Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр эстетического воспитания детей «Айылгы»

городского округа «город Якутск»

|  |  |
| --- | --- |
| Рассмотрено педагогическим советом Протокол №\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2018г. | «Утверждаю» Директор МБУ ДО «ЦЭВД» «Айылгы»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Г.П. Васильева/ «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2018 г. |

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Национальные настольные игры»

Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст учащихся: от 7 до 17 лет

Срок реализации: 2 год

Составитель: Андросова Анжела Тимофеевна,

педагог дополнительного образования

г. Якутск

2018 г.

**1. Пояснительная записка**

Настоящая дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Национальные настольные игры» разработана с учетом:

-Федерального закона №273-ФЗ от 29 декабря 2012 г. «Об образовании в Российской Федерации» (ст.12, п.4, п.5);

 - Распоряжения Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р. об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей;

- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14» «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (гл. VIII);

- Приказа Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (п.9, п.11);

- Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ. Составители: Попова И.Н., зам.руководителя Центра социализации, воспитания и неформального образования ФГАУ ФИРО, к.п.н. доцент, Славин С.С., старший научный сотрудник ФГАУ ФИРО ([www.firo.ru](http://www.firo.ru));

- Устава муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр эстетического воспитания детей «Айылгы»;

- Лицензии ЦЭВД «Айылгы» на образовательную деятельность;

- Пожеланий родителей и учеников.

В программе «Национальные настольные игры» использован и структурирован личный опыт за несколько лет работы в качестве учителя национальной культуры и педагога кружка «Якутские настольные игры» в общеобразовательной школе. Несколько лет программа успешно реализовывалась в других образовательных организациях.

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

**Вид программы** – авторская разработка.

**1.1. Направленность программы**

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Национальные настольные игры» отнесена к программам физкультурно-спортивной направленности. Ее цель и задачи направлены на обеспечение сохранения физического здоровья учащихся, а также программа дает основу для самоорганизации здорового образа жизни. Считаем, что подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе традиционных видов спорта должна стать приоритетным направлением каждого образовательного учреждения.

**1.2. Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность программы**

**Новизна** данной дополнительной образовательной общеразвивающей программы заключается в сохранении народных традиций при использовании несложного инвентаря и оборудования, в популяризации почти забытых игр предков среди подрастающего поколения.

**Актуальность программы.** Проблема здоровья детей сегодня как никогда актуальна. Только здоровый ребенок может успешно учиться. В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа дополнительного образовательного общеразвивающего кружка «Национальные настольные игры», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Игра в хабылык и хаамыска – гуманная и демократичная народная игра, игра, которая «принимает всех», не отвергая ослабленных детей.

   Занятия настольными играми способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости точности, чёткости и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовывать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

**Педагогическая целесообразность.** Педагогические действия в рамках образовательной программы позволяют решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к национальным настольным играм.

**1.3. Цель и задача дополнительной образовательной общеразвивающей программы**

**Цель программы** – формирование интереса у учащихся к национальным настольным играм, приобщение через игру к духовным и культурным ценностям народа.

Изложенный в программе материал предполагает решение следующих **задач**:

*Образовательные:*

- углубленное изучение традиционных национальных настольных игр;

 - научить правилам игры;

 - обучить учащихся технике и тактике игр;

 - подготовить квалифицированных юных спортсменов.

*Развивающие:*

- развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;

- развивать двигательные способности посредством игры в хабылык и хаамыска;

- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;

*Воспитательные:*

- сформировать гражданскую позицию, патриотизм;

- воспитать чувство товарищества, чувство личной ответственности, воспитание воли, настойчивости, трудолюбия, дисциплинированности, чувства дружбы;

- подготовка учащихся к соревнованиям по национальным настольным играм.

- пропаганда здорового образа жизни, которая способствуетпрофилактике безнадзорности детей.

 **1.4. Отличительные особенности программы**

Программа является авторской, разработана с учетом учебных стандартов общеобразовательных школ, в которых либо совсем не изучается, либо изучается значительно меньше как вид спорта, и как национальные настольные игры.

**1.5. Возраст обучающихся**

В реализации программы участвуют дети в возрасте от 7 до 17 лет.

Программа адресована: 1 категория - 7 – 10 лет начальные классы. Условия набора учащихся в коллектив принимаются все желающие. 2 категория - 11 – 17 лет. Условия набора учащихся: в коллектив принимаются все желающие. Наполняемость в группах составляет: первый год обучения – 16 детей, второй год обучения – 12 детей. Уменьшение числа учащихся в группе на второй год обучения объясняется увеличением объема и сложности изучаемого материала.

**1.6. Сроки реализации**

Программа рассчитана на 2 года обучения. 1 год обучения –72 часа; 2 год обучения – 144 часа; по индивидуальному образовательному маршруту занимаются одаренные учащиеся второго года обучения дополнительно – 72 часа.

