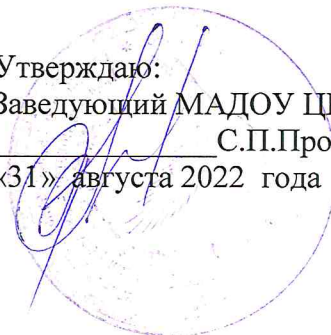


муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
города Калининграда центр развития ребенка – детский сад № 47

Рассмотрена  
на заседании педагогического  
совета МАДОУ ЦРР д/с № 47  
«31» августа 2022 года  
протокол № 4

Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с № 47  
С.П.Прохорова  
«31» августа 2022 года



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Веселые удальцы»**

Разработчик: Ворожбит Ирина Ильинична,  
инструктор по физической культуре  
Срок реализации: 9 месяцев  
Возраст детей: 5-7 лет

**Калининград**

**2022 год**

## Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы.

### ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Приобщение детей к народной культуре является одним из средств формирования у них патриотических чувств и развития духовности. Патриотизм необходимо прививать с раннего детства, он напрямую связан с личной духовностью человека.

Большое место в приобщении детей к народной культуре занимают народные игры. Народные игры можно рассматривать как одно из средств физического развития детей.

Передовые представители культуры, такие как: К.Д. Ушинский, Е.А. Покровский, Д.А. Колодца, Г.А. Виноградов и др., заботясь о просвещении, образовании и воспитании народных масс, призывали повсеместно собирать и описывать русские народные игры, чтобы довести до потомков народный колорит обычаев, оригинальность самовыражения того или иного народа, своеобразие языка, формы и содержания разговорных текстов.

Условием нормального развития организма является двигательная активность. Именно двигательная активность, как основа жизнеобеспечения детского организма, оказывает воздействие на рост и развитие нервно-психического состояния, функциональные возможности и работоспособности ребёнка.

Физическое воспитание содержит неограниченные возможности для всестороннего развития ребенка. Оно помогает ему раскрыть свои двигательные способности, мобилизовать психические и физические силы. Именно благодаря физическим упражнениям значительно оздоравливается организм ребенка, формируются психофизические качества, воспитываются эстетические чувства от ощущения телесного здоровья.

**Актуальность программы** заключается в том, что современное поколение детей страдает от дефицита двигательной активности, дети редко гуляют, мало играют в подвижные игры, зависимы от телевизоров и компьютеров.

Подвижные игры – естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций. Народные игры являются традиционным средством педагогики, частью физического, интернационального и художественного воспитания детей. Радость движения сочетается с духовным обогащением детей. У детей формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создается эмоционально-положительная основа для развития патриотических чувств.

**Отличительной особенностью программы** является то, что развивают и совершенствуют двигательные качества через ознакомление с русскими народными играми.

Учитывая важность этой работы, я разработала программу «Веселые удалцы». В реализации дополнительной программы участвуют дети старшего дошкольного возраста..

Форма реализации программы: занятия и игры.

**Адресат программы** – дети старшего дошкольного возраста (5-6 лет), воспитанники ДОУ.

**Объём и срок освоения программы:**

- срок реализации программы рассчитан на 36 часов

- 1 час = 1 занятие.

**Продолжительность 1 занятия:** 25 минут.

**Форма обучения:** очная

**Форма организации обучения:** групповая.

Типы занятий:

1. Тематическое занятие – к определенной теме занятия подобраны беседы, игры, иллюстрации.

2. Игровые занятия – закрепление знакомых игр, потешек, считалок и разучивание новых.

3. Интегрированные занятия – соединение двух разных видов деятельности в одном занятии.

4. Беседа – игра – беседы, рассказы, разучивание новых и закрепление знакомых игр.

5. Игровой театр – инсценировка потешек, считалок, использование персонажей.

