

Принята на заседании
Педагогического совета
Протокол №1 от 29.08.2025г

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
Усадский детский сад «Айтишка»
Приказ № 108 от 29.08.2025г.



Дополнительная образовательная программа
Физкультурно-спортивной направленности «Народные
подвижные игры»
Возраст обучающихся: 4-7
лет Срок реализации: 3
учебных года

Автор -
составитель:
Тимочкина Л.Ф.

Содержание программы

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

| | |
|---|----|
| 1.1. Пояснительная записка..... | 3 |
| 1.2. Цель и задачи программы | 4 |
| 1.3. Содержание программы | 5 |
| 1.3.1 Учебный план. Содержание учебного плана. Год обучения (4-5 лет)..... | 5 |
| 1.3.1 Учебный план. Содержание учебного плана. Год обучения (5-6 лет)..... | 9 |
| 1.3.2. Учебный план. Содержание учебного плана. Год обучения (6-7 лет)..... | 12 |
| 1.4. Планируемые результаты..... | 16 |

2. Комплекс организационно-педагогических условий

| | |
|--|----|
| 2.1. Календарный учебный график..... | 17 |
| 2.1.1. Календарный учебный график занятий с детьми 4-5 лет..... | 17 |
| 2.1.2. Календарный учебный график занятий с детьми 5-6 лет..... | 20 |
| 2.1.3. Календарный учебный график занятий с детьми 6-7 лет..... | 24 |
| 2.2. Условия реализации программы | 27 |
| 2.3. Формы аттестации. Способы проверки результатов освоения программы ... | 27 |
| 2.3.1. Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов | 27 |
| 2.3.2. Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов | 27 |
| 2.4. Оценочные материалы..... | 27 |
| 2.5. Методические материалы | 28 |
| 2.6. Список литературы | 29 |
| Приложение | 30 |

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. Передовые представители культуры (К.Д. Ушинский, Е.А. Покровский, Г.А. Виноградов и др.), заботясь о просвещении, образовании и воспитании народа, призывали повсеместно собирать и описывать народные игры, чтобы донести до потомков национальный колорит обычаев, оригинальность самовыражения народов, своеобразие языка, формы и содержания разговорных текстов.

Дополнительная общеразвивающая программа «Народные подвижные игры» - физкультурно-спортивной направленности, нацелена на удовлетворение конкретных образовательных потребностей родителей как заказчиков образовательных услуг.

Актуальность разработанной программы обусловлена тем, что знакомя учащихся с народными подвижными играми, мы через игровой фольклор расширяем и закрепляем знания учащихся о русском народном творчестве, развиваем в них духовный творческий патриотизм, интерес к истокам русского народного творчества. Сохранение и возрождение национальной культуры является одной из первостепенных задач. Чтобы у ребенка сформировалось чувство любви к Родине, необходимо формировать и воспитывать у него эмоционально положительное отношение к тем местам, где он родился и живет, развивать умение видеть и понимать их красоту, желание узнавать о них больше, формировать стремление оказывать посильную помощь людям, которые его окружают, воспитывать у учащихся толерантность. Поэтому надо помнить, что народные подвижные игры как жанр устного народного творчества являются национальным богатством, и мы должны сделать их достоянием наших детей.

Народные игры - своеобразная школа ребёнка, школа воспитания. В ней свои «учебные предметы». Одни из них развивают у ребёнка ловкость, меткость, быстроту и силу; другие учат премудростям жизни, добру и справедливости, чести и порядочности, любви и долгу. Игра формирует высокую нравственность. Через игру учащиеся познают окружающий мир. В них удовлетворяется жажда действия, предоставляется обильная пища для работы ума и воображения; воспитывается умение преодолевать неудачи, переживать их, постоять за себя и справедливость.

Практическая значимость программы заключается в том, что она создаёт условия возрождения народных подвижных игр и помогает делать досуг детей содержательным и полезным.

Программа разработана с учетом следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
3. Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания";

4. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» в редакции от 30.09.2020 г.
5. Приказ Минпросвещения РФ от 30.09.2020 № 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом министерства просвещения российской федерации от 9 ноября 2018 г. № 196»;
6. Распоряжение Правительства РФ от 4.09.2014 г. № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;
7. Приказ министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
8. Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».
9. Постановление Правительства РФ от 15.09.2020г. № 1441 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг»;
10. Постановление администрации Города Томска от 21.10.2013 г. № 1186 «О внесении изменений в постановление администрации Города Томска от 24.03.2011г. № 249 «Об утверждении предельных цен на платные услуги муниципальных учреждений, подведомственных департаменту образования администрации Города Томска»;
11. Распоряжение департамента образования администрации Города Томска от 01.11.2013г. № р498 «Об утверждении предельных цен на платные услуги, предоставляемые муниципальными учреждениями, подведомственными департаменту образования администрации Города Томска»;
12. Постановление администрации Города Томска от 06.06.2014 г. № 485 и от 24.04.2014г. № 326 «О внесении изменений в постановление администрации Города Томска от 24.03.2011г. № 249 «Об утверждении предельных цен на платные услуги муниципальных учреждений, подведомственных департаменту образования администрации Города Томска».

