

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №2 с углубленным изучением отдельных предметов»

Обсуждена на заседании
педагогического совета
Протокол № 1 от «28» августа 2026 года

УТВЕРЖДАЮ:
директор МАОУ СШ 2
Л.А. Адыева
«28» августа 2026 года
Приказ № 65

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0087BBE7B32764E464DCFC0EC9AD4D10D1
Владелец: Адыева Лариса Анатольевна
Действителен: с 27.03.2026 до 20.06.2027

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности
«Народные игры от А до Я»**

Возраст: 7-10 лет
Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель:
Балан Д.А.,
педагог дополнительного образования

г. Красноуфимск
2026 год

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Народные игры от А до Я» разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ».
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Приказ Министерства просвещения РФ от 07.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года.
- Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».
- Требования к дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам для включения в систему персонифицированного финансирования дополнительного образования детей Свердловской области» (приложение к приказу ГАНОУ СО Свердловской области «Приложение к приказу ГАНОУ СО Свердловской области «Дворец молодежи» от 26.02.2021г. 136-д).
- Устав Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя школа № 2 с углубленным изучением отдельных предметов» (далее – учреждение).
- Положение об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам учреждения.

Актуальность.

Подвижные игры – 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. По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны младшему школьнику. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов.

В концепцию данной программы была положена идея: создать необходимые условия для удовлетворения детской двигательной активности, знакомства детей 7-10 лет с различными видами народных подвижных игр, придать занятиям развивающий характер, учитывая при этом возрастные и психологические особенности младших школьников.

Образовательный процесс в условиях меняющегося современного мира постоянно усложняется и требует от учащихся большого умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к школе обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, достаточно высокий уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать значительные психофизические нагрузки, связанные с новым – школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности. Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, поступающих в школу, а также дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему для образовательной практики.

Учитывая вышеизложенные факты, возникают предпосылки для организации профилактической работы с учащимися, и становится очевидной актуальность программы «Народные игры», построенной на занятиях физическими упражнениями в процессе освоения подвижных и спортивных игр, что способствует полноценному физическому и психическому развитию учащихся.

Направленность программы: социально-гуманитарная.

Отличительной особенностью программы является изучение игр народов России. Для младших школьников игры являются наиболее эффективной и приоритетной формой проведения физкультурно-спортивных занятий. Педагогическая целесообразность программы основана на том, что занятия народными играми:

- создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе;
- развивают в детях чувство товарищества и взаимопомощи;

Системность применения подвижных игр позволяет эффективно осваивать так называемую школу движений, охватывающую специфику широчайшей сферы двигательной активности человека.

Адресат программы. Программа рассчитана на детей младшего школьного возраста 7–10 лет. В младшем школьном возрасте подвижная игра выступает как подготовительный этап развития ребенка, как начало в воспитании важных личностных свойств и как переходный момент к включению учащихся в более сильные и эффективные виды деятельности: учение, общение и труд. Рекомендуемый минимальный состав группы – 12 человек, оптимальное число детей, обучающихся в одной группе – 16 человек.

Режим, периодичность и продолжительность занятий. Программа предусматривает учебную нагрузку в объеме 1 час в неделю, 33 часа в год. Продолжительность каждого часа 40 минут.

Объем и срок освоения программы. Программа рассчитана на 1 год обучения.

Форма обучения: очная, с применением образовательных дистанционных технологий. Под образовательными дистанционными технологиями понимается применение информационно-телекоммуникационных сетей (интернет) при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии учащихся и педагогических работников. (Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 21.07.2014) «Об образовании в Российской Федерации»). В

обучении применяется групповая форма с индивидуальным подходом.

Уровневость программы. По уровню освоения материала программа стартовая.

1.2. Цели и задачи

Цель: содействие развитию у учащихся позитивного отношения к здоровому образу жизни, опыта двигательной активности посредством обучения их подвижным народным играм, воспитывать любовь к малой Родине, бережное отношение к ее культурному и историческому наследию.

Задачи:

обучающие:

- обучить элементарным правилам подвижных игр;
- содействовать формированию знаний по культуре здорового образа жизни.

развивающие:

- способствовать расширению двигательного опыта в процессе занятий подвижными и спортивными играми за счет овладения двигательными действиями;
- способствовать развитию опыта самостоятельной организации и проведения игр на основе сформированных знаний.

