***Авторская программа***

**Городки.**

**Обучение детей дошкольного возраста игре в городки.**

Составитель:

**Копытова О.А.,**

воспитатель, инструктор по физической культуре,

высшей квалификационной категории

**Введение**

**Народные игры для детей. Городки.**

  Городки - старинная   народная   игра,   она   доступна и старшим дошкольникам. Для игры нужны палки-биты и  городки.   Для   детей   биты должны быть 50 - 70 см., городки – 12 - 20 см., сечение городка – 4 - 5 см. На земле чертят квадрат, стороны которого 1 - 1,5 м.,— это «город». На расстоянии 6 - 8 м. от города проводят линию (кон), с которой играющие начинают бросать биты. Городки в виде различных фигур расставляют на лицевой линии города. Каждый играющий получает две биты и бросает их одну за другой, стараясь выбить городки из города.

В начале игры биты бросают с кона, а затем, когда из фигуры выбьют хотя бы один городок, играющие подходят ближе и бросают биты с полукона (с расстояния 3 - 4 м.). После того как будут выбиты все городки фигуры, ставится новая фигура.

По правилам игры соблюдается определенное количество и порядок фигур. В игре дошкольников это не имеет значения. О количестве фигур дети договариваются перед игрой (их может быть 3 - 4). Наиболее интересны такие фигуры: колодец, самолет, пушка, забор, рак, козел, бочка. Выигрывает тот, кто выбьет городки всех фигур, совершив меньшее количество бросков бит. Детям 6 - 7 лет не рекомендуется играть подряд более 2 - 3 партий.

Детям нужно показать способы бросков биты. При бросании биты играющие становятся за линию кона лицом к городу. При броске правой рукой левую ногу ставят впереди, правую  -  на шаг сзади, носком наружу. При замахе тяжесть тела переносится на правую ногу. Вместе с броском биты происходит выпад левой ногой вперед, тяжесть тела переносится на левую ногу. При этом туловище энергично поворачивается в левую сторону. Бросать биту надо плавно, придавая ей медленное вращательное движение.

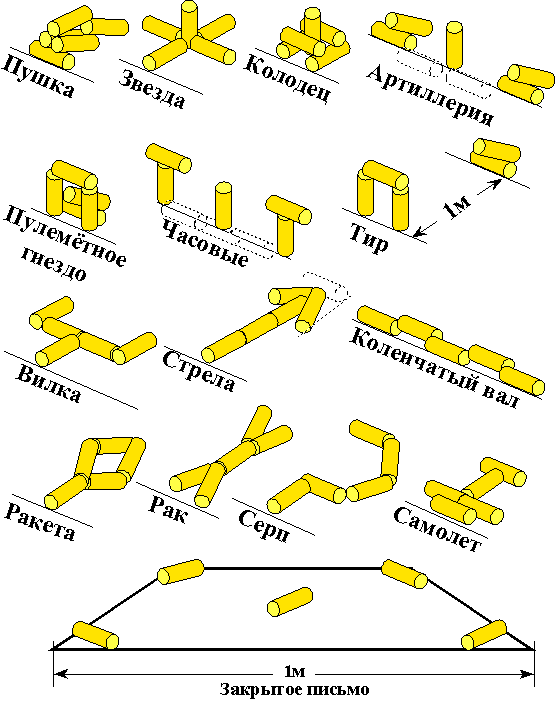
При устройстве площадки, где дети будут играть в городки, следует учесть, что место для игры в городки должно быть в стороне от других игровых площадок. Для задержания бит и во избежание несчастных случаев позади площадки (на расстоянии 3 м. от нее) ставится забор или сетка высотой не менее 1 м.

***Актуальность:***

Современный человек все больше страдает от гиподинамии – недостатка движений, – и эта болезнь уже распространилась на детей. Детская натура, правда, активно сопротивляется такому положению вещей, недаром  у детей любимое занятие – физкультурное. В дошкольных учреждениях много внимания уделяется умственной нагрузке, поскольку детей нужно готовить к школе. А ведь важная особенность детского воспитания — это формирование двигательных функций. Поэтому  я поставила перед собой двойную  задачу: не только создать ребенку возможность достаточно двигаться, но и научить его правильно двигаться, заложить основы физической культуры. Вторая задача подразумевает приобщение детей к спорту и здоровому образу жизни.

Поэтому, поднимаемый вопрос «Обучение детей старшего дошкольного возраста игре в «Городки», считаю актуальным, так как обучение детей спортивной игре  способствует развитию уровня основных движений, физических качеств: ловкость, быстрота, глазомер; способствует выносливости и силы; совершенствуется равновесие, координация движений и ориентировка в пространстве. Все это в совокупности способствует активному развитию, улучшению осанки, оздоровлению и приобщению к занятию спортом  и здоровому образу жизни.

