

ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«ВОЛГОГРАДСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ №1»

ПРИНЯТА

на педагогическом совете ГКОУ

«Волгоградская школа-интернат №1»

Протокол № 4

от «03» апреля 2026г.

«УТВЕРЖДАЮ»

директор ГКОУ

«Волгоградская школа-интернат №1»

_____ И.Ю. Гайтукаева

Приказ от «13» мая 2026г. № 103

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«ИГРЫ НАРОДОВ МИРА»
(для летнего пришкольного лагеря)**

Возраст детей: 11-15 лет

Срок реализации: 28.05.2026г. – 23.06.2026г.

Авторы-составители:

Сигеева Т.С.

Ерофеева А.А.

Волгоград 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы

Программа «Игры народов мира» по содержанию является физкультурно-спортивной; по функциональному предназначению учебно-познавательной, по форме организации кружковая, по времени реализации – краткосрочный.

Новизна программы состоит в интегративном принципе построения содержания, который выражается в том, что программа объединила в себе и увеличение двигательной активности младших школьников, воспитание толерантного отношения к людям других национальностей, сведения об игровых традициях русского и других народов.

Актуальность программы обусловлена тем, что подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, удовлетворяющая его потребности в двигательной активности и направленность на достижение конкретных двигательных задач в быстро меняющихся условиях.

Особое значение народных подвижных игр заключается в том, что они доступны детям разного возраста и несмотря на огромное разнообразие, связанное с этническими и другими особенностями, так или иначе отражают такие общие характерные черты, присущие этой форме деятельности, как взаимоотношение играющих с окружающей средой и познание реальной действительности.

Подвижная игра имеет столь широкий диапазон воздействия на организм и личность, что создает неограниченные возможности влияния на все сферы жизнедеятельности детей и подростков с умственной отсталостью. Глубочайший смысл детских игр заключается в том, что они, функционально нагружая весь организм, все его ткани, органы и системы, структурно их создают, формируют и совершенствуют (В. М. Лебедев).

В подвижных играх используются знакомые и доступные виды естественных движений: ходьба, бег, лазанье, перелезание, прыжки, упражнения с мячом, в них несложной техники и тактики, а правила всегда можно изменить соответственно физическим и интеллектуальным возможностям ребенка. Желание играть — главный стимул, побуждающий ребенка к игровой деятельности. Замечено, что во время игры дети охотно и с интересом выполняют то, что вне игры кажется неинтересным и трудным, поэтому в игре легче преодолеваются психические и эмоциональные проблемы.

Особая ценность подвижных игр для детей с интеллектуальными нарушениями заключается в возможности одновременного воздействия на моторную и психическую сферу. Быстрая смена игровых ситуаций предъявляет повышенные требования к подвижности нервных процессов, скорости реакции и нестандартности действий. Игры вынуждают мыслить наиболее экономно, реагировать на действия партнеров, приспосабливаться к обстановке. Играющему ребенку приходится выбирать и совершать из множества операций одну, которая, по его мнению, может принести успех. Чем разнообразнее информация поступает в мозг, тем интенсивнее включаются психические процессы. Именно поэтому с помощью игры у ребенка с интеллектуальными нарушениями развивается восприятие, мышление, внимание, воображение, память, моторика, речь, повышается умственная активность, а следовательно, познавательная деятельность в целом.

Эффект этот достигается за счет полифункциональности подвижных игр, когда коррекция двигательных нарушений (пространственной ориентировки, точности, ритма, согласованности движений, равновесия и др.) инициирует активную деятельность мозга, сохранных анализаторов, психических функций, вегетативных систем, обеспечивающих движение. Особенно ярко эта взаимосвязь проявляется в реализации межпредметных связей, когда целенаправленные двигательные действия, организованные в форме игровых композиций, эстафет, ролевых и имитационных игр, выполняемых под стихи, загадки, потешки, скороговорки – это активизирует речевую деятельность, правильное звукопроизношение; обогащают словарный запас, развивают память, внимание, мелкую и общую моторику.