воспитательные:

- способствовать воспитанию взаимоуважения, целеустремленности, ответственности, взаимовыручки.

1.3. Содержание программы

Учебный план

№ п/п	наименование темы	количество часов			Формы аттестации и контроля
		всего	теория	практика	
1	Раздел 1. Ведение. Вводное занятие. Основы здорового и безопасного образа жизни.	2	1	1	Устный опрос
	Раздел 2. Правила народных игр.	3			
2	Основные правила народных игр. «Горелки с платочком», «Море волнуется раз».	2	1	1	Наблюдение
3	«Кто дальше бросит», «Лягушки на болоте».	1	-	1	Наблюдение
	Раздел 3. Командные народные подвижные игры.	8			
4	Командные игры. «Бабки»	2	1	1	Наблюдение
5	«Борющаяся цепь», «Редька»	2	-	2	Наблюдение
6	«Без соли – соль!», «Серый волк»	2	-	2	Наблюдение
7	«Платок», «Пирожок»	2	-	2	Наблюдение

	Раздел 4. Зимние забавы	6			
8	«Проехать через ворота», «Снежки», «Снеговик-мишень».	2	1	1	Наблюдение
9	«Два Деда Мороза», «Спуск с поворотом», «Слалом на санках»	4	-	4	Наблюдение
	Раздел 5. Игры о животных	6			
10	Домашние и дикие животные. «Гуси-лебеди», «Пастух и стадо», «Волк и овцы»	2	1	1	Наблюдение
11	«Кошки-мышки», «У медведя во бору».	2	-	2	Наблюдение
12	«Коршун и наседка», «Хромая лиса».	1	-	1	Наблюдение, Выполнение заданий
13	«Филин и пташки», «Лягушата».	1	-	1	Наблюдение
	Раздел 6. Сюжетные игры	4			
14	«Земля, вода, воздух, огонь», «Охотник и сторож»	1	-	1	Наблюдение
15	«Часовые и разведчики», «Жадный повар»	1	-	1	Наблюдение
16	«Море волнуется», «Мыши и две кошки»	1	-	1	Наблюдение
17	«Канатоходцы» «Почта», «Самовар»	1	-	1	Наблюдение
	Раздел 7. Игры сверстников прошлых лет	4			
18	«Перестрелки», «Горелки», «Двенадцать палочек»	1	-	1	Наблюдение
19	«Жмурки», «Третий лишний», «Жмурка и бубенец»	1	-	1	Наблюдение
20	«Разбивные цепи», «Народный мяч»	1	-	1	Наблюдение
21	«Выбивалы» «Садовник», «Просо», «Лапта»	1	-	1	Наблюдение
	итого	33	5	28	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Введение.

Тема № 1. Вводное занятие. Основы здорового и безопасного образа жизни.

Теория. Двигательная активность и ее значение для здоровья человека. Влияние вредных привычек на организм человека. Физическая нагрузка и её влияние на состояние дыхания,

повышение частоты сердечных сокращений. Закаливающие процедуры. Режим дня. Основы здорового питания. Общие и индивидуальные правила личной гигиены. Подвижные игры, их особенности.

Практика. Самостоятельные наблюдения и определение степени утомления по состоянию собственного самочувствия.

Раздел 2. Правила народных игр.

Тема № 2. Основные правила народных игр. «Горелки с платочком», «Море волнуется раз».

Теория. Русские народные игры как традиционное явление культуры. История возникновения игр. Игровые правила.

Практика. Отработка игровых приёмов. Игры «Горелки с платочком», «Море волнуется раз».

Тема № 3. «Кто дальше бросит», «Лягушки на болоте».

Практика. Связь игры с народными праздниками. «Кто дальше бросит», «Лягушки на болоте».

Раздел 3. Командные народные подвижные игры.

Тема № 4. Командные игры. «Бабки»

Теория. Понятие о команде; цели, задачи команды, правило успеха, единый дух команды, командные виды спорта. Рассказ о дружбе, о команде, стадии развития команды. Беседа о правилах общения и взаимодействия в команде.

Практика. Разучивание командных игр. Игра «Бабки».

