

Аннотация к ВУД “Национальные якутские игры” для 5-го класса

Направление: спортивно- оздоровительное

Класс: 5 (Всего 34 ч, 1ч. В неделю)

Руководитель: Егорова Т.Т.

Предусмотренные программой занятия могут проводиться как на базе одного отдельно взятого класса, так и в смешанных группах, состоящих из учащихся нескольких классов.

Работа в программе “Якутские народные игры” предполагают проведение игр, спортивных конкурсов и состязаний на площадках и в спортивном зале, используя разный спортивный инвентарь.

Программа рассчитана на 34 часа, предполагает как проведение регулярных еженедельных внеурочных занятий (в расчете на 1 час для каждого класса)

Содержание курса

1.Теоретическая подготовка

- 1) Влияние физических упражнений и организм человека. Гигиенические требования к занимающимся. Физическая культура и спорт.

2.Понятие о якутских народных играх.

- Что является подвижными, спортивными народными играми
- Техника безопасности при игре. Охрана здоровья и меры безопасности на занятиях.
 - Особенности проведения игр в спортивном зале на площадке
 - . Использование ориентиров, ограничивающих место проведения занятия. Звуковые сигналы. Использование спортивного инвентаря.

4 Физическая подготовка

- Выполнение комплексов ОФП, воздействующих на различные группы мышц
- . Выполнение специальных упражнений , использование спортивного инвентаря для развития физических качеств.
- Челночный бег, бег на короткие дистанции бег с ускорением. Прыжковые упражнения, упражнения на силу, гибкость, выносливость.

5.Игровая деятельность

- Игры передач и ловлей мяча. Настольные игры.
- Игры на улице. Игры на силу, гибкость.
- Выносливость. Игра на ловкость,
- . Игры на быстроты реакции.

6. Ознакомление правилами игры. Ознакомление с новыми правилами игры. Учитывая возрастные особенности и физическую подготовленность детей.

7 Ожидаемые результаты

- Ученик получить возможность научиться.: рассматривать народные игры как явление культуры, иметь целостное представление о народной культуре и традициях на материале народных игр и забав.; характеризовать содержательные основы ЗОЖ.;
- Раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью;
- Формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек.
- Руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- Использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
- взаимодействовать со сверстниками в условиях игры.

Библиографический список литературы

1. Федоров А.С. Народные игры и забавы Саха. – Якутск: Бичик. 2011г. Шамаев Н.К. Эдэр ыччаты эт-хаан сайдытыгар сахалыы ньымаларынан иитии. – Якутск: Сахаполиграф издат, 1994 с. П.Н. “Игры как основа народных видов спорта” Санк – Птербург: Филиал издательства “Просвещение” 2004г.
2. Нь. Шамаев Н.К. Эдэр ыччаты эт- хаан сайдытыгар сахалыы ньымаларынан иитии. – Якутск: Сахаполиграфиздат, 1994 с.
3. П.Н. Богун “Игра как основа национальных видов спорта” Санкт – Петербург Филиал издательства “Просвещение” 2004г.

Аннотация к вуд “Якутские национальные игры” для 6-го класса на 2019 -2020 учебный год

Направление: спортивно- оздоровительное

Класс: 6 (Всего 34 ч, 1ч. В неделю)

Руководитель: Егорова Т.Т.

Цели:

- привитие интереса к спорту и оздоровлению через якутские народные игры.
- Формирование целостных представлений о народной культуре и традициях у школьников на материале народных игр и забав;
- формирование физической культуры как составной части целостной культуры личности.

Задачи :

- Приобщать учащихся к духовным и культурным ценностям народа Саха;
- способствовать к использованию знаний для эффективной организации спортивной подготовки;
- способствовать стремлению учащихся вовлекать через игры в занятия спортом свое ближайшее окружение (семью, друзей, коллег и т. д.);
- развивать физические качества, координационные и кондиционные способности, - приобщать к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и подвижными играми.

Через национальные игры идет формирование универсальных учебных действий.

Личностные УУД

- В процессе игры активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями во время игр, состязаний;
- Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Содержание курса

1.Теоретическая подготовка

- 2) Влияние физических упражнений и организм человека. Гигиенические требования к занимающимся. Физическая культура и спорт.

2.Понятие о якутских народных играх.

Что является подвижными, спортивными народными играми

- Техника безопасности при игре. Охрана здоровья и меры безопасности на занятиях.
- Особенности проведения игр в спортивном зале на площадке
- . Использование ориентиров, ограничивающих место проведения занятия. Звуковые сигналы. Использование спортивного инвентаря.

4 Физическая подготовка

- Выполнение комплексов ОФП, воздействующих на различные группы мышц
- . Выполнение специальных упражнений , использование спортивного инвентаря для развития физических качеств.
- Челночный бег, бег на короткие дистанции бег с ускорением. Прыжковые упражнения, упражнения на силу, гибкость, выносливость.

5.Игровая деятельность

- Игры передач и ловлей мяча. Настольные игры.
- Игры на улице. Игры на силу, гибкость.
- Выносливость. Игра на ловкость,
- . Игры на быстроты реакции.

6. Ознакомление правилами игры. Ознакомление с новыми правилами игры. Учитывая возрастные особенности и физическую подготовленность детей.

7 Ожидаемые результаты

- Ученик получить возможность научиться.: рассматривать народные игры как явление культуры, иметь целостное представление о народной культуре и традициях на материале народных игр и забав.; характеризовать содержательные основы ЗОЖ.;
- Раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью;
- Формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек.
- Руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- Использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
- взаимодействовать со сверстниками в условиях игры.

Библиографический список литературы:

4. Федоров А.С. Народные игры и забавы Саха. – Якутск: Бичик. 2011г. Шамаев Н.К. Эдэр ыччаты эт-хаан сайдытыгар сахалыы ньымаларынан иитии. – Якутск: Сахаполиграф издат, 1994 с. П.Н. “Игры как основа народных видов спорта” Санк – Птербург: Филиал издательства “Просвещение” 2004г.
5. Нь. Шамаев Н.К. Эдэр ыфччаты эт- хаан сайдытыгар сахалыы ньымаларынан иитии. – Якутск: Сахаполиграфиздат, 1994 с.
6. П.Н. Богун “Игра как основа национальных видов спорта” Санкт – Петербург Филиал издательства “Просвещение” 2004г.