**Режим занятий** – во второй половине дня

### **Цель программы:**

развивать и совершенствовать двигательные качества детей на основе ознакомления с народными подвижными играми.

### **Задачи программы:**

1. Формировать у детей жизненно необходимые двигательные навыки, обеспечивать физическое и психическое благополучие ребенка.
2. Развивать нравственно-волевые качества и эмоциональную сферу ребенка.
3. Формировать активность, инициативность, коммуникативность.
4. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны, создавать эмоционально положительную основу для развития патриотических чувств.

### **Основные принципы организации программы:**

1. Принцип оздоровительной направленности. Содержание игр направлено на развитие и совершенствование двигательных качеств.
2. Принцип доступности и индивидуализации. Принцип предусматривает учет индивидуальных возможностей и способностей детей.
3. Принцип наглядности. Применение показа движений взрослым и ребенком, рассматривание иллюстраций (предметы быта, народные костюмы, народные гулянья).
4. Принцип системности. Реализуется через сезонное построение учебного плана. Дети получают представление об играх, используемых русским народом в течение всего календарного года.

### **Средства реализации программы:**

- Совместная игровая деятельность с детьми.
- Создание атрибутов к играм.
- Творческое взаимодействие с другими специалистами: музыкальным руководителем, педагогами дополнительного образования.

Для успешной реализации поставленной цели выделены следующие условия:

1. Приоритетное внимание к специфическому виду деятельности дошкольника – игре.
2. Использование интегрированного подхода к реализации содержания программы (физическое, речевое, музыкальное, художественное развитие).
3. Творческий подход к организации занятий, использование разнообразных методов и приемов воспитания и обучения.
4. Создание лично – значимой для ребенка мотивации усвоения содержания программы.

Результатом освоения содержания программы является умение детей играть активно и самостоятельно, проявлять инициативу. Дети приучаются в любой игровой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к

изменяющимся условиям окружающей среды, а это значит, что дошкольники приобретают важные качества, необходимые им в будущей жизни.

Мониторинг уровня освоения программы детьми проводится два раза в год.

Основным условием успешного внедрения народных игр в жизнь дошкольника всегда было и остается глубокое знание и свободное владение игровым репертуаром. Игры используются как эмоционально – образное средство влияния на детей, пробуждая интерес, воображение, способствуют активному выполнению игровых действий.

В данной программе русские народные игры представлены в следующей классификации:

#### **I. Народные игры:**

1. Игры с бегом
2. Игры с мячом
3. Игры с прыжками
4. Игры малой подвижности

#### **II. Народные словесные игры:**

1. Игры – шутки
2. Игры – загадки
3. Игры с подражанием

#### **III. Хороводные игры**

#### **IV. Зимние игры**

#### **V. Обрядовые игры**

*В играх с бегом* содержание игр построено на основном виде движения беге: до ориентира, догонялки, перенос предметов, бег от взрослого.

*В играх с мячом* содержание игр основано на ловле, бросании, передаче мяча друг другу.

*В играх с прыжками* дети прыгают на двух, одной ноге, до ориентира, в длину с места.

*В играх, с малой подвижностью* предполагаются задания на внимание и ловкость.

*В народных словесных играх* дети обыгрывают шутки действиями, подражают действиям водящего, обыгрывают диалоги водящего и играющих.

*Хороводные игры* – это игры с песнями, пропеваниями текстов, выполнением действий соответствующих тексту.

*Зимние игры* предполагают действие со снегом, текст игр соотносится с зимней тематикой.

*Обрядовые игры* – это игры обыгрывающие русские народные обряды, с определенным текстом.

*В играх с сюжетом*, дети отражают в условно-игровой форме, способствующей конкретному перевоплощению в образ, все свои жизненные впечатления и переживания.