Тема № 5. «Борющаяся цепь», «Редька»

Практика. Разучивание командных игр. Игры «Борющаяся цепь», «Редька»

Тема № 6. «Без соли – соль!», «Серый волк»

Практика. Разучивание командных игр. Игры «Без соли – соль!», «Серый волк»

Тема № 7. «Платок», «Пирожок»

Практика. Разучивание командных игр. Игры «Платок», «Пирожок»

Раздел 4. Зимние забавы

Тема № 8. «Проехать через ворота», «Снежки», «Снеговик-мишень».

Теория. Виды зимних народных подвижных игр. Экипировка для зимних прогулок, участие в зимних играх. Правила закаливания организма. Инструктаж безопасности по поведению на улице.

Практика. Разучивание игр «Проехать через ворота», «Снежки», «Чей ком больше», «Снеговик-мишень».

Тема № 9. «Два Деда Мороза», «Спуск с поворотом», «Слалом на санках».

Практика. Разучивание игр «Два Деда Мороза», «Спуск с поворотом», «Слалом на санках».

Раздел 5. Игры о животных

Тема № 10. Домашние и дикие животные. «Гуси-лебеди», «Пастух и стадо», «Волк и овцы».

Теория. Домашние и дикие животные. Отношение человека к животным в природе, показ видеофильмов. Животные в русской культуре.

Практика. Разучивание игр «Гуси-лебеди», «Пастух и стадо», «Волк и овцы».

Тема№ 11. «Кошки-мышки», «У медведя во бору».

Практика. Разучивание игр «Кошки-мышки», «У медведя во бору».

Тема№ 12. «Коршун и наседка», «Хромая лиса».

Практика. Разучивание игр «Коршун и наседка», «Хромая лиса».

Тема№ 13. «Филин и пташки», «Лягушата».

Практика. Разучивание игр «Филин и пташки», «Лягушата».

Раздел 6. Сюжетные игры

Тема№ 14. «Земля, вода, воздух, огонь», «Охотник и сторож».

Практика. Знакомство с играми на основе опыта детей. Разучивание игр «Земля, вода, воздух, огонь», «Охотник и сторож».

Тема№ 15. «Часовые и разведчики», «Жадный повар».

Практика. Разучивание игр «Часовые и разведчики», «Жадный повар».

Тема№ 16. «Море волнуется», «Мыши и две кошки».

Практика. Разучивание игр «Море волнуется», «Мыши и две кошки».

Тема№ 17. «Канатоходцы», «Почта», «Самовар».

Практика. Разучивание игр «Канатоходцы», «Почта», «Самовар».

Раздел 7. Игры сверстников прошлых лет

Тема№ 18. «Перестрелки», «Горелки», «Двенадцать палочек».

Практика. История игр сверстников прошлых столетий. Разучивание игр «Перестрелки», «Горелки», «Двенадцать палочек».

Тема№ 19. «Жмурки», «Третий лишний», «Жмурка и бубенец».

Практика. Разучивание игр «Жмурки», «Третий лишний», «Жмурка и бубенец».

Тема№ 20. «Разбивные цепи», «Народный мяч», «Выбивалы».

Практика. Разучивание игр «Разбивные цепи», «Народный мяч», «Выбивалы».

Тема№ 21. «Садовник», «Просо», «Лапта».

Практика. Разучивание игр «Садовник», «Просо», «Лапта». Подведение итогов программы.

1.4.Планируемые результаты.

Игры являются средством формирования у обучающихся универсальных учебных действий.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- находить ошибки при проведении игр, отбирать способы их исправления;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и игровой деятельности;
- организовывать самостоятельную игровую деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места проведения игр;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта при использовании их в игровой деятельности.
- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства

для достижения ее цели;

- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по изучению игр являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Предметными результатами освоения учащимися программы являются следующие умения:

- планировать игры в режиме дня, организовывать отдых и досуг;
- излагать факты истории возникновения игр, характеризовать их роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять игру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при организации и проведении игр, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения игр;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать команды, вести подсчет при организации и проведении игр.

2.Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1.Календарный учебный график на 2026-2027 учебный год

Основные характеристики образовательного процесса	Показатель
Количество учебных недель	33
Количество часов в неделю	1

Количество часов за весь учебный год	33
Количество часов за весь период обучения	33

Каникулярное время и начало занятий определяется календарным учебным графиком школы, составленным на основании федерального учебного графика.