Отличительные особенности

Отличительные особенности народных игр – различные движения, мотивированные содержанием, сюжетом игры (бег, прыжки, метания, броски, передачи и ловля мяча, сопротивления и др.). Специальной физической подготовленности играющим не требуется. Народные подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания учащихся. Посредством игры формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создается эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине; её культуре и наследию. По содержанию все народные подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям. Неоценимым национальным богатством являются календарные игры. Они вызывают интерес не только как жанр устного народного творчества. В них заключена информация, дающая представление о повседневной жизни наших предков - их быте, труде, мировоззрении. В ходе народных подвижных игр учащиеся учатся анализировать свою и чужую деятельность с точки зрения законов природы, а это первый шаг к формированию привычек ведения здорового образа жизни.

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы: Раскрытие и реализация творческого потенциала учащихся путем приобщения их к народным подвижным играм как альтернативному виду досуга.

Задачи программы:

Обучающие:

- Дать знания о народных играх, о традициях, истории и культуре народа;

- Обучить разнообразным правилам русских народных игр и других физических упражнений игровой направленности;
- Познакомить с необходимыми теоретическими знаниями в области физической культуры, спорта, гигиены.
- Развивающие:
- Развивать физические качества: силы, быстроты, выносливости, ловкости;
- Воспитательные:
 - Сформировать потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями, ответственности за свое здоровье;
 - Привить интерес и любовь к занятиям различным видам спортивной и игровой деятельности;
 - Способствовать воспитанию культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности.

Основные принципы Программы

1. Принцип дифференциации и индивидуализации предполагает создание условий для полного проявления способностей каждого ребенка.
2. Принцип доступности предусматривает осуществление профилактической работы с учетом особенностей возраста, подготовленности, а также индивидуальных различий в физическом развитии детей.
3. Принцип системности: достижение цели обеспечивается решением комплекса задач оздоровительной направленности с соответствующим содержанием, что позволяет получить прогнозируемый результат.
4. Принцип последовательности заключается в постепенном повышении требований в процессе оздоровительной работы и увеличении оптимальной физической нагрузки.
5. Принцип научности лежит в основе всех оздоровительных технологий, способствующих формированию здорового образа жизни.
6. Принцип оздоровительной направленности обеспечивает оптимизацию двигательной активности детей, укрепление здоровья, совершенствование физиологических функций организма.

Условия реализации программы:

- Адресат программы – дети в возрасте 4-7 лет, в т.ч. с ОВЗ (ГНР).
- Численность детей в группе не более 10 человек.
- Занятия проводятся в спортивном зале, два раза в неделю.
- Форма обучения – очная.
- Объем и срок освоения программы: программа рассчитана на 3 учебных года.
- Длительность занятий с детьми 4-5 лет – 20 минут, 5-6 лет – 25 минут, 6-7 лет - 30 минут.

Продолжительность программы

Данная программа рассчитана на три года обучения, с учетом возрастных особенностей каждой группы. Для детей с 4 до 7 лет.

Первый год обучения (средняя группа) -72 занятия по 20 минут (два раз в неделю).

Второй год обучения (старшая группа) -72 занятия по 25 минут (два раз в неделю).

Третий год обучения (подготовительная группа) -72 занятия по 30 минут (два раз в неделю).

Занятия проводятся по подгруппам.

1.3. Содержание программы

1.3.1. Учебный план. Содержание учебно-тематического плана.

Первый год обучения (возраст 4-5 лет)

| № | Название раздела, темы | Формы проверки реализации программы | Содержание | Кол-во часов |
|----|---|-------------------------------------|---|--------------|
| 1 | Вводное занятие (инструктаж по технике безопасности) | - анализ деятельности ребенка | Опрос-игра | 2 |
| 2 | Знакомство с обычаями и традициями Русских народных игр (подвижные) | | Познакомить с историей народной подвижной игры. | 2 |
| 3 | Знакомство с обычаями и традициями Русских народных игр (малоподвижные) | | Познакомить с историей народной подвижной игры. | 2 |
| 4 | Народная игра: «Муха» | | Учить детей выполнять движения в соответствии с текстом, соблюдать правила игры. | 2 |
| 5 | Народная игра: «Летят не летят» | | Учить детей выполнять движения в соответствии с текстом, соблюдать правила игры. | 2 |
| 6 | Хороводная Игра «Ходит Ваня» | | Учить стоять в кругу, подпевать песни, воспитывать доброжелательное отношения друг к другу. | 2 |
| 7 | Народная игра: «У медведя во бору» | | Развитие у детей скорости реакции на словесный сигнал, развитие внимания; упражнять детей в беге. | 2 |
| 8 | Хороводная игра: «Огородная - хороводная» | | Учить детей двигаться по кругу, выполнять движения в соответствии с текстом. | 2 |
| 9 | Народная игра: «Золотые ворота» | | Учить детей бегать по кругу, не наталкиваясь друг на друга. Соблюдать правила игры. | 2 |
| 10 | Хороводная игра: «Карусель» | | Учить говорить детей в быстром и медленном темпе, согласовывать | 2 |