**1.7. Форма занятий**

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Индивидуальная | групповая | фронтальная |
| индивидуально-групповая | командная, зональная | работа по подгруппам |

Словесные методы: с целью создания представления об играх используются:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Словесное | наглядные | практические |
| Устное изложение, беседа, объяснение, анализ | Показ видеоматериалов, презентаций, иллюстраций, показ педагогам приемов игр | Тренинг, упражнения, тренировочные упражнения, подготовка к соревнованиям |

Наглядные методы: применяются в виде показа упражнения, показ мультимедийных презентаций, видеофильмов, мастер класс от ветеранов и мастеров спорта. Эти методы помогут создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Методы эксперимента: наблюдение, опрос, сравнение.

Практические методы: предусматривают метод упражнений, игровой, соревновательный. Основным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений. Игровой метод дает наибольший эффект при сочетании игры и обучения. Игры и упражнения, составляющие основу занятий, способствуют снятию эмоционального напряжения, снижению импульсивности, тревоги и агрессии, совершенствованию коммуникативных, игровых и двигательных навыков, развитию познавательных процессов.

Типы занятий: комбинированный, теоретический, практический, диагностическим, контрольный, тренировочный.

Деятельность педагога строится на следующих принципах:

- личностно-ориентированный подход в обучении;

- преемственность;

- самовыражение, сотворчество, содружество, самореализация;

- поддержка детских инициатив;

- соблюдение прав ребенка;

- позитивное решение конфликтных ситуаций.

**1.8. Режим занятий**

1 год обучения– 72 часа из расчета 1 раз в неделю по два часа.

2 год обучения – 144 часов из расчета 2 раза в неделю по два часа.

Индивидуальная группа (одаренные ученики) – 72 часа из расчета 1 раз в неделю по два часа.

Количество учебных недель – 36.

**1.9. Планируемые результаты освоения программы**

К концу года обучения дети будут знать и уметь:

По образовательному компоненту программы:

- знать углубленно национальные настольные игры;

- знать, что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;

- знать правила игры хабылык и хаамыска;

- уметь выполнять основные приемы и техники игры.

По развивающему компоненту программы:

- будет развита координация движений и основные физические качества: сила, ловкость, быстрота реакции;

- будут развиты двигательные способности посредством игры в хабылык и хаамыска;

- будет сформирована навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;

По воспитательному компоненту программы:

- иметь воспитание чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;

- иметь личную дисциплинированность;

- уметь пропагандировать здоровый образ жизни;

- участвовать в спортивно-массовых мероприятиях и физкультурно-оздоровительных праздниках;

- выполнить юношеский разряд по играм хабылык и хаамыска.

Способы проверки результативности.

Способом проверки результата обучения является наблюдение педагога, участие в соревнованиях, турнирах, чемпионатах, мастер классах.

**1.10. Мониторинг результатов освоения программы**

По мере прохождения учебного материала по национальной настольной игре проводится текущий контроль освоения выполнения учебно-нормативных требований по видам двигательной активности.

Методы отслеживания успешности овладения обучающимися содержания программы:

- педагогическое наблюдение;

- анализ участия в соревнованиях, мастер классах;

- мониторинг.

**Формы выявления, фиксации и предъявления результатов**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Спектр способов и форм выявления результатов | Спектр способов и форм фиксации результатов | Спектр способов и форм предъявления результатов |
| Беседа, опрос, наблюдение, праздничные мероприятия, конкурсы, турниры, соревнования | Грамоты, дипломы, сертификаты | Конкурсы, соревновании различного уровня |

Физическая подготовленность проверяется при стартовом контроле и сдаче контрольных нормативов в конце учебного года по качествам координации, ловкости и гибкости. Уровень овладения техникой игры хабылык и хаамыска проверяется во время занятий соревнований. В конце каждого учебного года проверка оценка знаний и умений каждого учащегося по следующим параметрам:

1. Укрепление здоровья ребенка:

- появление двигательного опыта и успехов в освоении движений (ловкость, быстрота, сила, точность, реакция, координация движений);

- развитие кисти, мелкой мускулатуры пальцев рук, что служит гарантией, в освоении игры хабылык и хаамыска;

 2. Приобретение ряда познавательных умений:

 - возрастание познавательной активности, интереса к миру, желания узнать новое;

 - знание правил игры хабылык и хаамыска;

 - подготовленность к саморазвитию (наличие у ребенка рефлексии собственной деятельности – что я делаю, как я делаю, почему).

 3. Создание предпосылок вхождения ребенка в более широкий социум:

 - умение ребенка общаться со взрослыми и сверстниками, усвоение основ культуры поведения;

 - способность принять общие цели и условия;

 - желание действовать согласованно, выражение живого интереса к общему результату;

Техническая подготовка по хабылык и хаамыска проверяется игрой на время – 2 минуты.

По окончании прохождения программы некоторые воспитанники могут выполнить нормативы спортивных разрядов по виду спорта «Национальные настольные игры».

