержку, силу, ловкость.

На площадке чертится черта. Двое играющих садятся по обе стороны черты лицом друг к другу и, держась за палку двумя руками, упираясь ступнями ног о ступни ног другого. По команде начинают тянуть палку.

Чертится линия. Двое играющих садятся по обе стороны черты лицом друг к другу. Держась за палку двумя руками и упираясь ступнями ног о ступни другого, начинают перетягивать друг друга. Выигрывает тот, кто перетянет соперника за черту.

Правила игры: Начинать перетягивать палку следует одновременно по сигналу. Во время перетягивания палки нельзя менять положение ступней ног.

«НАНАЙСКАЯ БОРЬБА»

(старшая, подготовительная группы)

Цель: воспитывать ловкость, честность, чувство товарищества, смелость.

Играют парами на мате или на ковре. Берут друг друга за плечи и борются произвольно, стараясь положить, друг друга на мат или на ковёр на спину. Выигрывает тот, кто уложил противника на лопатки.

Играют парами на мате или на ковре. Играющие берут друг

(подготовительная к школе группа)

Цель: воспитывать внимание, ориентировку в пространстве

Играющие ходят по кругу и выполняют разные движения. В центре круга – водящий. Это белый шаман – добрый человек. Он становится на колено и бьет в бубен, затем подходит к одному из играющих и отдает ему бубен. Получивший бубен должен повторить в точности ритм, проигранный водящим.

Правила игры: Если получивший бубен неправильно повторит ритм, он выходит из игры.

«РЫБАКИ»

(средняя группа)

Цель: воспитывать внимание, ориентировку в пространстве

Играющие становятся в круг. Они рыбаки. Водящий показывает им движения рыбаков: тянут сети, внимают рыбу, чинят сети, гребут веслами.

Правила игры: Кто из играющих повторит движения неправильно, тот выходит из игры.

ИГРЫ С ПРЫЖКАМИ

«ЗАЙЦЫ И ВОЛКИ»

(старшая группа)

Цель: проводится с целью научить детей прыгать на носочках на двух ногах, вперед.

Одного из играющих выбирают волком. Остальные дети изображают зайцев. На одной стороне площадки в домиках (начертите круги на некотором расстоянии друг от друга) сидят зайцы. На противоположной стороне за сопкой – волк. На слова воспитателя: «Зайцы скачут скок, скок, скок на зеленый на лужок, травку щиплют, кушают, осторожно слушают, не идет ли волк?» Зайцы выбегают из домиков и разбегаются по площадке. Они прыгают на двух ногах, присаживаются, щиплют травку, оглядываются, не идет ли волк? Когда педагог произносит последнее слово, волк выходит из-за сопки убежит за зайцами, стараясь их поймать (коснуться).

Пойманных зайцев уводит к себе за сопку.

друга за плечи и борются, стараясь положить соперника на спину. Выигрывает тот, кто достиг цели, уложил противника на лопатки.

Правила игры: Бороться можно только на мате или ковре, не сходя с него. Нельзя допускать грубых действий.

«ПРЫЖКИ ЧЕРЕЗ НАРТЫ»

ненецкая игра

(старшая, подготовительная группы)

Цель: развитие ловкости, упражнение в прыжках на двух ногах.

В ряд ставятся санки (5-6 штук) параллельно друг другу на расстоянии 40-50 см. Играющие в порядке очередности прыгают через них.

Правила игры: Выигрывает тот, кто ни разу не заденет санки.

«ТРОЙНОЙ ПРЫЖОК»

(подготовительная к школе группа)

Цель: упражнять в энергичных прыжках с ноги на ногу.

Чертится линия. Играющие прыгают в порядке очередности. Делают три прыжка с ноги на ногу, начиная от черты. Побеждает тот, кто дальше прыгнет.

На снегу проводится черта, играющие становятся за нею. По очереди они прыгают от черты вперед: в первых двух прыжках прыгают с одной ноги на другую, в третьем прыжке приземляются на обе ноги. Выигрывает тот, кто прыгнул дальше.

Правила игры: Начинать прыгать надо от черты. Прыгать можно только указанным способом.