| | | | | |
|----|--|--|---|---|
| | | | движения с текстом стихотворения, реагировать на словесный сигнал. | |
| 11 | Народная игра: «Бабка Ежка» | | Учить детей не попадаться водящему, передвигаться не наталкиваясь | 2 |
| 12 | Хороводная игра: «Колпачок» | | Учить детей братья за руки, выполнять движения согласно тексту игры. | 2 |
| 13 | Хороводная игра: «Кто у нас хороший». | | Учить детей передавать в движении содержание текста, согласовывая свои движения с движениями других детей (ходить по кругу, сужать и расширять круг). | 2 |
| 14 | Народная игра: «Мороз- Красный нос». | | Развивать внимание и воображение, воспитывать выносливость. Соблюдать правила игры. | 2 |
| 15 | Хороводная игра: «Зимний хоровод» | | Учить, согласовывать движения с текстом. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу. | 2 |
| 16 | Народная игра: «Горелки» | | Учить детей бегать враспынную, не наталкиваясь друг на друга. Соблюдать правила игры. | 2 |
| 17 | Народная игра: «Кошки- мышки». | | Учить выполнять действия по сигналу ведущего. Соблюдать правила игры. | 2 |
| 18 | Хороводная игра: «Арина». | | Упражнять детей в правильном согласовании действий и текста, закреплять умение водить хоровод, развивать речевую и двигательную активность. | 2 |
| 19 | «Пришла Коляда» | | Упражнять в беге с увертыванием, в ловле, в лазании, прыжках в глубину. 2. Развивать у детей ловкость и умение выполнять движение по сигналу. 3. Воспитывать умение действовать в коллективе. | 2 |
| 20 | Народная игра: «Ручеёк» | | Учить детей выполнять движения, соблюдать правила игры. | 2 |

| | | | | |
|----|---|--|--|---|
| 21 | Хороводная игра: «Горошина» | | Закреплять умение водить хоровод, выполнять движения в соответствии с текстом, развивать внимание и речевую активность. | 2 |
| 22 | Народная игра: «Гуси-гуси» | | Учить детей выполнять движения в соответствии с текстом; учить детей бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, соблюдать правила игры. | 2 |
| 23 | «Льдинки, ветер и мороз» | | Учить ориентироваться в пространстве, ловкость. | 2 |
| 24 | Хороводная игра «Кто на нашем на лугу» | | Учить детей передавать в движении содержание текста, согласовывая свои движения с движениями других детей. | 2 |
| 25 | «Зайка серый умывается» | | Учить детей слушать текст игры, сопровождать его соответствующими движениями. | 2 |
| 26 | «Золотые ворота» | | Развивать умение двигаться с разной скоростью, уменьшая и увеличивая темп движения; Развивать умение ориентироваться в пространстве; Упражнять в ходьбе цепочкой. | 2 |
| 27 | «Бабушка и пирожок» | | Развивать ловкость и внимательность, скоростные качества | 2 |
| 28 | «Гори, гори ясно» | | Развивать выдержку и ориентировку в пространстве. Упражнять в быстром беге. | 2 |
| 29 | «Заря заряница» | | Учить играть, соблюдая правила, проявляя доброжелательность | 2 |
| 30 | «Горелки» | | Совершенствовать технику бега наперегонки в естественных условиях; способствовать развитию самоконтроля и самооценки в процессе организации подвижной игры; укреплять связочно-мышечный аппарат ног, содействовать формированию правильной осанки. | 2 |
| 31 | «Мы матрешки» | | Учить выполнять движения по тексту, показывать ладошки, сапожки. | 2 |
| 32 | «Капуста» | | Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, умение согласовывать движения | 2 |

| | | | | |
|----|-------------------------------|--|---|---|
| | | | со словами, упражнять в беге, умению играть в коллективе. | |
| 33 | «Колечко – малечко», «Ручеек» | | Совершенствовать навыки детей быстро передавать предмет по кругу; развивать память, речь, внимание, реакцию; формировать умение детей сдерживать свои эмоции во время игр. Закрепить умение использовать в самостоятельной двигательной активности. | 2 |
| 34 | Игры по желанию детей | | Повторение правил игры. Обыгрывание с детьми пройденных игр, закрепить считалок, закличек. | |
| 35 | Игры по желанию детей | | Повторение правил игры. Обыгрывание с детьми пройденных игр, закрепить считалок, закличек. | |
| 36 | Игры по желанию детей | | Повторение правил игры. Обыгрывание с детьми пройденных игр, закрепить считалок, закличек. | |

**1.3.1. Учебный план. Содержание учебно-тематического плана.
Второй год обучения (возраст 5-6 лет)**

| № | Название раздела, темы | Формы проверки реализации программы | Содержание | Кол-во часов |
|---|---|-------------------------------------|---|--------------|
| 1 | Вводное занятие (инструктаж по технике безопасности) | - анализ деятельности ребенка | Опрос-игра | 2 |
| 2 | Знакомство с обычаями и традициями Русских народных игр (подвижные) | | Познакомить с историей народной подвижной игры. | 2 |
| 3 | Знакомство с обычаями и | | Познакомить с историей народной подвижной игры. | 2 |