* 1. **Формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной программы**

Формы подведения итогов: опрос, контрольное занятие, открытое занятие для родителей, игра соревнование, коллективная рефлексия.

Промежуточная аттестация проводится в начале месяца мая. Она предусматривает зачетное занятие по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений и игр на время, проверка дневника наблюдения.

Итоговая аттестация проводится в конце учебного в общеобразовательных организациях, предполагает зачет в форме соревнований.

1. **Учебно-тематический план**

**Первый год обучения, 2 ч. в неделю**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Разделы, темы | Всего часов | В том числе |
| Теория | Практика |
| 1. **Основы знаний по физической культуре**
 |
| 1.1. | Вводное занятие. Правила по ТБ и ПБ на занятиях, подвижные игры | 2 | 1 | 1 |
|  |  |  |  |  |
| 2 | Занятие-путешествие «Возникновение первых соревнований по национальным видам спорта. Зарождение игр Манчаары» | 2 | 1 | 1 |
| 3 | Экскурсия в Музей спорта | 2 | 2 | 0 |
| 4 | Занятие-игра. Основные физические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие) | 2 | 1 | 1 |
| 1. **Национальные настольные игры хабылык и хаамыска**
 |
| 5 | Якутские настольные игры хабылык и хаамыска.  | 2 | 1 | 1 |
| 6 | Правила игры хабылык. Групповая игра на столе. Выбор позиции | 2 | 1 | 1 |
| 7 | Стойка игрока. Основные положения при подбрасывании и ловле палочек.Способы ловли палочек по 1 и до 5 палочек | 2 | 1 | 1 |
| 8 | Техника подбрасывания и ловли по 5 и до 10 палочек | 2 | 0,5 | 1,5 |
| 9 | Техника подбрасывания и ловли палочек до 30 палочек | 2 | 0,5 | 1,5 |
| 10 | Игра тырыынка | 2 | 0,5 | 1,5 |
| 11 | Техническая подготовка хабылык.  | 2 | 0,5 | 1,5 |
| 12 | Игра тыксаан | 2 | 0,5 | 1,5 |
| 13 | Контрольная игра на время хабылык | 2 | 0,5 | 1,5 |
| 14 | Хомуурхабылык – командная игра | 2 | 0,5 | 1,5 |
| 15 | Совершенствование ловкости и быстроты.  | 2 | 0,5 | 1,5 |
| 16 | Игра хаамыска. Правила и этапы игры хаамыска | 2 | 0,5 | 1,5 |
| 17 | Хаамыска 1 этап | 4 | 1 | 3 |
| 18 | Хаамыска 2 этап | 4 | 1 | 3 |
| 19 | Хаамыска 3 этап | 4 | 1 | 3 |
| 20 | Хаамыска 4 этап | 4 | 1 | 3 |
| 21 |  Игра иэрэгэй | 2 | 0,5 | 1,5 |
| 22 | Игры народов Азии | 2 | 0,5 | 1,5 |
| 23 | Хаамыска 5 этап | 4 | 1 | 3 |
| 24 | Хаамыска 6 этап  | 4 | 1 | 3 |
| 1. **Контрольные игры**
 |
| 25 | Контрольная игра на время хаамыска | 2 | - | 2 |
| 26 | Отработка способа игры по хабылыки хаамыска | 4 | - | 4 |
| 27 | Контрольная игра на время хабылык | 2 | - | 2 |
| 28 | Контрольная игра на время хабылык | 2 | - | 2 |
| 29 | Итоговое занятие. Чередование игры хабылык и хаамыска в быстром темпе | 2 | - | 2 |
|  | **Итого**  | **72** | **19,5** | **52,5** |