Известно, что дети с интеллектуальными нарушениями отстают в развитии духовных интересов, потребностей. Поэтому сама игровая деятельность, вызывающая у детей интерес и содержащая в себе необходимые компоненты развития личности, является средством духовного развития. В игре складываются отношения между детьми, вырабатываются привычки, правила поведения.

Таким образом, подвижная народная игра - одно из комплексных средств воспитания: она направлена на всестороннюю физическую подготовленность, совершенствование функций организма, черт характера играющих.

Педагогическая целесообразность программы объясняется тем, что при достижении образовательных, воспитательных и развивающих целей обучения в каждом конкретном случае применяются различные методы работы с воспитанниками.

Основным методом является игровой, т.к. он обеспечивает всестороннее, комплексное развитие физических качеств и совершенствование двигательных умений и навыков. Кроме того игровому методу присущ фактор эмоциональности и привлекательности, что способствует формированию у детей устойчивого положительного интереса и деятельного мотива к физкультурным занятиям.

Наличие соревновательного элемента в естественных видах движений позволяет использовать народные подвижные игры для подготовки к занятиям спортивными играми.

На занятиях используются как общепедагогические, так и специфические методы физического воспитания. Наглядные и словесные методы дают возможность последовательного, логического изложения правил игры, сведений о национальных особенностях и традициях народов мира. При помощи игрового и соревновательного методов решаются конкретные задачи, связанные с обучением технике выполнения физических упражнений и воспитанием физических качеств.

При подборе подвижных игр важно учитывать эмоциональное состояние, характер, поведение детей.

Таким образом, при подготовке к проведению подвижных игр педагог должен учитывать следующие моменты:

- содержание игр (сюжет, правила, двигательные действия, физическая нагрузка) должно быть доступным и соответствовать возрасту, уровню интеллектуальных и двигательных возможностей, эмоциональному состоянию и личностным интересам детей;
- подвижные игры предполагают варианты усложнения, но процесс насыщения моторными действиями должен осуществляться постепенно по мере овладения простыми формами движений;
- содержание игр должно предусматривать комплексный характер воздействия, коррекцию двигательных нарушений, физических качеств, координационных способностей, укрепление и оздоровление всего организма в целом;
- в процессе игры необходимо стимулировать познавательную деятельность, активизировать психические процессы, творчество и фантазию ребенка.

Содержание и организационные формы реализации, предложенные в программе, разработаны на основе следующих принципов здоровьесберегающей педагогики:

- ~ принцип оздоровительной направленности;
- ~ принцип «Не навреди!»;
- ~ принцип активности;
- ~ принцип доступности и индивидуализации;
- ~ принцип успешности.

Правильный отбор и руководство играми приобретают решающее значение в воспитании у младших школьников чувства коллективизма, активности, инициативы, сознательной дисциплинированности; настойчивости в достижении поставленной цели, смелости.

Цели программы: создание условий для организованного отдыха детей с ограниченными возможностями здоровья, содействие полноценному физическому и

психическому развитию воспитанников с интеллектуальными нарушениями посредством подвижных народных игр, приобщение детей через народную игру к культуре народов.

Задачи:

- ✓ познакомить учащихся с многообразием народных игр;
- ✓ пропаганда здорового образа жизни;
- ✓ укрепление здоровья воспитанников;
- ✓ содействие полноценному психическому и физическому здоровью;
- ✓ развитие навыков совместной деятельности, умения сотрудничать со сверстниками, согласовывать собственное поведение с поведением других детей.

Отличительной особенностью данной программы является то, что она даёт возможность: закрепить навыки, полученные на уроках физкультуры; увеличить двигательную активность детям с разными физическими возможностями, позволяя им реализовать потребность в движении и общении со сверстниками; увеличить пребывание на свежем воздухе; дать представление о русских народных играх, составляющих основу национальной культуры России; познакомить с играми других народов, сформировать навыки толерантного поведения детей.