| | | | |
|----|---|--|---|
| | традициями Русских народных игр (малоподвижные) | | |
| 4 | «Уголки (Кумушки)» | Развивать навыки в беге, ориентировку в пространстве, умение согласовывать движения с текстом. | 2 |
| 5 | «Медведи с цепью» | Развивать навыки в беге, ориентировку в пространстве, умение согласовывать движения с текстом. | 2 |
| 6 | «Курочки» | Развивать навыки в беге, ориентировку в пространстве, умение согласовывать движения с текстом. | 2 |
| 7 | «Челнок» | Развивать навыки в беге, ориентировку в пространстве, умение согласовывать движения с текстом. | 2 |
| 8 | «Стадо» | Развивать навыки в беге, ориентировку в пространстве, умение согласовывать движения с текстом. | 2 |
| 9 | «Прерванные пятнашки» | Развивать навыки в беге, ориентировку в пространстве, умение согласовывать движения с текстом. | 2 |
| 10 | «Пустое место» | Развивать навыки в беге, ориентировку в пространстве, умение согласовывать движения с текстом. | 2 |
| 11 | «Пятнашки с домом» | Развивать навыки в беге, ориентировку в пространстве, умение согласовывать движения с текстом. | 2 |
| 12 | «Сокол и голуби» | Развивать навыки в беге, ориентировку в пространстве, умение согласовывать движения с текстом. | 2 |
| 13 | «Синие, красные, желтые» | Развивать навыки в беге, ориентировку в пространстве, умение согласовывать движения с текстом. | 2 |
| 14 | Народная игра: «Мороз- Красный нос». | Развивать внимание и воображение, воспитывать выносливость. Соблюдать правила игры. | 2 |
| 15 | «Эстафета с палочкой» | Знакомить детей с играми соревновательного характера, | 2 |

| | | | | |
|----|--|--|---|---|
| | | | воспитывать чувства сопереживания и успеха своей команды | |
| 16 | «Эстафета парами» | | Знакомить детей с играми соревновательного характера, воспитывать чувства сопереживания и успеха своей команды | 2 |
| 17 | «Перебрось за предмет» | | Учить детей выполнять правильно метание различными способами (из-за головы, снизу). | 2 |
| 18 | «Сбей кеглю» | | Учить детей выполнять правильно метание различными способами (из-за головы, снизу). | 2 |
| 19 | «Пришла Коляда» | | Упражнять в беге с увертыванием, в ловле, в лазании, прыжках в глубину. 2. Развивать у детей ловкость и умение выполнять движение по сигналу. 3. Воспитывать умение действовать в коллективе. | 2 |
| 20 | «Попади в обруч» | | Закрепить умение детей метать мяч из – за головы, развивать меткость. | 2 |
| 21 | «Охотники и зайцы» | | Закрепить умение детей метать мяч из – за головы, развивать меткость. | 2 |
| 22 | «Солнце» (игра народов Сибири) | | Развивать навыки в беге, ориентировку в пространстве. | 2 |
| 23 | «Сюлы – ледяные палочки» | | Упражнять в метание в даль. | 2 |
| 24 | Хороводная игра «Кто на нашем на лугу» | | Учить детей передавать в движении содержание текста, согласовывая свои движения с движениями других детей. | 2 |
| 25 | «Охота на куропаток» | | Развивать навыки в беге, ориентировку в пространстве. | 2 |
| 26 | «Золотые ворота» | | Развивать умение двигаться с разной скоростью, уменьшая и увеличивая темп движения; Развивать умение ориентироваться в пространстве; Упражнять в ходьбе цепочкой. | 2 |
| 27 | «Тройной прыжок» | | Закрепить умение прыгать с одной ноги на другую, в третьем прыжке приземляться на обе | 2 |
| 28 | «Гори, гори ясно» | | Развивать выдержку и ориентировку в пространстве. Упражнять в быстром беге. | 2 |
| 29 | «Заря заряница» | | Учить играть, соблюдая правила, | 2 |

| | | | | |
|----|-----------------------|--|---|---|
| | | | проявляя доброжелательность | |
| 30 | «Горелки» | | Совершенствовать технику бега наперегонки в естественных условиях; способствовать развитию самоконтроля и самооценки в процессе организации подвижной игры; укреплять связочно- мышечный аппарат ног, содействовать формированию правильной осанки. | 2 |
| 31 | «Важенки и оленята» | | Развивать навыки в беге, умение согласовывать движения с текстом. | 2 |
| 32 | «Оленьи упряжки» | | Развивать навыки в беге, ориентировку в пространстве. | 2 |
| 33 | «Кошка и мышка» | | Развивать навыки в беге, умение согласовывать движения с текстом. | 2 |
| 34 | Игры по желанию детей | | Повторение правил игры. Обыгрывание с детьми пройденных игр, закрепить считалок, закличек. | 2 |
| 35 | Игры по желанию детей | | Повторение правил игры. Обыгрывание с детьми пройденных игр, закрепить считалок, закличек. | 2 |
| 36 | Игры по желанию детей | | Повторение правил игры. Обыгрывание с детьми пройденных игр, закрепить считалок, закличек. | 2 |

**1.3.1. Учебный план. Содержание учебно-тематического плана.
Третий год обучения (возраст 6-7 лет)**

| № | Название раздела, темы | Формы проверки реализации программы | Содержание | Кол-во часов |
|---|--|-------------------------------------|------------|--------------|
| 1 | Вводное занятие (инструктаж по технике безопасности) | - анализ деятельности ребенка | Опрос-игра | 2 |

