**Федеральное государственное бюджетное дошкольного образовательное учреждение**

**«Детский сад комбинированного вида №88»**

**Рабочая  программа  по  внеурочной  деятельности**

**«Якутские   настольные  игры»**

**Педагог: Петрова Альбина Коммунаровна**

**Год реализации программы: 2018-2019 учебный год.**

**Группа: смешанная группа «Лунтик»**

**Количество часов в неделю: 1 час**

Якутск 2018

**Пояснительная  записка**

     Программа по традиционным настольным играм хабылык, хаамыска предназначена для проведения внеурочной формы занятий физического воспитание.

Данная программа способствует углублению, расширению знания традиционной игровой культуры якутского народа и направлена на воспитание уважение к традициям предков. Стимулирует интерес к занятиям физической культурой.

Проблема здоровья детей сегодня как никогда актуальна. Только здоровый ребенок может успешно учиться. Игра в хабылык и хаамыска – гуманная и демократичная народная игра: «Игра принимает всех», не отвергая ослабленных детей.

В программе даны конкретные методические рекомендации по организации и планированию учебно – тренировочной работы с воспитанниками средней и старшей (4 – 6) группы в игре хабылык, хаамыска. Уважение к традициям своего народа, понимание характера и техники игры нужно развивать с малых лет. Настольные игры призваны способствовать формированию здорового образа жизни, развитию физических, интеллектуальных и нравственных способностей, достижению уровня спортивных успехов сообразно способностям.

**Цель программы:**

* Содействие правильному физическому и психологическому развитию;
* Воспитание воли, настойчивости, трудолюбия и дисциплинированности;
* Обучение основной техники настольной игры хабылык хаамыска;

**Содержание программы:**

Материал программы включает:

* Основы знаний;
* Общую и специальную физическую подготовку;
* Техническую подготовку;

*«Основы знаний»* предусматривает материал по истории развития игр предков, правила соревнований.

*«Общая и специальная физическая подготовка»* даны упражнения, направленные на развитие ловкости, точности, координации, синхронности движений пальцев рук, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества.

*«Техническая  подготовка» -*представлен  материал,  способствующий  обучению  техническим  приёма игры.  В  конце  изучения  программы  учащиеся  должны  знать  правила   игры и  принимать  участие  в  соревнованиях.

*«Техническая подготовка»* представлен материал, способствующий обучению техническим приемам игры. В конце изучения программы воспитанники должны знать правила игры и принимать участие в соревнованиях.

**Методы  и  формы  обучения**

Для повышения интереса занимающихся к занятиям традиционными якутскими настольными играми и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

С целью создания представления об играх используются такие словесные методы:

- рассказ;

- беседа;

- объяснение:

*Наглядные методы:* применяются в виде показа упражнения, показ мультимедийных презентаций, видеофильмов. Можно к занятиям приглашать ветеранов, мастеров настольных игр хабылык, хаамыска. Эти методы помогут создать у учеников конкретные представления об изучаемых дейстиях.

Практические методы: предусматривают метод упражнений, игровой, пробы социального опыта, открытого занятия и соревнований. Основным из них является метод упражнений, которой предусматривает многократные повторения движений. Игровой метод дает наибольший эффект при сочетании игры и обучения.

Пробы социального опыта и открытые занятия дают возможность показать и реализовать детям свои знания и умения, т.е. тому, чему научились. Игры и упражнения, составляющие основу занятий, способствуют снятию эмоционального напряжения, снижения импульсивности, тревоги и агрессии, совершенствованию коммуникативных, игровых и двигательных навыков, развитию познавательных процессов.

*Формы  обучения:*  индивидуальная,  фронтальная,  групповая.

**Режим  работы**

Продолжительность  одного  занятия –20 - 30минут

Количество  занятий  недель – 1

Количество детей в группе - 20

**Условия  реализации  программы**

      Для  успешной  реализации  программы  необходимо  соответствующее материально – техническое обеспечение:

- специально  отведённое  место  с  соответствующей  мебелью (столы, скамейки  и  стулья) по виду  деятельности и

  возрастным    особенностям  воспитанников;

- для  занятий  необходим  следующий  игровой  материал:

* хабылык  по  30  штук  -  3 комплектов
* хаамыска  по  5  штук  10комплектов
* часы – 1 шт
* мячи  резиновые (маленькие) – по  количеству  детей  в  группе

**Учебно-тематический  план  занятий**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Содержание | Количество часов |
| 1 | Основы знаний | 5 |
| 2 | Общая и специальная подготовка | На каждом занятии |
| 3 | Техническая подготовка | На каждом занятии |