*В играх, не имеющих сюжета, построенных на определенных игровых заданиях много познавательного материала, способствующего расширению сенсорной сферы ребенка, развитию его мышления и самостоятельности действий.*

В программе используются занятия нескольких типов:

- Игровое. Закрепление правил знакомых игр, разучивание новых игр, считалок.
- Музыкально – логоритмическое. Разучивание и проведение хороводных игр, использование игровых песенок, считалок с пропеванием текста.
- Тематическое. Рассказы, беседы, рассматривание иллюстраций, игры, загадки, пословицы на одну определенную тему.
- Интегрированное. Исполнение логоритмических попевок, зачинов, хороводов, песен, проведение игр, рисование.
- Посиделки. Совместно с родителями или с группой детей. Итоговое занятие по определенной тематике.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Тема занятия	Кол-во занятий
I	Народные подвижные игры: 1.Игры с бегом 2.Игры с мячом 3.Игры с прыжками 4.Игры малой подвижности	5 5 5 5
II	Народные словесные игры: 1.Игры – шутки 2.Игры – загадки 3.Игры с подражанием	2 2 3
III	Хороводные игры	3
IV	Зимние игры	3
V	Обрядовые игры	3
<b>Всего :</b>		<b>36</b>

### Рабочая программа

№ занятия	Сентябрь
	Программное содержание
1	Подбор детей в кружок
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа с детьми о народных играх, об их важности, назначении</li> <li>• Рассмотреть иллюстрации о быте русского народа</li> <li>• Игра «Море волнуется раз»</li> </ul>
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа о закличках и считалках</li> <li>• Выучить считалку «Шла кукушка»</li> <li>• Выучить игру «Заря – зареница»</li> <li>• Повторить игры «Пузырь», «Прятки»</li> </ul>
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Рассмотреть иллюстрации о быте русского народа</li> <li>• Игра «У медведя во бору»</li> <li>• Игра «Заря – зарница»</li> </ul>
№ занятия	Октябрь
	Программное содержание
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Выучить считалку «Петушок»</li> <li>• Повторить считалку «Шла кукушка»</li> <li>• Разучить игру «Заря – зареница»</li> <li>• Повторить игры «У медведя во бору», «Совушка – сова»</li> </ul>
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа о русских народных и современных играх</li> <li>• Повторить считалку «Петушок»</li> <li>• Разучить игру «Дедушка Рожок»</li> <li>• Повторить игру «Совушка – сова»</li> </ul>
7	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Выучить считалку «Шел баран»</li> <li>• Повторить считалку «Стакан - лимон»</li> <li>• Игры «Совушка – сова», «Дедушка Рожок», «Пузырь»,</li> </ul>
8	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Рассмотреть иллюстрации о русской народной одежде</li> <li>• Игра «У медведя во бору», «Дедушка Рожок»</li> <li>• Разучить игру «Бабка - Ежка»</li> </ul>
№ занятия	Ноябрь
	Программное содержание
9	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторить считалку «Горох»</li> <li>• Разучить считалку «Музыканты»</li> <li>• Игры «Бабка - Ежка», «Совушка – сова»</li> <li>• Прослушать русскую народную песню «Валенки»</li> </ul>
10	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Разучить игру «Игровая»</li> <li>• Повторить игры «У медведя во бору», «Дедушка Рожок»</li> <li>• Беседа о жребиях</li> </ul>
11	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Выучить считалку «Конь ретивый»</li> <li>• Повторить считалку «Горох»</li> <li>• Повторить игры «Бабка - Ежка», «У медведя во бору»</li> </ul>
12	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторить считалку «Конь ретивый», «Петушок»</li> <li>• Повторить игры «Заря - зареница», «Дедушка Рожок», «Игровая»</li> </ul>