| | | | | |
|---|---|--|---|---|
| 2 | Знакомство с обычаями и традициями Русских народных игр (подвижные) | | Познакомить с историей народной подвижной игры. | 2 |
| 3 | Знакомство с обычаями и традициями Русских народных игр (малоподвижные) | | Познакомить с историей народной подвижной игры. | 2 |
| 4 | «Городки» | | Развивать координацию движений, глазомер, силу, выносливость, стремление добиваться конечного результата, продолжать отрабатывать навыки метания биты в цель, следить за правильной стойкой городошника, за последовательным выполнением прицела, замаха, броска; Развивать чувство сопереживания при игре в командах | 2 |
| 5 | «Городки» | | Развивать координацию движений, глазомер, силу, выносливость, стремление добиваться конечного результата, продолжать отрабатывать навыки метания биты в цель, следить за правильной стойкой городошника, за последовательным выполнением прицела, замаха, броска; Развивать чувство сопереживания при игре в командах | 2 |
| 6 | «Путешествие в удивительный город» | | Развивать координацию движений, глазомер, силу, выносливость, стремление добиваться конечного результата, продолжать отрабатывать навыки метания биты в цель, следить за правильной стойкой городошника, за последовательным выполнением прицела, замаха, броска; Развивать чувство сопереживания при игре в командах | 2 |
| 7 | «Путешествие в удивительный город» | | Развивать координацию движений, глазомер, силу, выносливость, стремление добиваться конечного результата, продолжать отрабатывать навыки метания биты в цель, следить за правильной стойкой городошника, за последовательным выполнением прицела, замаха, броска; Развивать чувство сопереживания при игре в командах | 2 |

| | | | | |
|----|--|--|---|---|
| 8 | «Загони горок в квадрат», | | Развивать координацию движений, глазомер, силу, выносливость, стремление добиваться конечного результата, продолжать отрабатывать навыки метания биты в цель, следить за правильной стойкой городошника, за последовательным выполнением прицела, замаха, броска; Развивать чувство сопереживания при игре в командах | 2 |
| 9 | «Попади в круг, квадрат», | | Развивать координацию движений, глазомер, силу, выносливость, стремление добиваться конечного результата, продолжать отрабатывать навыки метания биты в цель, следить за правильной стойкой городошника, за последовательным выполнением прицела, замаха, броска; Развивать чувство сопереживания при игре в командах | 2 |
| 10 | «Передвинь флажок», «Угони городок дальше всех». | | Развивать координацию движений, глазомер, силу, выносливость, стремление добиваться конечного результата, продолжать отрабатывать навыки метания биты в цель, следить за правильной стойкой городошника, за последовательным выполнением прицела, замаха, броска; Развивать чувство сопереживания при игре в командах | 2 |
| 11 | «Пятнашки с домом» | | Развивать навыки в беге, ориентировку в пространстве, умение согласовывать движения с текстом. | 2 |
| 12 | «Сокол и голуби» | | Развивать навыки в беге, ориентировку в пространстве, умение согласовывать движения с текстом. | 2 |
| 13 | «Синие, красные, желтые» | | Развивать навыки в беге, ориентировку в пространстве, умение согласовывать движения с текстом. | 2 |
| 14 | Народная игра: «Мороз- Красный нос». | | Развивать внимание и воображение, воспитывать выносливость. Соблюдать правила игры. | 2 |
| 15 | «Эстафета с палочкой» | | Знакомить детей с играми соревновательного характера, воспитывать чувства | 2 |

| | | | | |
|----|--|--|---|---|
| | | | сопереживания и успеха своей команды | |
| 16 | «Эстафета парами» | | Знакомить детей с играми соревновательного характера, воспитывать чувства сопереживания и успеха своей команды | 2 |
| 17 | «Перебрось за предмет» | | Учить детей выполнять правильно метание различными способами (из-за головы, снизу). | 2 |
| 18 | «Сбей кеглю» | | Учить детей выполнять правильно метание различными способами (из-за головы, снизу). | 2 |
| 19 | «Пришла Коляда» | | Упражнять в беге с увертыванием, в ловле, в лазании, прыжках в глубину. 2. Развивать у детей ловкость и умение выполнять движение по сигналу. 3. Воспитывать умение действовать в коллективе. | 2 |
| 20 | «Попади в обруч» | | Закрепить умение детей метать мяч из – за головы, развивать меткость. | 2 |
| 21 | «Невод» | | Развивать координацию движений и формированию способности вести совместные действия с партнером. | 2 |
| 22 | «Солнце» (игра народов Сибири) | | Развивать навыки в беге, ориентировку в пространстве. | 2 |
| 23 | «Сюлы – ледяные палочки» | | Упражнять в метание в даль. | 2 |
| 24 | Хороводная игра «Кто на нашем на лугу» | | Учить детей передавать в движении содержание текста, согласовывая свои движения с движениями других детей. | 2 |
| 25 | «Охота на куропаток» | | Развивать навыки в беге, ориентировку в пространстве. | 2 |
| 26 | «Золотые ворота» | | Развивать умение двигаться с разной скоростью, уменьшая и увеличивая темп движения; Развивать умение ориентироваться в пространстве; Упражнять в ходьбе цепочкой. | 2 |
| 27 | «Тройной прыжок» | | Закрепить умение прыгать с одной ноги на другую, в третьем прыжке приземляться на обе | 2 |
| 28 | Эстафета «Сложи костер» | | Развивать выдержку и ориентировку в пространстве. Упражнять в быстром беге. | 2 |
| 29 | «Заря заряница» | | Учить играть, соблюдая правила, | 2 |

| | | | | |
|----|--|--|--|---|
| | | | проявляя доброжелательность | |
| 30 | «Горелки» | | Совершенствовать технику бега наперегонки в естественных условиях; способствовать развитию самоконтроля и самооценки в процессе организации подвижной игры; укреплять связочно-мышечный аппарат ног, содействовать формированию правильной осанки. | 2 |
| 31 | «Важенки и оленята» | | Развивать навыки в беге, умение согласовывать движения с текстом. | 2 |
| 32 | «Олени упряжки» | | Развивать навыки в беге, ориентировку в пространстве. | 2 |
| 33 | Игра народов Севера «Охотники и куропатки» | | Развивать навыки в беге, ориентировку в пространстве. | 2 |
| 34 | Игры по желанию детей | | Повторение правил игры. Обыгрывание с детьми пройденных игр, закрепить считалок, закличек. | 2 |
| 35 | Игры по желанию детей | | Повторение правил игры. Обыгрывание с детьми пройденных игр, закрепить считалок, закличек. | 2 |
| 36 | Игры по желанию детей | | Повторение правил игры. Обыгрывание с детьми пройденных игр, закрепить считалок, закличек. | 2 |

