**Пояснительная записка**

Программа «Игры народов Якутии» имеет **физкультурно-оздоровительную направленность.**Данная программа реализуется в МБОУ Диринская СОШ и служит для организации внеурочной деятельности школьников.

Актуальность программы в том, что игры народов являются важнейшим средством развития физической активности школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе игр народов Якутии лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания.

Новизна данной программы заключается в том, что она интегрирует в себе содержание, способствующее не только физическому развитию ребенка, но и знания фольклора, способствующие освоению культурного наследия Якутского народа.

Игры народов Якутии в данное время являются лучшим средством активного отдыха после напряжённой умственной работы. Игровая деятельность развивает и укрепляет основные группы мышц и тем самым способствует улучшению здоровья. Движения, входящие в подвижные игры, по своему содержанию и форме очень просты, естественны, понятны и доступны восприятию и выполнению.

В играх дети упражняются в ходьбе, прыжках, метании, беге, борьбе и незаметно для самих себя овладевают навыком основных движений.

Улучшается общая координация движений, развивается способность целенаправленно владеть своим телом в соответствии с задачей и правилами игры.

Приобретённый двигательный опыт и хорошая общая физическая подготовка создают необходимые предпосылки для последующей спортивной деятельности.

Ценность игр своего народа в том, что приобретённые умения, качества, навыки повторяются и совершенствуются в быстро изменяющихся условиях.

Содержание игр обогащает представление и активизирует наблюдательность, мышление и внимание, развивает память, сообразительность и воображение.

Игровая деятельность всегда связана с решением определённых задач, выполнением определённых обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Целесообразность программа « Игры народов Якутии» заключается в том, что занятия по ней способствуют укреплению здоровья, повышению физической подготовленности и формированию двигательного опыта, здоровьесбережению, снятию психологического напряжения после умственной работы на уроках.

Занятия проводятся на улице (спортивной площадке), в спортивном зале .

**Цель программы:**достижение всестороннего развития личности ребенка, на основе физического развития, укрепления здоровья, освоения культурного наследия якутского народа.

**Задачи:**

Образовательные:

* Формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни;
* Обучение правилам поведения в процессе коллективных действий;
* Формирование интереса к народному творчеству.
* Расширение кругозора младших школьников.

Развивающие:

* + Развитие познавательного интереса к Якутским народным играм, включение их в познавательную деятельность;
  + Развитие активности, самостоятельности, ответственности;
  + Развитие статистического и динамического равновесия, развитие глазомера и чувства расстояния;
  + Развитие внимательности, как черты характера, свойства личности.

Воспитательные:

* + Воспитание чувства коллективизма;
  + Формирование установки на здоровый образ жизни;
  + Воспитание бережного отношения к окружающей среде, к народным традициям.

**Отличительной чертой данной программы** является ее практическая значимость на уровне индивидуума, школы, социума.

**Возраст** детей, участвующих в реализации данной образовательной программы, учащиеся 9-10-11 классов.

**Сроки реализации** образовательной программы – год обучения

* год обучения – 1 час в неделю – 33 - 35 учебных часа в год.

* **Формы**занятий. Ведущей формой организации обучения является **групповая, индивидуальная.**

**Продолжительность занятий:**

год обучения – 1 раз в неделю по 1 часу (академическому)

**Результат реализации программы «Игры народов Якутии»:**

|  |  |
| --- | --- |
| Универсальные учебные действия (УУД) | Результат |
| **Личностные** | - мотивационная основа на занятия подвижными играми;  -учебно-познавательный интерес к занятиям. |
| **Регулятивные** | -умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств;  - планировать свои действия при выполнении упражнений с предметами и без и условиями их реализации;  - учитывать правило в планировании и контроле способа решения;  - адекватно воспринимать оценку учителя;  -оценивать правильность выполнения двигательных действий. |
| **Познавательные** | - осуществлять анализ выполненных действий;  - активно включаться в процесс выполнения заданий в играх  - выражать творческое отношение к игровому процессу**.**повышение физической подготовленности, накопление двигательного опыта, знаний о народных игах и способах осуществления на практике. |
| **Коммуникативные** | - уметь слушать и вступать в диалог;  - участвовать в коллективном обсуждении о правилах и приемах игры.  -проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности(смелость, волю, решительность, активность и инициативность)  -проявлять находчивость в решении игровых задач, возникающих в процессе подвижных игр;  -проявлять доброжелательность и уважение к соперникам и игрокам своей команды в процессе игровой деятельности; |

**Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:**

Результативность обучения определяется умением играть и проводить игры, в том числе и на различных праздничных мероприятиях:

* весёлые старты;
* спортивные эстафеты;
* Пинигинских игр;
* праздник «Ысыах»;
* соревнованиях по национальным видам спорта
* «День здоровья».

**Учебный план по программе «Игры народов Якутии»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Год обучения** | **Общее кол-во часов** | **Теория** | **Практика** |
| 1 | 1 | 35 |  | 35 |
| Всего | | 35 | 35 |  |

**Учебно – тематический план**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | По плану | Факт |
| 1 | История развития национальных игр народов Якутии | 2.09 |  |
| 2 | Правила техники безопасности на уроке | 9.09 |  |
| 3 | Национальная игра «Кулуустэсии» | 16.09 |  |
| 4 | Дневник самоконтроля. Равномерный бег | 23.09 |  |
| 5 | Виды национальных игр РС(Якутии) | 30.09 |  |
| 6 | Борьба Хапсагай | 7.10 |  |
| 7 | Мас тардысыы | 14.10 |  |
| 8 | Тутум эргиир | 21.10 |  |
| 9 | «Атах оонньуута» кылыы, | 28.10 |  |
| 10 | «Атах оонньуута» буур | 11.11 |  |
| 11 | «Атах оонньуута» куобах. | 18.11 |  |
| 12 | Упражнение на развитие ловкости | 25.11 |  |
| 13 | Дневник самоконтроля. Режим дня | 2.12 |  |
| 14 | Северный тройной прыжок | 9.12 |  |
| 15 | Прыжки через нарты | 16.12 |  |
| 16 | Метание аркана | 23.12 |  |
| 17 | Общеразвивающие упражнения | 13.01 |  |
| 18 | Настольные игры «Хабылык» | 20.01 |  |
| 19 | Настольные игры «Хаамыска» | 27.01 |  |
| 20 | Стрельба из лука | 3.02 |  |
| 21 | Упражнение на развитие гибкости | 10.02 |  |
| 22 | Упражнение на развитие скоросных качеств | 17.02 |  |
| 23 | Дневник самоконтроля, тест | 24.02 |  |
| 24 | Виды национальных игр РС (Якутии) | 3.03 |  |
| 25 | Борьба Хапсагай | 10.03 |  |
| 26 | Мас тардысыы | 17.03 |  |
| 27 | Тутум эргиир | 7.04 |  |
| 28 | «Атах оонньуута» кылыы, буур, куобах. | 14.04 |  |
| 29 | «Атах оонньуута» кылыы, буур, куобах. | 21.04 |  |
| 30 | Борьба Хапсагай | 28.04 |  |
| 31 | Упражнение на развитие ловкости | 5.05 |  |
| 32 | Дневник самоконтроля. Режим дня | 12.05 |  |
| 33 | Северный тройной прыжок | 19.05 |  |
| 34 | Общеразвивающие упражнения | 26.05 |  |
| 35 | Сдача нормативов по видам. |  |  |
|  |  |  |  |

**Методическое обеспечение. Приёмы и методы**

* При реализации программы используются различные методы обучения: словесные – рассказ, объяснение нового материала;
* наглядные – показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;
* практические – апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы. Организация работы групповая

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности для обучающихся: игровой и учебной.

Начало работа по разделу включает знакомство с теоретическим материалом. Затем следует практическая часть занятия: освоение учебной группой новых игр. Такой приём, как беседа, помогает установлению доверительных отношений между педагогом и обучающимися, позволяет расширить кругозор и пополнить знания, которые необходимы в исследовательской работе.