**Общая и специальная физическая подготовка**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Виды подготовки | Содержание подготовки |
| 1 | Упражнение мышц кистей рук и пальцев | Легкий массаж пальцев. Сгибание и разгибание пальцев. Упражнения с предметами  - перебирание круп зерен;  - мять мяч  - плетение косичек |
| 2 | Упражнения для мышц рук и пояса | Упражнения с предметами:  - перебрасывание мяча с одной руки на другую перед собой;   - подбрасывание  мяча верх и ловля;  - упражнения  мячами  с  напарником;  - перебрасывание  палочки  с одной руки на другую перед собой;  - подбрасывание палочки и ловля |
| 3 | Упражнения   для  мышц  туловища  и  шеи | Индивидуальные  упражнения  без предметов и с предметами:  - наклоны  вперёд, назад, вправо, влево без предмета;  - наклоны  вперёд, назад, вправо, влево с  предметом;  - наклоны  и  повороты  головы |
| 4 | Упражнения  для  мышц  ног  и  таза | -приседания  в  различных  исходных  положениях;  - подскоки;  - ходьба;  - бег |
| 5 | Подвижные  игры  и  забавы | - различные  игры  народа  саха  и  других  народов;  - комбинированные   эстафеты |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Содержание | Ожидаемый результат |
| 1 | Якутские  национальные настольные игры «Хабылык», «Хаамыска» | Введение. История развития  настольных  игр  предков. Этимология  слова «хабылык». Пропагандисты, энтузиасты  и мастера  настольных игр.  Федерация  национальных настольных  игр предков Республики Саха (Якутия) | Знать историю игр. |
| 2 | Игра «Хабылык». Правила игры. | Правила  игры. Свободная  групповая  игра  на  столе.  Выбор  позиции. | Знать правилу игры. Уметь  выполнять технические  приёмы игры  «Хабылык» |
| 3 | Техника подбрасывания и ловли палочек | Стойка  игрока. Основные  положения  при  и подбрасывании  и ловли палочек.  Имитация  подбрасывания и ловли. Подбрасывание и ловля палочек тыльной стороной ладони. Снова подкидывание и ловля одной палочки. Способы ловли палочек. | Овладение   техникой подбрасывания и ловли палочек. |
| 4 | Учебная  игра Хабылык | Отработка способа игры. Правила игры. | Овладение  техникой подбрасывания и ловли палочек. |
| 5 | Техника подбрасывания  и способы  ловли палочек. Ловля одной палочки мизинцем и безымянным пальцами. | Способы  ловли  палочек. Подбрасывание 5 палочек и ловля палочек  тыльной  стороной ладони. Снова подбрасывание и ловля 5 или 3 палочек. Подбрасывание и ловля одной палочки мизинцем и безымянным пальцами. Имитация подбрасывания и ловли на скорости. | Овладение техникой подбрасывания и ловли палочек |
| 6 | Контрольные игры «Хабылык» | Правила игры.  Стойка  игрока. Отработка способа игры в хабылык. | Знать правилу соревнований. |
| 7 | Обучение правилам игры «Хаамыска» | Стойка  игрока. Основные  положения  при  выполнении основных приёмов игры. Техника перемещений близко у стола. Имитация подбрасывания и ловли одного камешка.  Подбрасывание и ловля  по одному камешку. | Овладение   техникой подбрасывания и ловли одного камешка. |
| 8 | Техника подбрасывания  и способы  ловли камешек | Тренировка подбрасывания и ловли камешек. Игра пятью камешками. Отработка способа ловли и подбора камешек со стола:  -по одному в первый раз;  -по два - во второй раз;  -вначале один, затем – остальные три или наоборот;  -подкидывание одного и во время его полёта остальные положить на стол, снова подкидывание одного и во время его полёта успеть подобрать и ловить камешек;  -подкидывание одного вверх, во время его полёта положить на стол 4 камешка, снова подкидывая камешек, подбирать в ладонь остальные по одному;  -все камешки на ладони, подбрасывание и ловля тыльной стороной ладони, снова подбрасывание и ловля всех камешек с прихватом упавших на стол при первом подбрасывании. | Овладение техникой подбрасывания и ловли одного камешка. Овладение техникой шести этапов игры «Хаамыска» |
| 9 | Учебная игра «Хаамыска» | Стойка  игрока. Основные  положения  при  выполнении основных приёмов игры. Техника перемещений близко у стола. Имитация подбрасывания и ловли одного камешка.  Подбрасывание и ловля  по одному камешку. | Уметь  выполнять технические  приёмы игры  «Хаамыска» |
| 10 | Контрольные игры «Хаамыска» | Правила игры.  Стойка  игрока. Отработка способа игры в хаамыска. | Знать правилу соревнований. |