1.4 Планируемые результаты освоения программы для детей первого года обучения 4-5 лет:

- Умеет сохранять дистанцию во время бега и ходьбы;
- Способен точно выполнять подскоки на месте, сохранять равновесие в прыжках в глубину, в длину и высоту с разбега, со скакалкой;
- Знают об историческом наследии русского народа и народных игр.

Планируемые результаты освоения программы для детей второго года обучения 5-6 лет:

- Способен четко и правильно выполнять движения в заданном темпе, ритме и направлении (согласованность движений с музыкой, с действиями всего коллектива);
- Проявляет инициативу и творчески подходит к выполнению двигательных действий (самостоятельно придумывает новые упражнения, гибко использует приобретенные ранее знания и умения, творчески применяет их в зависимости от конкретных условий).
- Знают традиции народных праздников.

Планируемые результаты освоения программы для детей второго года обучения 6-7 лет:

- всестороннее, гармоничное развитие воспитанников;
- оздоровительное воздействие Программы на организм детей;
- положительная динамика физической подготовленности детей;
- знают правила проведения игр, эстафет и праздников;

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график занятий с детьми 4-5 лет

| № п/п | Месяц | Время проведения занятий | Тема занятия |
|-------|----------|--------------------------|---|
| 1. | Сентябрь | 15:00-15:20 | Вводное занятие (инструктаж по технике безопасности) |
| 2. | Сентябрь | 15:00-15:20 | Знакомство с обычаями и традициями Русских народных игр (подвижные) |
| 3. | Сентябрь | 15:00-15:20 | Знакомство с обычаями и традициями Русских народных игр (малоподвижные) |
| 4. | Сентябрь | 15:00-15:20 | Народная игра: «Муха» |
| 5. | Сентябрь | 15:00-15:20 | Народная игра: «Летят не летят» |
| 6. | Октябрь | 15:00-15:20 | Хороводная Игра «Ходит Ваня» |

| | | | |
|----|---------|-------------|--|
| | | | |
| 7. | Октябрь | 15:00-15:20 | Народная игра: «У медведя во бору» |
| 8. | Октябрь | 15:00-15:20 | Хороводная игра: «Огородная - хороводная» |
| 9 | Октябрь | 15:00-15:20 | Народная игра: «Золотые ворота» |
| 10 | Ноябрь | 15:00-15:20 | Хороводная игра: «Карусель» |
| 11 | Ноябрь | 15:00-15:20 | Народная игра: «Бабка Ежка» |
| 12 | Ноябрь | 15:00-15:20 | Хороводная игра: «Колпачок» |
| 13 | Ноябрь | 15:00-15:20 | Хороводная игра: «Кто у нас хороший». |
| 14 | Ноябрь | 15:00-15:20 | Народная игра: «Мороз- Красный нос». |
| 15 | Декабрь | 15:00-15:20 | Хороводная игра: «Зимний хоровод» |
| 16 | Декабрь | 15:00-15:20 | Народная игра: «Горелки» |
| 17 | Декабрь | 15:00-15:20 | Народная игра: «Кошки-мышки». |
| 18 | Январь | 15:00-15:20 | Хороводная игра: «Арина». |
| 19 | Январь | 15:00-15:20 | «Пришла Коляда» |
| 20 | Январь | 15:00-15:20 | Народная игра: «Ручеёк» |

| | | | |
|----|---------|-------------|---|
| 21 | Январь | 15:00-15:20 | Хороводная игра: «Горошина» |
| 22 | Февраль | 15:00-15:20 | Народная игра: «Гуси-гуси» |
| 23 | Февраль | 15:00-15:20 | «Льдинки, ветер и мороз» |
| 24 | Февраль | 15:00-15:20 | Хороводная игра «Кто на нашем на лугу» |
| 25 | Февраль | 15:00-15:20 | «Зайка серый умывается» |
| 26 | Март | 15:00-15:20 | «Золотые ворота» |
| 27 | Март | 15:00-15:20 | «Бабушка и пирожок» |
| 28 | Март | 15:00-15:20 | «Гори, гори ясно» |
| 29 | Март | 15:00-15:20 | «Заря заряница» |
| 30 | Апрель | 15:00-15:20 | «Горелки» |
| 31 | Апрель | 15:00-15:20 | «Мы матрешки» |
| 32 | Апрель | 15:00-15:20 | «Капуста» |
| 33 | Апрель | 15:00-15:20 | Игры по желанию детей |

| | | | |
|----|-----|-------------|-----------------------|
| 34 | Май | 15:00-15:20 | Игры по желанию детей |
| 35 | Май | 15:00-15:20 | Игры по желанию детей |
| 36 | Май | 15:00-15:20 | Игры по желанию детей |

