Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«ДЕТСКИЙ САД №20 «ЛАСТОЧКА» КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА»

|  |  |
| --- | --- |
| Принята:  на заседании  педагогического совета №1  протокол № \_1\_\_\_\_\_  «06»сентября 2020г. | Утверждаю:  ИО заведующего МБДОУ№20  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.В.Домрачева  Приказ №118 А/ОД  « 31» августа» 2020г. |

 Дополнительная образовательная программа

**«Юные городошники»**

для обучающихся 5-7 лет

срок реализации программы- 2 года

Составитель программы:

Бокова Татьяна Юрьевна

Инструктор по физической культуре

Первой квалификационной

категории

г. Лесной,

**Содержание:**

.**1**Пояснительназаписка………………………………………………………3

**1.1**. Актуальность…………………………………...……….………….…...…......3

**1.2**. Цель программы, задачи ………..……………………….………………...................................................4

**1.3**. Система реализации программы …………………………………………..............................................................4

**1.4**. Формы организации работы с детьми …………………………………….......................................................................4

**2.** Принципы реализации программы……………………………………....................................................5

**3**. Содержание программы ……….………….…………………………..........................................................5

**4**. Планируемый результат - требования к уровню подготовки воспитанников ...…..............................................................................................5

**5**. Календарно-тематический план проведения занятии....................................................................................................................6

**6** Способ проверки уровня реализации программы .................................................................................................................................7

Список литературы.............................................................................................................7

**1.Пояснительная записка**

*«Народные виды спорта - важная составляющая часть культуры многонационального народа России. Наша страна по праву может городиться своими исконно народными, дошедшими до нас  с древних времен играми и состязаниями, отличающимися особой самобытностью. Национальные виды спорта могли бы способствовать сплочению многонационального общества, поэтому их развитие необходимо поднять на уровень государственной политики».*

*Президент Российской Федерации*

*Владимир Путин*

Рабочая Программа «Городки» (далее – Программа) разработана и реализуется в системе дополнительного образования по физическому развитию обучающихся 5-7 лет в МУНИЦИПАЛЬНОМ БЮДЖЕТНОМ ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ «Ласточка”

Целевыми установками образовательной политики государства на современном этапе стало осуществление комплекса мероприятий, направленных на повышение качества образовательной услуг. Развитие массового спорта, физической культуры, популяризация здорового образа жизни, интересного и полезного досуга – вот  условия становления полноценного всесторонне развитого ребенка. Движение - это врождённая потребность ребёнка, и от удовлетворения её зависит здоровье малышей. Поэтому крайне необходимо удовлетворить эту потребность в условиях детского сада.

«Городки» – это демократичная уличная игра, известная многим родителям с детства. Она является прекрасным видом досуга, который включает в себя и спорт, и закаливание организма, и общение детей с взрослыми.

Игра в городки повышает способность к концентрации, сосредоточению, укрепляет нервную систему ребёнка. В игре ребёнку можно делать то, что в реальности прогулки запрещено: играть с палкой, бросать её, кричать, что является сильной психоэмоциональной разгрузкой.

Игра в городки учит внутренней дисциплине, развивает упорство, способность своевременно принимать верные решения.

По содержанию русская народная игра «Городки» лаконична, выразительна и доступна ребёнку 5-7 лет. Она вызывает активную работу мысли, способствует расширению кругозора ребёнка, его двигательному и духовному развитию. Игра годки представляет большую ценность с точки зрения пополнения духовной и физической культуры личности, передачи жизненно-важных умений и навыков, воспитания нравственности, уважения к народным традициям и обычаям.

Закладывая в дошкольном возрасте навыки игры в городки, мы укрепляем не только здоровье в целом, но и развиваем потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Данный вид игры рождает положительные эмоции, бодрое жизнерадостное настроение, создаёт определённый эмоциональный настрой у детей и их родителей, что является особенно важным условием приобщения семьи к здоровому образу жизни. Сплочения семьи на основе совместного активного участия в спортивных мероприятиях.

* 1. **Актуальность**

Игра «Городки» представляет большую ценность с точки зрения пополнения духовной и физической культуры ребенка, передачи жизненно важных умений и навыков, воспитания нравственности, уважения к народным традициям.

Данная программа позволит возродить интерес и умение играть в «городки», а также популяризировать городошный спорт среди детей дошкольного возраста и их семей. Так как в «Городки» на Руси играли семьями, ведь это действительно спорт всех поколений. Включение родителей (законных представителей) в качестве соучастников образовательного процесса является обязательной частью данной программы. Проведение, специально организованных дополнительных занятий позволит повысить двигательную активность детей в течение дня. Окажет тренировочный эффект как на сердечнососудистую, так и на дыхательную системы детского организма. А развитие выносливости, физических качеств ребенка, обучение двигательным умениям и навыкам будут способствовать укреплению здоровья ребенка в целом.