2.2. Условия реализации программы

Материально–техническое обеспечение

1. Кабинет для проведения занятия соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда. Учебная мебель соответствует возрасту учащихся. Также занятия проходят на улице в природных условиях: игры на свежем воздухе.
2. Оборудование: теннисные мячи – 15 шт.; наборы кубиков (по 9 штук в каждом) – 4 шт.; гимнастические обручи – 5 шт.; гимнастические палки – 5 шт.; мячи резиновые – 10 шт.; мячи для баскетбола – 2 шт.; платочки – 10 шт.; скакалки – 10 шт.; флажки – 10 шт.; набор «Городки» - 2 шт.
3. Технические ресурсы: компьютер, мультимедийный проектор, фотоаппарат, дидактический материал.

Информационное обеспечение

1. Князева О.Л., Маханева М.Д. Приобщение детей к истокам русской народной культуры. Учебно-методическое пособие, 2006.
2. Литвинов М.Ф. Русские народные подвижные игры. М.: Просвещение, 2006.
3. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы – М.: АРКТИ, 2003. – 272 с.
4. Фольклор как средство духовного самосохранения русского народа и интеграция общего и дополнительного образования (материалы научно-практической конференции). – Барнаул, 1998. – 84 с.

Кадровое обеспечение

Реализовывать программу могут специалисты, соответствующие требованиям профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования» и обладающие достаточными знаниями в рамках реализуемой программы.

2.3. Формы аттестации и оценочные материалы.

Для определения соответствия результатов освоения программы заявленным целям и планируемым результатам обучения предусмотрено использование таких видов контроля, как входной, текущий и итоговый.

Входной контроль проводится в форме опроса. Оценивается уровень стартовых знаний.

Текущий контроль проводится в течение всего года. Используются такие методы как наблюдение, опрос, выполнение практических и творческих заданий.

Итоговый контроль проводится в конце учебного года в форме наблюдения за обучающимися во время водного похода.

Метапредметные результаты освоения программы оцениваются при помощи педагогического наблюдения.

2.4.Методические материалы

Программа предусматривает два вида занятий: теоретические и практические занятия. Практическая часть программы предусматривает групповую форму работы на местности и, в зависимости от поставленных задач, в учебной аудитории.

На занятиях используются следующие методы обучения:

- словесные методы: рассказ, беседа, работа с книгой, дискуссия;
- наглядные методы: использование оборудования и инвентаря; раздаточных материалов, фотографий, видеофильмов, схем, плакатов, рисунков, макетов;
- практические методы: работа с литературой и нормативными документами, выполнение заданий и упражнений;
- метод применения информационно-коммуникационных технологий: поиск информации в сети интернет, выполнение диагностических тестов и заданий с использованием компьютера.

Каждому методу соответствует форма организации занятия: беседа, лекция, дискуссия, презентация, викторина, тематические игры, опрос, тестирование, практические занятия на местности и в помещении. Педагогические технологии, используемые в ходе реализации программы:

- игровые технологии: игры на знакомство, формирование навыков сотрудничества, общительности, взаимодействия в различных ситуациях; имитационные игры по отработке оперативных действий, по моделированию деятельности в конкретной обстановке по заданному сюжету;
- здоровье сберегающие технологии;
- информационные технологии.

В учебном процессе используются дидактические материалы.

2.5.Список литературы

Нормативные документы

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
2. Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в РФ»;
3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р. «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
4. Распоряжение правительства РФ от 31.03.2022г. №678-р «Концепция развития дополнительного образования детей».
5. Приказ Министерства просвещения России от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3 648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
7. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015г. № 09-3242 «О направлении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)».

1. Князева О.Л., Маханева М.Д. Приобщение детей к истокам русской народной культуры. Учебно-методическое пособие, 2006.
2. Литвинов М.Ф. Русские народные подвижные игры. М.: Просвещение, 2006.
3. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы – М.: АРКТИ, 2003. – 272 с.
4. Фольклор как средство духовного самосохранения русского народа и интеграция общего и дополнительного образования (материалы научно-практической конференции). – Барнаул, 1998. – 84 с.