2.2. Календарный учебный график занятий с детьми 5 -6 лет

| № п/п | Месяц | Время проведения занятий | Тема занятия |
|-------|----------|--------------------------|---|
| 1. | Сентябрь | 15:40-16:05 | Вводное занятие (инструктаж по технике безопасности) |
| 2. | Сентябрь | 15:40-16:05 | Знакомство с обычаями и традициями Русских народных игр (подвижные) |
| 3. | Сентябрь | 15:40-16:05 | Знакомство с обычаями и традициями Русских народных игр (малоподвижные) |
| 4. | Сентябрь | 15:40-16:05 | «Уголки (Кумушки)» |
| 5. | Сентябрь | 15:40-16:05 | «Медведи с цепью» |
| 6. | Октябрь | 15:40-16:05 | «Курочки» |
| 7. | Октябрь | 15:40-16:05 | «Челнок» |

| | | | |
|----|---------|-------------|---|
| 8. | Октябрь | 15:40-16:05 | «Стадо» |
| 9 | Октябрь | 15:40-16:05 | «Прерванные пятнашки» |
| 10 | Ноябрь | 15:40-16:05 | «Пустое место» |
| 11 | Ноябрь | 15:40-16:05 | «Пятнашки с домом» |
| 12 | Ноябрь | 15:40-16:05 | «Сокол и голуби» |
| 13 | Ноябрь | 15:40-16:05 | «Синие, красные, желтые» |
| 14 | Ноябрь | 15:40-16:05 | «Эстафета с палочкой» |
| 15 | Декабрь | 15:40-16:05 | Народная игра: «Мороз- Красный нос». |
| 16 | Декабрь | 15:40-16:05 | «Эстафета парами» |
| 17 | Декабрь | 15:40-16:05 | «Перебрось за предмет» |
| 18 | Январь | 15:40-16:05 | «Сбей кеглю» |
| 19 | Январь | 15:40-16:05 | «Пришла Коляда» |
| 20 | Январь | 15:40-16:05 | «Попади в обруч» |
| 21 | Январь | 15:40-16:05 | «Охотники и зайцы» |
| 22 | Февраль | 15:40-16:05 | «Солнце» (игра народов Сибири) |
| 23 | Февраль | 15:40-16:05 | «Сюлы – ледяные палочки» |
| 24 | Февраль | 15:40-16:05 | Хороводная игра «Кто на нашем на лугу» |
| 25 | Февраль | 15:40-16:05 | «Охота на куропаток» |
| 26 | Март | 15:40-16:05 | «Золотые ворота» |
| 27 | Март | 15:40-16:05 | «Тройной прыжок» |

| | | | |
|----|--------|-------------|-----------------------|
| 28 | Март | 15:40-16:05 | «Гори, гори ясно» |
| 29 | Март | 15:40-16:05 | «Заря заряница» |
| 30 | Апрель | 15:40-16:05 | «Горелки» |
| 31 | Апрель | 15:40-16:05 | «Важенки и оленята» |
| 32 | Апрель | 15:40-16:05 | «Оленьи упряжки» |
| 33 | Апрель | 15:40-16:05 | «Кошка и мышка» |
| 34 | Май | 15:40-16:05 | Игры по желанию детей |
| 35 | Май | 15:40-16:05 | Игры по желанию детей |
| 36 | Май | 15:40-16:05 | Игры по желанию детей |

2.3. Календарный учебный график занятий с детьми 6-7 лет

| № п/п | Месяц | Время проведения занятий | Тема занятия |
|-------|----------|--------------------------|--|
| 1. | Сентябрь | 15:30-16:00 | Вводное занятие (инструктаж по технике безопасности) |
| 2. | Сентябрь | 15:40-16:05 | Знакомство с обычаями и традициями Русских народных игр (подвижные) |
| 3. | Сентябрь | 15:40-16:05 | Знакомство с обычаями и традициями Русских народных игр (малоподвижные) |
| 4. | Сентябрь | 15:40-16:05 | «Городки» |
| 5. | Сентябрь | 15:40-16:05 | «Городки» |
| 6. | Октябрь | 15:40-16:05 | «Путешествие в удивительный город» |
| 7. | Октябрь | 15:40-16:05 | «Загони горок в квадрат», |
| 8. | Октябрь | 15:40-16:05 | «Попади в круг, квадрат», |
| 9 | Октябрь | 15:40-16:05 | «Передвинь флажок», «Угони городок дальше всех». |
| 10 | Ноябрь | 15:40-16:05 | место» |
| 11 | Ноябрь | 15:40-16:05 | «Пятнашки с домом» |
| 12 | Ноябрь | 15:40-16:05 | «Сокол и голуби» |
| 13 | Ноябрь | 15:40-16:05 | «Синие, красные, желтые» |
| 14 | Ноябрь | 15:40-16:05 | Народная игра: «Мороз- Красный нос». |
| 15 | Декабрь | 15:40-16:05 | «Эстафета с палочкой» |
| 16 | Декабрь | 15:40-16:05 | «Эстафета парами» |
| 17 | Декабрь | 15:40-16:05 | «Перебрось за предмет» |
| 18 | Январь | 15:40-16:05 | «Сбей кеглю» |
| 19 | Январь | 15:40-16:05 | «Пришла Коляда» |
| 20 | Январь | 15:40-16:05 | «Попади в обруч» |
| 21 | Январь | 15:40-16:05 | «Невод» |