**Второй год обучения, 4 ч. в неделю**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Разделы, темы | Всего часов | В том числе |
| Теория | Практика |
| 1. **Основы знаний по физической культуре**
 |
| 1 | Правила по технике безопасности на занятиях по настольным играм хабылык и хаамыска | 2 | 2 | - |
|  |  |  |  |  |
| 2 | Занятие-путешествие «Возникновение первых соревнований по национальным видам спорта. Зарождение игр Манчаары | 2 | 0,5 | 1,5 |
| 3 | Экскурсия в музей спорта | 2 | 2 | - |
| 4 | Занятие-игра. Основные физические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие) | 2 | 0,5 | 1,5 |
| 5 |  Якутские настольные игры хабылык и хаамыска | 4 | 2 | 2 |
|  | 1. **Хабылык**
 |
| 6 | Хомуур хабылык | 2 | 0,5 | 1,5 |
| 7 |  Контрольная игра на время хабылык | 2 | 0 | 2 |
| 8 | Контрольная игра на время хаамыска | 2 | 0 | 2 |
| 9 |  Чередование хабылык и хаамыска на время | 2 | 0 | 2 |
| 10 |  Игра тырыынка | 4 | 1 | 3 |
| 11 | Совершенствование ловкости и быстроты. Игра на время хабылык | 4 | 0 | 4 |
| 12 |  Игра тыксаан | 2 | 0,5 | 1,5 |
| 13 |  Контрольная игра на время хабылык | 2 | 0 | 2 |
| 14 | Хомуурхабылык командная игра | 2 | 0 | 2 |
| 15 | Совершенствование ловкости и быстроты. Игра на время хабылык | 4 | 0 | 4 |
| 1. **Хаамыска**
 |
| 16 | Игра хаамыска (классический вид, правила, этапы игры хаамыска) | 4 | 2 | 2 |
| 17 | Хаамыскатонсуур 1 этап | 6 | 2 | 4 |
| 18 | Хаамыскатонсуур 2 этап | 4 | 1 | 3 |
| 19 | Хаамыскатонсуур 3 этап | 4 | 1 | 3 |
| 20 | Хаамыскатонсуур4 этап | 4 | 1 | 3 |
| 21 |  Игра иэрэгэй | 4 | - | 4 |
| 22 | Игры народов Азии | 4 | 2 | 2 |
| 23 | Хаамыскатонсуур 5 этап | 6 | 1 | 5 |
| 24 | Хаамыскатонсуур 6 этап | 6 | 1 | 5 |
| 25 | Контрольная игра на время хаамыска с постукиванием | 2 | - | 2 |
| 26 | Отработка способа игры по хабылык и хаамыска | 6 | 1 | 5 |
| 27 | Игра тырыынка | 4 | 1 | 3 |
| 28 | Игры народов Азии | 4 | 1 | 3 |
| 1. **Хаамыскакуерэгэй**
 |
| 29 | Игра куерэгэй из 10 этапов | 2 | 1 | 1 |
| 30 | Куерэгэй 1,2,3,4 этапы | 4 | 2 | 2 |
| 31 | Куерэгэй 5 этап | 4 | 2 | 2 |
| 32 | Куерэгэй 6 этап | 8 | 1 | 7 |
| 33 | Куерэгэй 7 этап | 4 | 1 | 3 |
| 34 | Куерэгэй 8 этап | 4 | 1 | 3 |
| 35 | Куерэгэй 9этап | 4 | 1 | 3 |
| 36 | Куерэгэй 10 этап | 4 | 2 | 2 |
| 1. **Контрольные игры**
 |
| 37 | Контрольная игра на время хаамыскакуерэгэй | 10 | - | 10 |
| 38 | Чередования игр хабылыкхаамыска | 2 | - | 2 |
| 39 | Итоговое занятие | 2 | - | 2 |
|  | **Итого**  | **144** | **31** | **113** |

**Индивидуальный образовательный маршрут**

**2й год обучения, 2ч в неделю**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Тема занятия | Всего часов | В том числе |
| Теория  | Практика  |
| 1 |  Контрольная игра хабылык | 2 | - | 2 |
| 2 |  Контрольная игра хаамыска с постукиванием по 2 | 2 | - | 2 |
| 3 | Хаамыска с постукиванием по 3 | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Хаамыскакуерэгэй | 2 | - | 2 |
| 5 | Хаамыска с постукиванием по 3  | 2 | - | 2 |
| 6 |  Чередование игр на время | 2 | - | 2 |
| 7 | Хаамыскакуерэгэй на время | 2 | - | 2 |
| 8 | Хабылыкдьеьегей | 4 | 1 | 3 |
| 9 |  Чередование хабылык и хаамыска | 4 | - | 4 |
| 10 | Хаамыска с постукиванием по 3 | 2 | - | 2 |
| 11 | Хаамыска с постукиванием по 3 на время | 2 | - | 2 |
| 12 | Хаамыска с постукиванием по 4 | 2 | 1 | 1 |
| 13 | Хаамыска с постукиванием по 4 на время | 2 | - | 2 |
| 14 | Хабылыкдьеьегей | 2 | - | 2 |
| 15 | Хаамыскакуерэгэй на время | 2 | - | 2 |
| 16 | Хаамыска с постукиванием по 2 | 2 | - | 2 |
| 17 | Хаамыска с постукиванием по 3 | 2 | - | 2 |
| 18 | Хаамыска с постукиванием по 3 | 2 | - | 2 |
| 19 | Умсаах 1,2,3 этапы | 4 | - | 4 |
| 20 | Умсаах 4,5 этапы | 2 | - | 2 |
| 21 | Умсаах 6,7 этапы | 2 | - | 2 |
| 22 | Умсаах 8,9 этапы | 2 | - | 2 |
| 23 | Умсаах на время | 2 | - | 2 |
| 24 | Умсаах на время | 2 | - | 2 |
| 25 | Двоеборье  | 2 | - | 2 |
| 26 | Двоеборье | 2 | - | 2 |
| 27 | Чередование игр на время | 2 | - | 2 |
| 28 | Чередование игр на время | 2 | - | 2 |
| 29 | Троеборье  | 2 | 1 | 1 |
| 30 | Троеборье | 2 | - | 2 |
| 31 | Троеборье | 2 | - | 2 |
| 32 | Хаамыска с постукиванием по 4 | 2 | 1 | 2 |
| 33 | Итоговое занятие | 2 | - | 2 |
|  | **Итого**  | **72 ч** | **5 ч** | **67 ч** |