В общей системе всестороннего развития человека воспитание ребенка занимает важное место. Начиная с дошкольного возраста закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств. Учащиеся младших классов, преемственно развиваясь с большим удовольствием занимаются физической культурой. Особенный интерес вызывают у них различного вида игры: начиная от народных игр, заканчивая спортивными.

Различного вида игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств. Очень ценно, что занятия играми способствуют воспитанию у учащихся младших классов положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи. Они проводятся летом и зимой на открытом воздухе, что является эффективным средством закаливания организма ребенка.

Подвижные игры – одно из самых любимых и полезных занятий детей. В их основе лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, в то же время способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания, например, развитию скоростно-силовых качеств.

Игровая деятельность всегда связана с решением определенных задач, выполнением определенных обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Все эти развивающие аспекты усиливаются спецификой подвижных игр. Именно поэтому грамотное использование народных игр не только полезно для детей, но и чрезвычайно актуально, поскольку правильное “включение” элементов игр в процесс физического воспитания активно способствует гармоничному развитию и физической подготовленности учащихся.

**Игры и их классификация**

**Ключевые слова:***Якутские народные игры, классификация, воспитание национального самосознания, историческое наследие.*

Народные игры - исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственный народностям и регионам.

Якутские народные игры очень многообразны: детские игры, настольные игры, национальные прыжки, метания борьба «хапсагай», масреслинг, амреслинг и.т.д..

Игры издавна служили средством самопознания, здесь проявляли свои лучшие качества: доброту, благородство, взаимовыручку, самопожертвование ради других. После тяжелого трудового дня взрослые с удовольствием принимали участие в играх детей, обучая их, как надо развлекаться и отдыхать.

Характерная особенность якутских народных игр - движения в содержании игры (бег, прыжки, метания, броски, борьба и др.). Эти двигательные действия мотивированы сюжетом игры.

Таким образом, Якутские народные игры представляют собой сознательную инициативную деятельность, направленную на достижение условной цели, установленной правилами, которая складывается на основе якутских национальных традиций и учитывает культурные, социальные и духовные ценности якутского народа в физкультурном аспекте деятельности.

Применение Якутских народных игр в учебном процессе младших школьников требует их специального отбора для решения разных педагогических задач. Для этого создаются рабочие группировки игр, сходных по определенным признакам:

1. По видовому отражению национальной культуры (отражается отношение к окружающей природе, быт якутского народа, игры якутских детей, вечная борьба добра против зла).

2. По интенсивности используемых в игре движений (игры бывают малой, средней и высокой интенсивности).

3. По типу двигательного действия, преимущественно входящего в игры (с бегом, с прыжками в высоту, в длину с места и с разбега, с метанием в подвижную и неподвижную цель, с бросками и ловлей мяча и т.д.).

4. По содержанию и сложности построения игры (простые, переходящие, командные).

5. С учетом возрастных особенностей детей. Этот же признак использован в рекомендованной нами программе по физической культуре с включением в нее якутских народных игр.

6. По способу проведения (с водящим, без водящего, с предметами, без предметов, ролевые, сюжетные).

7. По физическим качествам, преимущественно проявленным в игре (игры, преимущественно способствующие воспитанию силы, выносливости, ловкости, быстроты, гибкости).

8. По отношению к структуре урока (для подготовительной, основной, заключительной частей урока).

**КЛАССИФИКАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ внеурочной деятельности учащихся**

Первый уровень результатов – это приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.

Второй уровень результатов – получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Третий уровень результатов – получение школьником опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии, действии в открытом социуме, за пределами дружественной среды школы, зачастую незнакомых людей, которые вовсе не обязательно положительно к нему настроены, юный человек действительно ставится гражданином, свободным человеком. Именно в опыте самостоятельного общественного действия приобретается то мужество, та готовность к поступку, без которых немыслимо существование гражданина и гражданского общества. Очевидно, что для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьника с социальными субъектами за пределами школы, в открытой общественной среде.

Основная функция этого компонента - воспитание национального самосознания. Народные игры, танцы, развлечения наиболее привлекательны и доступны для освоения младшими школьниками, так как соответствуют психологическим особенностям детей этого возраста: обладают эмоциональной насыщенностью и способны активизировать интеллектуальную сферу ребенка как личности.