Программа состоит из нескольких разделов: «Русские народные игры» «Потешки», «Игры народов мира».

Для воспитанников лагеря «Непоседы» подбираются подвижные игры, отвечающие физическим и психологическим требованиям, характерным для данного возраста.

Объяснение правил игры должно быть кратким, четким, но понятным, ярким и образным. Сопровождается показом, демонстрацией отдельных этапов игры. При объяснении игры, подразумевает знакомство детей с историей её возникновения.

Игра должна приносить радость. Не заставляем ребенка играть, а создаем условия для возникновения интереса. Создаем в игре непринужденную обстановку. Не сдерживаем двигательную активность детей. Не навязываем детям игровой материал. Хвалим ребенка за успехи. Строим свое взаимоотношение с детьми на взаимном доверии, искренне разделяем с ним радость. Игры проводятся в проветренном помещении или на свежем воздухе. Некоторые игры планируются на свежем воздухе.

Практическая значимость данной программы заключается в том, что она создаёт условия возрождения народных подвижных игр и помогает делать досуг детей содержательным и полезным, а пребывание воспитанников лагеря на свежем воздухе способствует укреплению здоровья.

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы от 11 до 15 лет.

Срок реализации дополнительной образовательной программы «Игры народов мира» 28.05.2026г. – 23.06.2026г.

Формы занятий: по количеству детей - коллективная и групповая; по особенностям коммуникативного взаимодействия педагога и детей – практикум.

Занятия проводятся в игровой форме, состоят из теоретической и практической части.

Каждое занятие включает в себя следующие этапы:

1. Организационный момент и сообщение названия игры;
2. Распределение ролей играющих и их места на игровой площадке;
3. Объяснение правил и хода игры;
4. Новая игра;
5. Определение победителя;
6. Повторение пройденной игры на предыдущем занятии;
7. Итог занятия.

Независимо от способов организации занятия сохраняются требования к оптимальной двигательной нагрузке обучающихся в зависимости от их подготовленности и индивидуальных особенностей.

Режим занятий: занятия проводятся 2 раза в неделю по одному часу. Общее количество занятий 8 часов.

Количество детей 12 человек.

Подразумевается, что по окончании занятий обучающиеся будут обладать определенной суммой знаний по культурно-историческому наследию русского народа и других народов, а также приобретут навыки самостоятельной организации и проведения народных подвижных игр в своё свободное время.

Ожидаемые результаты

К концу занятий обучающиеся должны

знать:

- особенности, обычаи, традиции различных национальных культур;
- названия и правила игр народов мира;
- основные особенности национальных игр народов мира;
- требования к соблюдению безопасности при выполнении игр.

уметь:

- играть в различные игры;
- передвигаться различными способами в различных условиях;
- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх;
- выполнять упражнения для развития основных физических качеств;
- проводить подвижные игры со сверстниками во время активного отдыха и досуга;
- готовить место для игр и подбирать соответствующий инвентарь.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- 1.АфопькинаЕ.Ю., АфонькинаА.С. Игры с веревочкой. СПб., 1997.
- 2.Бедарев Г. Игры и развлечения. М., 1985.
- 3.Бердыхова Я. Мама, папа, занимайтесь со мной. М., 1990.
- 4.Бесова М.А. В школе и на отдыхе. Познавательные игры для детей от 6 до 10. Ярославль, 1997.
- 5.Богуславская З.М., Смирнова Е.О. Развивающие игры для детей младшего дошкольного возраста. М., 1991.
- 6.БылееваЛ.В., Яковлев В.Г. Подвижные игры. М., 1974.
- 7.Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать. М., 1983.
- 8.Васильков Г.А., Васильков В.Г. От игры — к спорту. М., 1985.
- 9.Васин Ю.Г. Физические упражнения — основа профилактики ожирения. Киев, 1989.
- 10.Волкова Г.А. Игровая деятельность в устранении заикания у дошкольников. М., 1983.
- 11.Выгодская И.Г., Пеллингер Е.Л., УспенскаяЛ.И. Устранениеу дошкольников заикания в игре. М., 1984.
- 12.Гаврипа С.Е., Кутявина Н.Л. и др. Развиваем руки — чтоб учиться и писать, и красиво рисовать. Ярославль, 1997.
- 13.Геллер Е.М., Короткое И.М. Веселые старты. М., 1978.
- 14.Гибсон Р., ТайлерД. Веселые игры (пер. с англ.) М., 1994.
- 15.Грабенко Т.Н., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Коррекционные, развивающие и адаптирующие игры. Спб., 2002.
- 16.Гришина Г.Н. Любимые детские игры. М., 1997.
- 17.Детские подвижные игры народов СССР/Сост. А.В. Кенеман. М., 1991.
- 18.Карабапова О.А. Игра и коррекция психического развития ребенка. М., 1997.
- 19.Катаева А. А., Стреблева Е.А. Дидактические игры и упражнения в обучении умственно отсталых дошкольников. М., 1993.
- 20.Короткое И.И. Подвижные игры детей. М., 1987.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Кол-во часов: 8 часа.

Занятия проводятся 2 часа в неделю.

№	Тема	Общее кол-во часов	Теоретические (час)	Практические (час)	Дата
1.	Вводное занятие. «Здравствуй игра!» (инструктаж «Правила поведение на кружке»).	1	1		28.05
2.	Игры поволжских народов. «Круговой» («Мячень кунсема»), «Раю – раю», «Катание мяча» («Мече дене модмаш»)	1		1	02.06
3	Туркменские игры «Гушакгойд», «Сунк-сунк», «Юзук», «Дузме»	1		1	04.06
4.	Русские народные игры: «В свой город», «Запрещённое движение», «Бегуны и метатели», «День и ночь»	1		1	09.06
5.	Армянские народные игры «Дедушка, мой дед» («Папи джан, папи»), «Семь камней» («Еот кар»), "Ауаса-рымпыл" (абхазская)	1		1	11.06
6.	Игры народов Средней Азии "Туб аз давра" («Мяч из круга») - таджикская «Чапан-куль» -узбекская, «Перетягивание палки» («Тимербай-спок»)	1		1	16.06
7.	Башкирские народные игры «Прутик» («Шуйдук»), «Шар на земле» («Ер шары»), «День и ночь» («Геджа ее гюндуз») «Туб аз давра» («Мяч из круга»)	1		1	18.06
8.	Белорусские народные игры «Посадка картошки» («Посадка бульбы») «Охотники и утки» («Паляуничи и качки»), «Прела – горела» («Прэла-гарэла»)	1		1	23.06
	ИТОГО	8ч.	1 ч	7ч.	

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Тема 1.

Вводное занятие. «Здравствуй игра!» (инструктаж «Правила поведение на кружке».)

Тема 2.

Игры поволжских народов. «Круговой» («Мячень кунсема»), «Раю – раю», «Катание мяча» («Мече дене модмаш»)

Содержание материала: Разминочные игры, считалки. Игры на общение и взаимопонимание («Раю – раю»). Игры с мячом («Катание мяча» («Мече дене модмаш»))

Форма занятия: коллективное, практикум, комбинированное

Методическое обеспечение: словесные, наглядные методы, игровые методы.

Оборудование: мячи.

Тема 3.

Туркменские народные игры. «Сунк-сунк», «Гушакгойды», «Юзук», «Дузме»

Содержание материала: Разминочные игры, считалки. Игры на общение и взаимопонимание («Юзук», «Сунк-сунк»), Игры-догонялки («Дузме»). Игры в круге («Гушакгойды»)

Форма занятия: коллективное, практикум, комбинированное

Методическое обеспечение: словесные, наглядные методы, игровые методы.

