

Захарова Саина Николаевна
Инструктора по физической культуре
МБДОУ д/с №27 «Кораблик»
Тема: Кружковая работа «Игры предков»
Для детей подготовительной группы
г. Якутск

Кружковая работа «Игры предков»
Для детей подготовительной группы

Исследования свидетельствуют о том, что современные дети в большинстве своем испытывают «двигательный дефицит». Дети большую часть времени проводят в статичном положении, что снижает силу и работоспособность скелетной мускулатуры, что приводит к нарушению осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку возрастного развития.

Одним из эффективных форм развития физических качеств детей являются национальные подвижные игры, в которых создаются благоприятные условия не только для физического развития, но и для укрепления здоровья и для приобщения к традициям родного края.

Актуальность. Развитие физических качеств детей, укрепления здоровья, приобщение к культуре своего региона посредством использования якутских национальных видов спорта и игр.

Цель: Развитие физических качеств у детей подготовительного дошкольного возраста посредством использования якутских национальных видов спорта и игр.

Задачи:

1. Развивать физические качества детей: быстроту, силу, ловкость, гибкость.
2. Привить детям интерес к якутским национальным видам спорта.

Чтобы оценить результат работы в начале и в конце учебного года проводится учет физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста по программно-нормативным документам «физкультурный комплекс «Кэнчээри», для дошкольных образовательных учреждений РС(Я), который был учрежден учебно-методическим советом Министерство образования Республики Саха (Якутия) 2002 г.

Ожидаемые результаты.

Дети должны знать и уметь:

- Названия и виды якутских национальных видов спорта
- Правила соревнований,

- Правильно выполнять упражнения по якутским прыжкам
- соблюдать правила безопасности на занятиях по национальным видам спорта.
- Положительная динамика развития физических качеств.

План занятий на 2024-2025 уч. год

Содержание работы	Цель работы
Сентябрь	
Мониторинг «Кэнчээри», быстрота (бег 30 м), сила (метание набивного мяча), ловкость (челночный бег), гибкость.	Оценка физического развития детей в начале учебного года.
Беседа о национальных, спортивных играх. Ознакомить детей с видами прыжка ыстаныы, кылыы, куобах. Ознакомить с правилами безопасного поведения во время кружка «Игры Боотуров»	Привить интерес к национальным видам спорта;
Октябрь	
Национальные спортивные игры: Прыжки ыстаныы, кылыы, «Куобах», «Хомуур курэх»	Учить правильно выполнять технику выполнения: «Ыстаныы», «Кылыы», «Куобах». «Хомуур курэх»
Подвижные игры и упражнения имитирующие трудовую деятельность народов Якутии. - Ознакомление, беседа о трудовой деятельности народов Якутии: охота, рыбалка. - Имитационные упражнения охотников, рыбаков, - Подвижные игры: «Меткий охотник», «Ойбонтон уулаабын»	Поддерживать интерес к трудовой деятельности народов Якутии. Учить правилам подвижных игр.
Ноябрь	
- Национальные спортивные игры: «Ыстаныы», «Кылыы», «Куобах». - Якутские настольные игры: Хабылык, иэрэгэй	- Совершенствование техники выполнения упражнений: «Ыстаныы», «Кылыы», «Куобах». Развивать прыгучесть, точность движений, внимание.

	- Учить правила настольных игр: Хабылык, Иэрэгэй
Подвижные игры и упражнения имитирующие трудовую деятельность народов Якутии. - Подвижные игры: «Мунха», «Кустар, хаастар»	Учить правилам подвижных игр. Развивать быстроту, ловкость, меткость и координационные способности.
Декабрь	
- Перетягивания палки «Муэ былдьабыта». - Якутские настольные игры: Хабылык, иэрэгэй.	- Обучить детей правилам и технике перетягивания палки. - Развивать силу, точность движений, внимание. - Совершенствовать технику выполнения якутских настольных игр: Хабылык, иэрэгэй.
Подвижные игры: «Кутурук былдьабыта», «Следопыт»	Развитие координационных способностей, быстроту, ловкость, внимание.
Январь	
- Перетягивание палки «Муэ былдьабыта». - Прыжки через нарты - Якутские настольные игры: Хабылык, иэрэгэй.	- Совершенствовать технику выполнения перетягивания палки. Развивать силу, точность движений, внимание. - Ознакомить с правилами выполнения прыжка через нарты, обучить технике выполнения прыжка через нарты.
Подвижные игры: «Харах симсии», «Атах тэпсиитэ»,	Развивать быстроту, ловкость и координацию движения в пространстве.
Февраль	
- Прыжки через нарты. - Якутские настольные игры: Хабылык, иэрэгэй	- Совершенствовать технику выполнения прыжка через нарты. - Развить прыгучесть, выносливость, координацию движения, силу.
Подвижные игры: «Элиэ уонна чоппуска», «Халбас харата», «Меткий охотник»	-Обучить правилам игры. -Развитие быстроты, силы, ловкости и

	координационных способностей.
Март	
Прыжок «Куобах», Прыжки через нарты. - Якутские настольные игры: Хабылык, иэрэгэй.	Закрепление пройденной темы. Развитие физических качеств, координационных способностей, прыгучести.
Подвижная игра «Невод», «Петушиный бой» (Бетууктэи), «Плетение косичек».	Обучить правилам игры. Развить быстроту, ловкость, координационные способности.
Апрель	
- Прыжок ыстаны, куобах - Мониторинг «Кэнчээри», быстрота (бег 30 м), сила (метание набивного мяча), ловкость (челночный бег), гибкость.	- Закрепление пройденной темы. - Развитие физических качеств, координационных способностей, прыгучести.
Подвижные игры: «Следопыт», «Мунха», «Кустар хаастар», «Меткий охотник»	Развить быстроту, ловкость, меткость, координационные способности.