| | | | |
|----|---------|-------------|--|
| 22 | Февраль | 15:40-16:05 | «Солнце» (игра народов Сибири) |
| 23 | Февраль | 15:40-16:05 | «Сюлы – ледяные палочки» |
| 24 | Февраль | 15:40-16:05 | Хороводная игра «Кто на нашем на лугу» |
| 25 | Февраль | 15:40-16:05 | «Охота на куропаток» |
| 26 | Март | 15:40-16:05 | «Золотые ворота» |
| 27 | Март | 15:40-16:05 | «Тройной прыжок» |
| 28 | Март | 15:40-16:05 | Эстафета «Сложи костер» |
| 29 | Март | 15:40-16:05 | «Заря заряница» |
| 30 | Апрель | 15:40-16:05 | «Горелки» |
| 31 | Апрель | 15:40-16:05 | «Важенки и оленята» |
| 32 | Апрель | 15:40-16:05 | «Оленьи упряжки» |
| 33 | Апрель | 15:40-16:05 | Игра народов Севера «Охотники и куропатки» |
| 34 | Май | 15:40-16:05 | Игры по желанию детей |
| 35 | Май | 15:40-16:05 | Игры по желанию детей |
| 36 | Май | 15:40-16:05 | Игры по желанию детей |

2.2. Условия реализации программы

2.2.1. Материально-техническое обеспечение:

Для реализации программы необходима благоприятная предметно – развивающая среда:

- спортивный зал,
- спортивная площадка на территории ДОУ,
- спортивный уголок (лестница, канат, кольца);
- спортивный инвентарь: скакалки, гимнастические палки, маты, обручи, мячи для метания, набивные мячи и т.д.,
- музыкальный центр;
- ноутбук.

Дидактический материал: плакаты и фотографии, картотека Народных подвижных игр, подготовительных и специальных упражнений.

2.2.2. Информационное обеспечение:

- Компьютер с выходом в интернет (в методическом кабинете).

2.2.3. Кадровое обеспечение:

Реализации программы осуществляет Тимочкина Л.Ф.

2.3. Формы аттестации

(Способы проверки результатов освоения программы).

2.3.1. Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

1. Журнал посещаемости;
2. Педагогическое наблюдение в течение учебного года;
3. Анализ выполнения тестовых заданий в начале и конце года;
4. беседы с детьми

2.3.2. Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов

- оформление выставочного стенда в ДОУ (фотографии);
- выступление на родительских собраниях
- консультации
- методические рекомендации для родителей.

2.4. Оценочные материалы

Мониторинг освоения детьми программного материала (Приложение 1)

2.5. Методические материалы проведение занятий у детей 5-7 лет должно быть разнообразным, интересным, с использованием образов, игр, специальных творческих и игровых заданий и в то же время нести определенную тренировочную нагрузку, способствовать развитию двигательных способностей и содействовать оздоровлению организма дошкольников.

Методика работы с детьми строится в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ребёнком, делается акцент на самостоятельную и поисковую активность самих детей, побуждая их к творческому отношению при выполнении заданий. Занятия содержат материал, соответствующий возрастным особенностям детей в сочетании с практическими заданиями (оздоровительные минутки, упражнения для глаз, для осанки, дыхательные упражнения и пр.), необходимыми для развития навыков ребенка. Организация учебных занятий предполагает, что любое занятие для детей должно стать уроком радости, открывающим каждому ребёнку его собственную индивидуальность и резервные возможности организма, которые обеспечивают повышение уровней работоспособности и адаптивности.

Перечень педагогических методик и технологий, используемых в процессе обучения:

Для обеспечения успешной реализации программы предполагается использование широкого спектра методов, приемов и средств:

- использование материала для речевой и познавательной активности детей (загадки, пословицы, поговорки, народные приметы);
- игры разнообразного характера (подвижные, малоподвижные, познавательно-развлекательные)

Список использованных источников и литературы:

- А.В. Кенеман., Т.И. Осокина. «Детские народные подвижные игры», изд. «Просвещение», М., 1995 г.
- Л. Бобич. «365 увлекательных занятий для дошкольников», изд. «Айрис- Пресс», М., 2000 г.
- С. Миняева. «Подвижные игры дома и на улице от 2 до 4 лет» - изд. «Айрис-Пресс», М., 2007 г.
- Е. В. Тимофеева «Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста» – изд. «Просвещение», М., 1986 г.
- Т. А Куценко, Т. Ю. Медянова «365 веселых игр для дошколят» – изд. «Феникс», Ростов – на – Дону., 2004

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Система контроля результативности обучения

Способы и средства выявления, фиксации результатов обучения:

- наблюдение;
- опрос-игра;
- соревнование-игра;
- анализ результатов.

Виды и периодичность контроля результативности обучения

| Вид контроля | Формы контроля | Периодичность контроля |
|-----------------|--------------------------|------------------------|
| Предварительный | Опрос-игра Наблюдение | Сентябрь |

| | | |
|---|--|-----------------------|
| 1 периодический | Опрос-игра Наблюдение Соревнование-игра | в периоде обучения |
| Итоговый: - Промежуточная аттестация по окончании учебного года. - Подведение итогов реализации программы по окончании программы | Итоговые конкурсы и состязания. Анализ результатов | Апрель-май |

Формы предъявления результатов обучения:

- Фотоальбомы;
- видеохроника;
- отчетная документация.