Отличительной особенность Программы «Городки» в том, что принимается во внимание специфика основного и дополнительного образования, предполагается охват всех детей, желающих заниматься городками, предъявляются посильные требования в процессе обучения. Простота разъяснения правил, несложный инвентарь делают игру популярной среди детей и родителей. Являясь увлекательной и спортивной, игра представляет собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего развития. Структура занятия позволяет дифференцировать обучение детей и степень освоения ими материала на различных возрастных этапах.

**1.2.** **Цель программы**: воспитание потребности и интереса к занятиям физической культурой и спортом посредством русской народной игры «Городки».

**Задачи программы**:

Обучающие:

- познакомить детей с игрой «Городки», ее основными правилами и понятиями,

- обучить первоначальным навыкам игры

- дать знания о правилах техники безопасности в игре

- научить строить простейшие фигуры

- формировать у обучающихся потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.

Развивающие:

- развивать физические качества: координацию, ловкость, быстроту, равновесие, глазомер, точность движений,

- обогатить двигательный опыт детей (овладение основными движениями)

- активизировать внимание,

- вызвать интерес к русской народной игре

Воспитательные:

- воспитывать интерес к русским народным подвижным играм,

- воспитывать честность, чувство коллективизма, товарищества

- воспитывать умение слушать и слышать рекомендации педагога

- формировать потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями

**1.3. Система реализации программы**

Программа «Городки» рассчитана на 2 года для работы с детьми 5 – 7 лет.

Данная программа реализуется в рамках работы кружка «Городки». Занятия кружка проводятся 1 раз в неделю, длительность занятий кружка – для детей 5-6 лет 25 минут, для детей 6-7 лет 30 минут, общее количество занятий -  64 (по 32 учебные  недели с октября по май ежегодно). Занятия кружка «Городки» проводит инструктор по физической культуре.

Программа «Городки» выстроена на основе парциальной программы М. Борисовой, Т. Зориной, Н. Сафроновой «Обучение дошкольников игре «Городки» - Москва, ЛИНКА-ПРЕСС, 2017.

Занятия проводятся в физкультурном зале, по четвергам в 16.00.

Данная Программа реализуется на безвозмездной основе.

**1.4. Формы организации работы с детьми**

Работа с детьми по Программе «Городки» организуется через занятия кружка «Городки», обеспечивающие наглядность, системность, доступность и смену деятельности воспитанников.

Форма занятий кружка – коллективная.

По особенностям коммуникативного взаимодействия – игра, соревнования, развлечения.

Планируя занятия кружка, педагог может выбирать для каждой темы ту или иную форму работы с детьми, учитывая оснащенность и специфику группы.

**2. Принципы реализации программы**

Содержание Программы выстраивается с учетом следующих основных дидактическихПРИНЦИПОВ: доступность и наглядность, последовательность и систематичность обучения и воспитания, учет возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников.

Обучаясь по программе дети проходят путь от простого к сложному, с возможностью возврата к пройденному материалу на новом, более трудоемком уровне. Результатом степени освоения игры становятся соревнования.

**3. Содержание программы**

**Первый год обучения (старшая группа)**

**-Теоретическая подготовка.**

Для теоретической подготовки дошкольников используется специально организованные занятия и беседы по отдельным вопросам истории возникновения русской народной игры» Городки» в России, чтение спортивных газет и журналов, просмотр видео роликов за содержанием тренировок спортсменов городошников, за их техникой и тактикой во время соревнований.

**- Общая физическая подготовка (ОФЦ)**

Ходьба и равновесие. Бег. Прыжки. Метание (в даль, в цель) Катание мячей и других предметов с горки. Перебрасывание мяча(броски). Общеразвивающие упражнения.

**-Специальная физическая подготовка**

Упражнения, направленные на энергичный и правильный бросок биты в нужном направлении.

**-Подвижные игры**

«День и ночь», «Охотники и утки», «Кто быстрее» «Пять бросков»

**-Техническая подготовка.**

Упражнения для формирования правильного хвата биты**.**

**Второй год обучения (подготовительная группа)**

**-Теоретическая подготовка.**

Для теоретической подготовки дошкольников на втором году обучения используется специально организованные занятия и беседы по отдельным вопросам истории развития игры» Городки» за рубежо , краткие сведения о достижениях на мировой спортивной арене, об условиях спортивных соревнований, о профилактике травматизма в игре, о личной гигиене игрока- городошника, о правилах здорового питания, Проводиться анализ соревнований в целом накопления опыта по этому виду спортивной деятельности.

**- Общая физическая подготовка**

Ходьба, Бег, Прыжки, Метание, Общеразвивающие упражнения.

**-Техническая подготовка**

Основные упражнения на точность броска биты в цель («Точно в цель». «Кто дальше» «Передвинь флажок**».**

Упражнения на формирования правильного хвата.

Положения кисти и движения ею

Упражнения на вращение в плечах, в локтях,и в кистях.