ВАРИАНТЫ. Игра проводится с распределением детей по звеньям. В каждое звено входит от двух до четырех человек. Все

Как только волк уходит, воспитатель повторяет текст стихотворения и игра продолжается.

Правила игры: После того, как пойманы 2-3 зайца, выбирается новый волк.

ИГРЫ С БРОСКАМИ

«УСПЕЙ ПОЙМАТЬ!»

(старшая, подготовительная группы)

Цель: развивать ловкость, упражнять в метании.

На игровой площадке находится две равные группы участников: девочки и мальчики. Ведущий подбрасывает мяч вверх. Если мяч поймают девочки, то они начинают перебрасывать мяч друг другу так, чтобы мячом не завладели мальчики, и, наоборот, если мяч окажется у мальчиков, они стараются не дать его девочкам. Выигрывает та команда, которая сможет дольше удержать мяч.

Правила игры: Передавая мяч, нельзя касаться руками игрока и долго задерживать мяч в руках.

«ОТБИВКА ОЛЕНЕЙ»

(старшая, подготовительная группы)

Цель: развивать ловкость, упражнять в метании.

Группа играющих находится внутри очерченного круга – это олени. Выбираются три пастуха – они за кругом. По сигналу «Раз, два, три – отбивку начни!» пастухи по очереди бросают мяч в оленей. Олень, в которого попал мяч, считается пойманным, отбитым от стада. Каждый пастух отбивает пять-шесть раз. После чего он посчитывает отбитых оленей.

Правила игры: Бросать мяч можно только в ноги и только по сигналу с места в подвижную цель.

дети одного звена выходят к черте одновременно. По сигналу они все вместе начинают прыгать. Выигрывает звено, участники которого прыгают дальше.

ИГРЫ СЮЖЕТНЫЕ **«ОХОТА НА КИТОВ»**

(старшая, подготовительная группы)

Цель: помогает детям показать как сложна работа охотников китобоев, знакомит с орудиями их труда, внимание детей на красоту природы, закрепляет название труда и животных.

Вначале проходит показ видео фильма, где дети наблюдают весь рабочий процесс разделки кита. Затем воспитатель читает сказку веселое лежбище. Дети делятся на две команды: разделщиков и охотников. Веревки это гарпун, а большие надувные рыбы – киты.

Правила игры: Охотники стреляют, убивают кита, привозят его на берег, и команда разделщиков приступает к работе.

«ОХОТНИКИ И ВОЛКИ»

(старшая, подготовительная группы)

Цель: развивает ловкость, силу, воспитывает чувство товарищества. Площадка делится пополам. На одной стороне охотники в руках у них мячи, на другой волки. Волки могут свободно передвигаться по площадке, охотники же стоят на месте возле проведенной черты. По сигналу воспитателя, охотники

«СЮЛЫ – ЛЕДЯНЫЕ ПАЛОЧКИ»

(старшая, подготовительная группы)

Цель: развивать ловкость, упражнять в метании.

Каждый играющий подбирает себе палочку, которая должна быть выше его роста. Несколько палочек заранее обливают водой и держат на морозе, пока они не обледенеют. Играющий берет сюлы в правую руку и становится боком вперед, левую руку сгибает в локте, а правую руку заводит за спину, пропуская палку под согнутый локоть левой руки, и сильно бросает ее.

Правила игры: Палочка должна лететь только в прямом направлении. Выигрывает тот, кто дальше бросит ее. Если палка летит в сторону, то играющий выбирает из игры.

«ОХОТА НА ОЛЕНЕЙ»

(старшая, подготовительная группы)

Цель: развивает глазомер, ловкость, изобретательность. Знакомит с повадками оленей, их особенностями.

2 – 3 команды детей по 3 – 4 человека в команде становятся у черты в колонну по одному. На расстоянии 1-1,5м. в один ряд ставятся рога оленя по числу детей в команде.

Правила игры: Каждый ребенок в руке держит биты и старается сбить ей рога.

начинают целиться в волков, стараясь попасть в них, волки бегают по площадке, стараясь увернуться от мяча. Разучивая эту игру воспитатель обращает внимание на то чтобы охотники целились только в ноги детям, изображающих волков.

Правила игры: После двух – трех раз проводится подсчет пойманных волков. Затем команды меняются местами.