1. **Содержание программы учебного плана**

**Первый год обучения**

Материал программы 1 год обучения дается в трех разделах:

- Основы знаний по физической подготовке;

- Настольные игры хабылык и хаамыска;

- Контрольные игры

В разделе «Основы знаний о физической подготовке» представлен материал по истории развития предков, правила соревнований:

Знания о физической культуре:

- физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека;

- ходьба, бег, прыжки как жизненно важные способы передвижения человека;

- правила предупреждения травматизма;

- история развития физической культуры и первых соревнований по национальным видам спорта;

- физические упражнения, их влияния на физические развитие и развитие физических качеств;

- характеристика основных физических качеств: ловкость, координация, реакция, быстрота, гибкости, выносливости.

Программный материал по данному разделу осваивается как на специально отведенных занятиях, так и в ходе освоения конкретных технических навыков и умений.

В разделе «Настольные игры хабылык и хаамыска» представлены материалы по общей, специальной физической и технической подготовке, даны упражнения, направленные на обучение техническим приемом игры, на развитие ловкости, точности, координации, синхронности движений пальцев рук, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества. В результате освоения данного раздела программы ученик приобретают основы умений игры хабылык, хаамыска, тырыынка, иэрэгэй проявляют качество ловкости, гибкости и координации. Хаамыска отличается большой вариативностью выполнения игры.

Подвижные народные игры и забавы: Подвижные народные игры и забавы являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности младшего школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений.

«Путы», «Плетение бисера», «Бег галопом», «Невод», «Крест», «Постучи в потолок», «Наперегонки», «Перетягивание через черту», «Эстафета с бегом», «Эстафета с прыжками», «Эстафета с чехардой», «Встречная эстафета с мячом», «Водонос», «Водопой», «Невод», «Перетягивание палки через черту», комбинированные эстафеты. Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений и заполнение дневника самоконтроля.

**Раздел 1. Основы знаний по физической культуре**

**Тема1. Вводное занятие**

*Теория*: Знакомство с учащимися. Ознакомление с планом работы. Выяснение анкетных данных учащихся и их родителей. Занесение этих сведений в журнал. Инструктаж по технике и по пожарной безопасности. правила предупреждения травматизма.

*Практика*: Создание условий для более близкого знакомства учащихся друг с другом через игру «Давайте познакомимся».

**Тема 2. Занятие-путешествие**

*Теория*: Возникновение первых соревнований по национальным видам спорта. Зарождение игр Манчаары.

*Практика*: Подвижные игры «Атах тэпсии», «Алдьаммыт телеппуен»

**Тема 3. Экскурсия в музей спорта**

*Теория*: История спорта Республики Саха (Я).

**Тема 4. Занятие-игра**

*Теория:* Характеристика основных физических качеств: ловкость, координация, реакция, быстрота, гибкости, выносливости.

*Практика:* Подвижные игры

**Раздел 2. Национальные настольные игры**

**Тема 5. Якутские настольные игры.**

*Теория:* История развития якутских настольных игр – этимилогия слов хабылык и хаамыска, нормативы, Федерация ННИ РС(Я).

*Практика:*хабылык, хаамыска.

**Тема 6. Правила игры хабылык**

*Теория:* Правила хабылык.

*Практика:* выбор позиции, групповая игра на столе.

**Тема 7. Стойка игрока**

*Теория:* Стойка игрока во время игры.

*Практика*: Основные положения при подбрасывании и ловли палочек.

**Тема 8.Техника подбрасывания и ловли по 5 и до 10 палочек**

*Теория*:Правила ловли по 5 и по 10 палочек.

*Практика*: игра.

**Тема 9. Техника подбрасывания и ловли до 30 палочек**

*Теория*: Правила подбрасывания и ловли до 30 палочек.

*Практика*: Техника подбрасывания и ловли до 30 палочек.

**Тема 10. Игра Тырыынка**

*Теория*: Правила игры.

*Практика*: Игра тырыынка.

**Тема 11. Техническая подготовка хабылык.**

*Теория*: Техническая подготовка хабылык.

*Практика*:Совершенствование ловкости и быстроты. Игра на время хабылык.

**Тема 12. Игра тыксаан**

*Теория*: Правила игрытыксаан

*Практика*: Игра тыксаан

**Тема 13. Контрольная игра на время хабылык**

*Практика*: Игра на время

**Тема 14.Хомуурхабылык – командная игра**

*Теория*: Правила хомуурхабылык

*Практика*: Командная игра

**Тема 15. Совершенствование ловкости и быстроты.**

*Теория*: Совершенствование ловкости и быстроты.

*Практика*:Игра на время хабылык.