Оборудование: мячи, повязка

Тема 4.

«Да-нет-ка», «Лапта», «Копна, тропинка, кочки», «Бегуны и метатели»

Содержание материала: Разминочные игры, считалки, («Да-нет-ка»). Игры на общение и взаимопонимание («Копна, тропинка, кочки»); подвижная командная игра-догонялка («Лапта»)

Форма занятия: коллективное, практикум, комбинированное

Методическое обеспечение: словесные, наглядные методы, игровые методы.

Оборудование: мяч, лапта.

Тема 5.

Армянские народные игры. «Дедушка, мой дед» («Папи джан, папи»), «Ауаса-рымпыл»

Содержание материала: Разминочные игры, считалки. Игры на общение и взаимопонимание («Дедушка, мой дед» («Папи джан, папи»), «Ауаса-рымпыл». Поисковые игры «Семь камней» («Еот кар»)

Форма занятия: коллективное, практикум, комбинированное

Методическое обеспечение: словесные, наглядные методы, игровые методы.

Оборудование: 7 камней

Тема 6.

Игры народов Средней Азии. «Туб аз давра» («Мяч из круга»), «Чапан-куль», перетягивание палки («Тимербай»)

Содержание материала: Разминочные игры, считалки. Игры на общение и взаимопонимание («Чапан-куль», «Тимербай»). Игры в круге («Туб аз давра» («Мяч из круга»))

Форма занятия: коллективное, практикум, комбинированное

Методическое обеспечение: словесные, наглядные методы, игровые методы.

Оборудование: мячи, 2 палки

Тема 7.

Башкирские народные игры. «Прутик» («Шуйдук»), («Геджа ее гюндуз»). «Мяч из круга» («Туб аз давра»)

Содержание материала: Разминочные игры, считалки. Игры на общение и взаимопонимание («Прутик»). Игры-догонялки «День и ночь». Игры в круге «Мяч из круга» («Туб аз давра»)

Форма занятия: коллективное, практикум, комбинированное

Методическое обеспечение: словесные, наглядные методы, игровые методы.

Оборудование: мячи

Тема 8.

Белорусские народные игры « Охотники и утки» («Паляуничы и качки»). «Посадка картошки» («Посадка бульбы»)

Содержание материала: Разминочные игры, считалки. Игры на общение и взаимопонимание («Посадка картошки» («Посадка бульбы»). Игры с мячом в круге «Мяч из круга» («Туб аз давра»)

Форма занятия: коллективное, практикум, комбинированное

Методическое обеспечение: словесные, наглядные методы, игровые методы.

Оборудование: мячи, 2 мешочка, 10 картофелин (камешков)

Ожидаемые результаты освоения программы

Учащиеся будут знать:

- особенности, обычаи, традиции различных национальных культур;
- названия и правила игр народов мира;
- основные особенности национальных игр народов мира;
- требования к соблюдению безопасности при выполнении игр.

Учащиеся будут уметь:

- играть в различные игры;
- передвигаться различными способами в различных условиях;
- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх;
- выполнять упражнения для развития основных физических качеств;
- проводить подвижные игры со сверстниками во время активного отдыха и досуга;
- готовить место для игр и подбирать соответствующий инвентарь.

Учащиеся смогут решать следующие жизненно-практические задачи:

- соблюдать правила и нормы поведения в индивидуальной и коллективной деятельности;
- наблюдать за собственным физическим развитием и физической подготовленностью;
- организовать со сверстниками и младшими ребятами проведение различных подвижных игр.

Учащиеся будут способны проявлять следующие отношения:

- уважительное отношение друг к другу и к людям других национальностей;
- умение участвовать в диалоге при объяснении правил подвижных игр;
- дисциплинированность.