№ занятия	Декабрь
	Программное содержание
13	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторить считалку «Дед Мороз»</li> <li>• Повторить игру «Игровая», «Дедушка Рожок»</li> <li>• Разучить игру «Водяной»</li> </ul>
14	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторить считалки «Шел баран по лавочке», «Шла кукушка»</li> <li>• Повторить игры «Гуси - лебеди», «Дедушка Рожок»</li> </ul>
14	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторить считалку «Горох»</li> <li>• Беседа о праздновании зимних праздников на Руси</li> <li>• Рассмотреть иллюстрации о праздниках</li> <li>• Повторить игры «Водяной», «Дед Рожок»</li> <li>• Разучить игру «Льдинка, ветер и мороз»</li> </ul>
16	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторить считалку «Конь ретивый»</li> <li>• Повторить игру «Шла коза по лесу», «Бабка - Ежка»</li> <li>• Разучить игру «Птицелов»</li> </ul>
№ занятия	Январь
	Программное содержание
17	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторить считалки «Шел баран по лавочке», «Шла кукушка»</li> <li>• Повторить игры «Гуси - лебеди», «Дедушка Рожок»</li> </ul>
18	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторить считалку «Дед Мороз»</li> <li>• Повторить игру «Игровая», «Дедушка Рожок»</li> <li>• Разучить игру «Водяной»</li> </ul>
19	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа о зимних народных праздниках (Рождество, Колядки)</li> <li>• Рассмотреть иллюстрации о праздновании на Руси</li> <li>• Повторить игры «Водяной», «Гуси - лебеди»</li> </ul>
20	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Рассмотреть иллюстрации русской народной одежды (праздничной и повседневной)</li> <li>• Повторить считалку «Шла кукушка»</li> <li>• Познакомить с жеребьевкой</li> <li>• Повторить игры «Гуси - лебеди»</li> <li>• Разучить игру «Цепи кованные»</li> </ul>
№ занятия	Февраль
	Программное содержание
21	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторить игры «Пчелка и ласточка», «Бабка – Ежка»</li> <li>• Повторить считалку «Конь ретивый»</li> <li>• Разучить считалку «Аты – баты»</li> </ul>
22	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторить считалку «Аты – баты»</li> <li>• Повторить игры «Совушка - сова», «Дедушка Рожок», «Водяной»</li> </ul>
23	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторить считалку «Шел баран»</li> <li>• Повторить игры «Солнышко - ведрышко», «Пчелка и ласточки»</li> <li>• Разучить игру «Гигантские шаги»</li> </ul>
24	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Разучить считалку «Тара - бара»</li> <li>• Повторить игры «Пузырь», «Птицелов»</li> <li>• Рассмотреть иллюстрации с предметами старинного быта. Загадки о предметах</li> </ul>

№ занятия	Март
	Программное содержание
25	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторить игру «Заря - зареница»</li> <li>• Повторить игру «Волк и дети», «У дядюшки Трофима»</li> <li>• Беседа о весенних праздниках на Руси</li> <li>• Рассматривание иллюстраций о праздниках</li> </ul>
26	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторить считалку «Петушок»</li> <li>• Повторить игры «Море волнуется раз», «Шла коза по лесу»</li> <li>• Разучить игру «Стадо»</li> </ul>
27	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Разучить считалку «Гори, гори ясно»</li> <li>• Повторить игры «Стадо», «Гуси - лебеди»</li> <li>• Разучить игру «Ляпка»</li> </ul>
28	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторить считалку «Гори, гори ясно»</li> <li>• Повторить игру «Шла коза по лесу», «Бабка - Ежка»</li> </ul>
№ занятия	Апрель
	Программное содержание
29	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторить игру «Стадо», «Дедушка Рожок», «Гигантские шаги»</li> <li>• Разучить игру «Сито»</li> </ul>
30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторить игры «Водяной», «Стадо», «Совушка – сова»</li> <li>• Беседа о весенних праздниках</li> <li>• Пословицы о весне</li> </ul>
31	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Разучить игру «Жмурки»</li> <li>• Повторить игры «Волк и дети», «Пузырь», «Бабка – Ежка»</li> <li>• Рассмотреть иллюстрации о весне</li> </ul>
32	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторить игру «Солнышко - ведрышко», «Филин», «Птицелов»</li> <li>• Повторить считалку «Шел баран на лавочке»</li> </ul>
№ занятия	Май
	Программное содержание
33	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторить игры «Сито», «Водяной»</li> <li>• Разучить игру «Пирожок»</li> <li>• Повторить считалку «Петушок»</li> </ul>
34	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторить игры «Волк и зайцы», «Шла коза по лесу», «Гуси – лебеди»</li> <li>• Рассмотреть иллюстрации русских летних народных костюмах</li> <li>• Пословицы о весне.</li> </ul>
35	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторить игры по желанию детей</li> <li>• Повторить считалку «Стакан – лимон»</li> <li>• Рассмотреть иллюстрации о народных игрушках.</li> <li>•</li> </ul>
36	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Загадки о весне.</li> <li>• Повторить игры «Солнышко- ведрышко» , «У медведя во бору» .</li> <li>• Повторить считалку Шла кукушка».</li> </ul>