**Тема 16. Игра хаамыска**

*Теория*: Игра хаамыска. Правила и этапы игры хаамыска.

*Практика*:Игра хаамыска.

**Тема17. ХаамыскаI этап**

*Теория*: Правила хаамыскаI этап

*Практика*: Игра

**Тема 18. ХаамыскаII этап**

*Теория*: Правила хаамыскаII этап

*Практика*:Игра

**Тема 19. ХаамыскаIII этап**

*Теория*:Правила хаамыскаIII этап

*Практика*: Игра

**Тема 20. ХаамыскаIV этап**

*Теория*: Правила хаамыскаIV этап

*Практика*: Игра

**Тема 21. Игра иэрэгэй**

*Теория*: Правила игра иэрэгэй

*Практика*: Игра

**Тема 22. Игры народов Азии**

*Теория*: История правила игры народов Азии

*Практика*: Игра

**Тема 23. ХаамыскаV этап.**

*Теория*: Правила хаамыскаV этап

*Практика*: Игра

**Тема 24. Хаамыска VI этап**

*Теория*: Правила хаамыска VI этап

*Практика*: Игра

**Раздел 3. Контрольные игры**

**Тема 25. Контрольная игра на время хаамыска**

*Практика*: Игра на время хаамыска

**Тема26. Отработка способа игры по хабылык и хаамыска**

*Практика*:на скорость игры по хабылык и хаамыска

**Тема 27. Контрольная игра на время хабылык**

*Практика*: Игра на время хабылык

**Тема 28. Контрольная игра на время хабылык**

*Практика*: Игра на время хабылык

**Тема 29. Итоговое занятие.**

*Практика*:Чередование игры хабылык и хаамыска в быстром темпе.

**Второй год обучения**

Материал программы 2 года обучения дается в пяти разделах:

- Основы знаний по физической подготовке;

- Хабылык;

- Хаамыска;

- Хаамыска куерэгэй( 10 этапов);

- Контрольные игры.

В разделе «Основы знаний о физической подготовке» представлен материал по истории развития предков, игры Азии, правила соревнований:

Знания о физической культуре:

- физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека;

- ходьба, бег, прыжки как жизненно важные способы передвижения человека;

- правила предупреждения травматизма;

- история развития физической культуры и первых соревнований по национальным видам спорта;

- физические упражнения, их влияния на физические развитие и развитие физических качеств;

- характеристика основных физических качеств: ловкость, координация, реакция, быстрота, гибкости, выносливости.

Программный материал по данному разделу осваивается как на специально отведенных занятиях, так и в ходе освоения конкретных технических навыков и умений.

В разделах «Хабылык», «Хаамыска», «Хаамыска куерэгэй» представлены материалы по общей, специальной физической и технической подготовке более углубленные, даны упражнения, направленные на обучение техническим приемом и тактикам игры, на развитие ловкости, точности, координации, синхронности движений пальцев рук, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества. В результате освоения данного раздела программы ученик приобретают основы умений игры хабылык, хабылык дьеьегей, хаамыска тонсуур с постукиванием, хаамыска куерэгэй, проявляют качество ловкости, гибкости и координации. Хаамыска отличается большой вариативностью выполнения игры. Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений и заполнение дневника самоконтроля.

**Раздел 1.Основы знаний по физической культуре**

**Тема 1. Вводное занятие**

*Теория*: Правила по технике безопасности на занятиях по настольным играм хабылык и хаамыска

*Практика*: Подвижные игры

**Тема2. Занятие-путешествие**«Возникновение первых соревнований по национальным видам спорта». Зарождение игр Манчаары.

*Теория*: Занятие-путешествие «Возникновение первых соревнований по национальным видам спорта». Зарождение игр Манчаары

*Практика*: подвижная игра

**Тема 3. Экскурсия в Музей спорта.**

Теория: Экскурсия в Музей спорта

**Тема 4. Занятие-игра. Основные физические качества**

*Теория*: Занятие-игра. Основные физические качества (сила, быстрота, выносливость, равновесие).

*Практика*: Игра на быстроту

**Тема 5. Якутские настольные игры хабылык и хаамыска**

*Теория*: Игры хабылык и хаамыска

*Практика*: Правила хабылык, хаамыска

**Раздел 2. Хабылык**

**Тема 6.Хомуурхабылык.**

*Теория*: Правила хомуурхабылык.

*Практика*: Игра хомуурхабылык

**Тема 7. Контрольная игра на время хабылык.**

*Практика*: Игра на время хабылык

**Тема 8. Контрольная игра на время хаамыска**

*Практика*: Контрольная игра на время хабылык

**Тема 9. Чередование хабылык и хаамыска на время**

*Практика*: Чередование хабылык и хаамыска на время

**Тема 10. Игра тырыынка**

*Теория*: Правила игры тырыынка.