**Учебно-тематический план**

**Первый год обучения**

|  |  |
| --- | --- |
| Тема | Количество часов |
|
| Теоретическая подготовка | 1 ч |
| Общая физическая подготовка *(развитие двигательных качеств)* | 3 ч  30 мин |
| Специальная  физическая подготовка *(подготовительные и подводящие упражнения к игре, направленные на развитие специфических для данной игры качеств и способностей)* | 3 ч |
| Техническая подготовка *(игровая подготовка – подвижные игры и игровые упражнения направленные на развитие координации, глазомера, силы)* | 6 ч 30 мин |
| Взаимодействие с родителями | 1.5 ч |
| Всего | 15,5 ч |

**Учебно-тематический план**

**Второй год обучения**

|  |  |
| --- | --- |
| Тема | Количество часов |
|
| Теоретическая подготовка | 1 ч |
| Общая физическая подготовка *(развитие двигательных качеств)* | 8 ч |
| Специальная  физическая подготовка *(подготовительные и подводящие упражнения к игре, направленные на развитие специфических для данной игры качеств и способностей)* | 4 ч |
| Техническая подготовка *(игровая подготовка – подвижные игры и игровые упражнения направленные на развитие координации, глазомера, силы)* | 4 ч |
| Взаимодействие с родителями | 1,5 ч |
| Всего | 18 ч |

**4. Планируемый результат - требования к уровню подготовки обучающихся**

**К концу 1 года дети должны**

знать:

- краткие сведения из истории появления игры «Городки»

- элементарные правила игры

- пять-шесть городошных фигур

- о влиянии игры «Городки» на организм человека

- о правилах техники безопасности в игре

- о   требованиях к местам занятий

уметь:

- действовать битой

- принимать правильную стойку

- самостоятельно строить городошные фигуры

- выполнять основные виды ходьбы, бега, прыжков

- делать общеразвивающие и подводящие упражнения к игре

- играть в подвижные игры

владеть:

- индивидуальными и коллективными навыками взаимодействия на занятиях городками

- навыками владения битой

- способностью применять навыки игры в свободной игровой деятельности

**К концу 2 года дети должны**

знать:

- историю появления игры «Городки»

- о правилах техники безопасности в игре

-  правила игры (играть по правилам)

- городошные фигуры

- о влиянии игры «Городки» на организм человека

- о   требованиях к местам занятий

владеть:

- основными видами ходьбы, бега, прыжков, метания

- подготовительными и подводящими упражнениями к игре «Городки»

- умение играть в подвижные игры

- действиями битой

- способностью принимать правильную стойку

- игрой в городки по упрощенным правилам

- умением строить городошные фигуры

- умением организовать игру

обладать

- индивидуальными и коллективными навыками взаимодействия на занятиях городками

- навыками владения битой

- способностью применять навыки игры в свободной игровой деятельности

- пониманием традиций и бережным отношением к своей истории, культуре, обучаясь игре в городки и играя в неё.

**5.Способ** **проверки уровня усвоения программы и уровня компетентности обучающихся.**

По итогам работы проводится контроль знаний, осуществляемый в форме практических заданий и бесед в ходе игры. Контроль за качественными характеристиками осуществляется по трехбалльной системе:

**3балла** - ребенок правильно выполняет все технические элементы (отличная техника движения)

**2балла -** ребенок справляется с большим количеством технических элементов (средний уровень овладения техникой движения).

**1 балл**- наличие значительных ошибок (несформированная техника движения)

Общий бал свитедетельствует об уровне сформированности физической подготовленности каждого дошкольника.

Результативность обучения второго года обучения определяется по результатам городошных турниров.

**6.  Список литературы**

М. Борисова, Т. Зорина, Н. Сафронова «Обучение дошкольников игре «Городки» - Москва, ЛИНКА-ПРЕСС, 2017.

***Количественные показатели физической поготовленности детей старшего дошкольного возраста -дополнительно-образовательной программы «Юные городошники»***

По итогам работы проводится контроль знаний, осуществляемый в форме практических заданий и бесед в ходе игры. Контроль за качественными характеристиками осуществляется по трехбалльной системе:

*(нормативы определены исследователями Г.П. Юрко ,В.Г .Фроловым)*

**3балла** - ребенок правильно выполняет все технические элементы (отличная техника движения)

**2балла -** ребенок справляется с большим количеством технических элементов (средний уровень овладения техникой движения).

**1 балл**- наличие значительных ошибок (несформированная техника движения)

Общий бал свидетельствует об уровне сформированности физической подготовленности каждого дошкольника.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Год | Тестовое задание и количественные показатели | | | | | | |
|  | Бег 30 м(с) | Прыжок в длину с места | Бросок набивного мяча(см) | Метание мешочка с песком(м) | Бег  120м(с) | Бег  10 м между предметами(с) | Отбивание мяча (количество ударов) |
| **2025-2026гг** |  |  |  |  |  |  |  |
| **2026-2027гг** |  |  |  |  |  |  |  |