### **Планируемые результаты.**

Реализация программы позволит укрепить и сохранить здоровье детей, а также развить и усовершенствовать физические качества детей.

**Способ проверки знаний и умений:** проведение мониторинга 2 раза в год. Оцениваются уровни освоения программы (в, с, н).

## Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

### Календарный учебный график.

Продолжительность учебного года	9 месяцев (1 сентября - 31 мая)	
Срок реализации программы	36 часов	
Продолжительность образовательного процесса	36 недели	
Периодичность	1 раз в неделю	
<b>Количество занятий</b>		
В неделю	В месяц	В год
1	4	36

### Условия реализации программы.

#### 1. Материально-техническое обеспечение:

Место проведения - физкультурный зал .

Оборудование: магнитофон, мячи, спортивное оборудование.

#### 2. Информационное обеспечение - интернет источники:

1. Современные технологии оздоровления детей [www.moluch.ru](http://www.moluch.ru).

2. Презентации [www.nsportal.ru](http://www.nsportal.ru).

3. Оздоровительные технологии - [www.iocenter.ru](http://www.iocenter.ru).

- [www.maam.ru](http://www.maam.ru).

- [www.nsportal.ru](http://www.nsportal.ru).

3. Кадровое обеспечение - в реализации программы участвует 1 педагог- специалист дошкольного учреждения.

### Формы аттестации

#### 1. Формы отслеживания:

- мониторинг

- открытые занятия

- отзывы родителей

- табель посещаемости

#### 2. Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

подведение результатов мониторинга

- анализ заболеваемости каждого ребенка, по группам и учреждению в целом,

- общий анализ эффективности оздоровительной работы за учебный год,

- анализ анкет родителей.

- открытые занятия

- фотоальбом

- презентации

### Оценочные материалы

Способ проверки знаний по реализации дополнительной образовательной программы проходит в форме мониторинга уровней освоения программы. (в конце учебного года)

#### Список литературы.

1. Белая К.Ю., Сотникова В.М. Разноцветный мир. – М.: Линка – пресс, 2007.
2. Волина В. Зимние забавы. – С – Пб.: Дидактика Плюс, 1997.
3. Гайдаренко Е.П. Игры, забавы, развлечения для детей и взрослых. – М.: Сталкер, 1997.
4. Игры на воздухе. – М.: Корона Плюс, 1998.
5. Кенеман А.В., Осокина Т.И. Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста. – М.: Просвещение, 1986.
6. Кенеман А.В., Осокина Т.И. Детские народные подвижные игры. – М.: Владос, 1995.
7. Литвинова М.Ф. Русские народные игры. – М.б Просвещение, 2003.
8. Новолуцкая М.Ю. «Наследие» Программа патриотического воспитания в детском саду. – М.: Просвещение, 2003.
9. Осокина Т.И. Детские подвижные игры народов СССР. – М.: Просвещение, 1989.