*Практика*: Игра тырыынка

**Тема 11. Совершенствование ловкости и быстроты, игра хабылык на время**

*Практика:*Игра хабылык на время

**Тема 12.Игра тыксаан**

*Теория*: Правила игры тыксаан

*Практика*: Игра тыксаан

**Тема 13.Контрольная игра на время хабылык**

*Практика*: Контрольная игра на время хабылык

**Тема 14. Хомуурхабылык – командная игра**

*Практика*: Игра хомуурхабылык

**Тема 15. Совершенствование ловкости и быстроты, игра хабылык на время**

*Практика:*Игра хабылык на время

**Раздел 3. Хаамыска**

**Тема 16.Игра хаамыска (классический вид, правила, этапы игры)**

*Теория*: Правила хаамыска

*Практика*: Игра хаамыска

**Тема 17. Хаамыскатонсуур 1 этап**

*Теория*: Правила хаамыска с постукиванием по 3

*Практика*: Игра с постукиванием по 3

**Тема18.Хаамыскатонсуур 2 этап**

*Теория*: Правила умсаах 1,2,3 этапы

*Практика*: Игра умсаах 1,2,3 этапы

**Тема 19.Хаамыскатонсуур 3 этап**

*Теория*: Умсаах 4,5 этапы

*Практика*: Игра умсаах 4,5 этапы

**Тема 20.Хаамыскатонсуур 4 этап**

*Теория*: правила умсаах 6,7 этапы

*Практика*: Игра умсаах 6,7 этапы

**Тема 21. Игра иэрэгэй**

*Теория*: Правила умсаах 8,9 этапы

*Практика*: Игра умсаах 8,9 этапы

**Тема 22. Игры народов Азии**

*Теория*: Правила умсаах на время

*Практика*:Игра умсаах на время

**Тема 23. Хаамыскатонсуур 5 этап**

*Теория*: Правила умсаах на время

*Практика*: Игра умсаах на время

**Тема 24. Хаамыскатонсуур 6 этап**

*Теория*: правила двоеборье

*Практика*: Игра двоеборье

**Тема 25. Контрольная игра на время: хаамыска с постукиванием**

*Практика*: Соревнования по двоеборью

**Тема 26. Отработка способа игры по хабылык и хаамыска**

*Теория*: Правила чередование игр на время

*Практика*: Игры с чередованием на время

**Тема 27. Игра тырыынка.**

*Теория*: Правила чередование игр на время

*Практика*: Игры с чередованием на время

**Тема 28. Игры народов Азии.**

*Теория*: Правила троеборье

*Практика*: Игра по троеборью

**Раздел 4. Хаамыска-куерэгэй**

**Тема 29. Игра куерэгэй из 10 этапов.**

*Теория*: Правила игры куерэгэй

*Практика*: Игра куерэгэй

**Тема 30. Куерэгэй, 1, 2, 3, 4 этапы.**

*Теория:* Правила игры куерэгэй 1-4 этапы

*Практика:* Игра куерэгэй 1-4 этапы

**Тема 31. Куерэгэй, 5 этап**

*Теория*: Правила игры куерэгэй, 5-й этап

*Практика*: Игра куерэгэй

**Тема 32. Куерэгэй,6 этап**

*Теория*: Правила игры куерэгэй, 6-й этап

*Практика*: Игра куерэгэй

**Тема 33. Куерэгэй,7 этап**

*Теория*: Правила игры куерэгэй, 7-й этап

*Практика*: Игра куерэгэй

**Тема 34. Куерэгэй,8 этап**

*Теория*: Правила игры куерэгэй, 8-й этап

*Практика*: Игра куерэгэй

**Тема 35. Куерэгэй,9 этап**

*Теория*: Правила игры куерэгэй, 9-й этап

*Практика*: Игра куерэгэй

**Тема 36. Куерэгэй,10 этап**

*Теория*: Правила игры куерэгэй, 10-й этап

*Практика*: Игра куерэгэй

**Раздел 5. Контрольные игры**

**Тема 37. Контрольная игра на время – хаамыскакуерэгэй**

*Практика*: контрольная игра куерэгэй

**Тема 38. Чередование игр хабылык и хаамыска**

*Практика*: Чередование игр хабылык и хаамыска

**Тема 39. Итоговое занятие**

*Практика*: игры, подведение итогов года.

**Программа индивидуального образовательного маршрута**

Данный образовательный маршрут ориентирован на поддержку и развитие одаренного ребенка, направлен на личностное развитие и успешность. ИОМ составлен с учетом уровня подготовленности и направлений интересов по спортивному профилю средствами игры в национальных настольных игр. Программный материал по данному разделу осваивается как на специально отведенных занятиях, так и в ходе освоения конкретных технических навыков и умений. Целевое назначение: создание условий для формирования и развития у обучающегося теоретических и практических знаний, умений, навыков, умения самостоятельно приобретать и применять знания для его последующего профессионального образования.

*Задачи:*

- создание условий для углубленного совершенствования приемов игры, достижение высоких спортивных результатов по национальным настольным играм;

- систематизация знаний обучающегося по разделам программы «национальные настольные игры»;

- предоставление обучающимся возможности соотнести уровень своих умений с уровнем спортсменов более высоких разрядов;

- формирование умения применять теоретические знания для решения тактических задач;

- овладение специальными технико-тактическими навыками игры хабылк и хаамыска;

- развитие специальных физических навыков игры в национальным настольным;

- участие в соревнованиях высокого ранга.

Ожидаемый результат: Успешное освоение программы по национальным настольным играм в объеме, предусмотренным учебным планом. Развитие специальных физических качеств и навыков, характерных для сильнейших игроков настольных игр. Овладение навыками самостоятельной работы. Развитие привычки к самоконтролю и самооценке. Достижение высокого спортивного разряда.

1. **Методическое обеспечение программы**

При обучении используются основные методы организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно-поисковые. Выбор методов (способов) обучения зависит о психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успеха, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Темазанятий | ФормаЗанятий | Приемы и методы организации учебно-воспитательногопроцесса | Дидактическое и техническоеоснащение | Формы подведения итогов |
| 1 | Вводное занятие | Традиционная | Словесный метод (беседа, диалог) | Инструктаж по технике безопасности | Опрос  |
| 2 | Выполнение технических приемов | Практическая, тренинг | Наглядный метод (наблюдение, исполнение педагогом), практический (тренинг, упражнения) | Упрощенные и стандартные условия выполнения | Зачет, наблюдение педагога |
| 3 | Товарищеская игра, соревнования | Соревнование  | Фронтальный и групповой методы, метод взаимосвязи теоретических и практических знаний, умений и навыков. | Спортивный инвентарь, спортивные снаряды. | Выступление, контрольные игры, самоанализ по итогам участия в играх, соревнованиях |

**Образовательные технологии**

1. С первых занятий учащиеся приучаются к технике безопасности, противопожарной безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию инвентаря.

2. Теоретический материал готовится с таким расчетом, чтобы его время занимало не более 10 мин. Изучение теоретических вопросов должно быть основано на принципе систематичности и последовательности.

3. Практические занятия построены педагогом на следующих принципах:
– индивидуального подхода к каждому ребенку в условиях коллективного обучения;
– доступности и наглядности;
– прочности в овладении знаниями, умениями, навыками;
– сознательности и активности;
– взаимопомощи.

**Обеспечение программы методической продукцией**

 Теоретические материалы – источники:

* Статья «Развитие мелкой моторики рук у младших школьников посредством якутских настольных игр» УДК: 372.452 кандидат педагогических наук, доцент Кожурова Алина Алексеевна, педагого дополнительного образования Андросова Анжела Тимофеевна;
* Методические рекомендации: Сахалыы остуол оонньуулара. А. Т. Андросова, А. Н. Винокурова, А. В. Избекова, Якутск, 2017.
1. **Материально-техническое оснащение**

Для занятий национальным настольным играм требуется:

* спортивный зал;
* специальные столы;
* спортивный инвентарь, подушечки с песком, набивные малые и большие мячи,хабылык (30 штук) по 10 штук, хаамыска (5 штук) по 10 штук, куерчэх 10 штук, тырыынка 10 штук, тыксаан – 10 штук, дьеьегей хабылык по 10 штук.

Каждый учащийся должен иметь:

* спортивную форму;
* спортивную обувь.
	1. **Список литературы**

1. Возрастная и педагогическая психология: хрестоматия: учеб.пособие/ Сост. И.В. Дубровина, А.М. Прихожан, В.В. Зацепин. М.: Изд-во «Академия», 2005. 368с.

2. Кривошеина Н.В. Влияние развития мелкой моторики на активную речь детей раннего возраста // Формирование открытого образовательного пространства в работе с детьми раннего возраста: Проблемы, задачи, перспективы: Материалы I Международной научно-практической конференции. – Северск, 2015. с. 137-143.

3. Кочнев В.П., Григорьев И.Ю., Коротов В.П. Ебугэлэрбит угэстэрин тилиннэрэн.

4. Федоров А.С. Народные игры и забавы саха, 2011

5.Готовцев И.И. Якутские настольные игры // Этноспорт Якутии. 2012 №35. С. 14-16.

6.Традиционные игры и национальные виды спорта: опыт межрегионального взаимодействия: материалы межрегион. науч.-практ. конф./ под ред. Р.И. Платонова, А.В. Кыласов. – Якутск: Компания «Дани Алмас», 2012. 128 с.

7. Соколов Г.В. Большая книга развития мелкой моторики и быстрого обучения грамоте. Ярославль: Астрель, 2011. 160 с.

8.Гризик Т.И. Ловкие пальчики: Пособие для воспитателей. М.: Просвещение, 2007. 54 с.

9. Григорьев И.Ю., Кожурова Н.Н., Белолюбская Н.Н./Якутские настольные игры-правила соревнований, 2012. 24 с