Для игры нужны палки-биты и городки, из которых можно строить различные фигуры. На земле чертят квадрат, сторона которого равна длине биты. Суть игры состоит в том, нужно битой выбить из площадки (города) различные городошные фигуры. В начале игры биты бросают с кона (3-4м) в фигуры, дается несколько попыток (3-4). Наиболее интересны такие фигуры: колодец, самолет, звезда, пушка рак, бочка и т.д.



***Цель:*** развитие у детей старшего дошкольного возраста физических качеств и двигательных способностей: быстроты реакции, ловкости, силы, выносливости, глазомера, координационных особенностей, собранности, организованности, наблюдательности, определенной, доступной детям техники движений, быстрой двигательной реакции, воспитания у детей старшего дошкольного возраста положительного отношения к спорту и здоровому образу жизни.

***Задачи:***

* повысить двигательную активность детей, совершенствования умений и навыков, развития двигательных качеств, способностей, наклонностей и природных задатков;
* развивать инициативность, организаторские способности, самостоятельность, дисциплинированность (соблюдение правил игры, уважение соперника, подчинение личного успеха интересу коллектива);
* формировать  положительное отношение к физической культуре и спорту, а также потребность к самостоятельным занятиям, к здоровому образу жизни.

***Элементарные знания:***

* история возникновения игры;
* бита, городки, городошные фигуры;
* правила игры: город, кон, полукон;
* площадка для игры, основные части площадки;
* правила игры, безопасность.

***Нравственно-волевая подготовка:***

* познакомить с правилами поведения и взаимодействия в игре;
* развивать умения действовать в команде, помогать друг другу;
* обсудить, что нужно делать, чтобы быть сильным, ловким;
* рассказать, как сосредоточиться перед броском, как и когда удобнее бросить биту;
* показать возможные варианты выполнения бросков.

***Техника броска биты состоит из следующих элементов:***

- хват или держание биты за ручку;   
- исходное положение - стойка;   
- замах - отведение биты;   
- разгон биты;   
- выброс или финальное усиление.

Исходя из этого, обучение детей игре в «Городки» строится поэтапно и включает в себя следующие **виды работы:**

***Для детей старшей группы:***

Подготовительный период:

* диагностика, отбор детей по показанию врача;
* воспитание сознательного отношения к занятиям;
* познакомить с сущностью и правилами игры в «Городки»;
* воспитание  уважительного отношения к культуре родной страны.

Основной период:

* обучить навыкам принимать и фиксировать правильную стойку при броске биты;
* познакомить с 10 городошными фигурами;
* познакомить и разучить бросок биты локтевым, плечевым и комбинированным способом броска биты.

Заключительный:

* закрепление умений бросать биту тремя способами (локтевым, плечевым, комбинированным);
* закрепить знания городошных фигур («Заборчик», «Часовые», «Звезда») и их построение.

Тестирование каждого ребенка.

***Для детей подготовительной группы:***

Подготовительный период:

* тестирование каждого ребенка;
* закрепить правила игры в «Городки»;
* закрепить знание городошных фигур («Заборчик», «Часовые», «Звезда») и их построение;
* закрепить навыки принимать и фиксировать правильную стойку при броске биты тремя способами (локтевым, плечевым, комбинированным).

Основной период:

* познакомить с видами соревнований в «Городки» (личные; командные; лично-командные);  со способами проведения соревнований (из определённого количества партий; на выбивание; установленного количества фигур; по круговому способу; по способу с выбыванием; по смешанному способу);
* познакомить с правилами расположения рюх (городков) при выбивании битой (если городки сдвинутся с места по какой-либо причине раньше, чем их коснётся бита; если городки сдвинутся в результате сотрясения площадки (или от ветра) после броска; если после удара городок раскололся на две части или потерял цилиндрическую форму);
* познакомить с понятием  «выбитый и не выбитый городок»;
* познакомить с понятием «Потерянный бросок»;
* закрепить навыки принимать и фиксировать правильную стойку при броске биты тремя способами (локтевым, плечевым, комбинированным);
* познакомить с  городошными фигурами («пушка», «колодец», «артиллерия», «пулеметное гнездо»);

Заключительный:

* закрепление умений бросать биту тремя способами (локтевым, плечевым, комбинированным);
* закреплять знание  городошных фигур («пушка», «колодец», «артиллерия», «пулеметное гнездо») и их построение;
* познакомить с самой сложной фигурой «письмо»;

Тестирование каждого ребенка.

**Обучения игре «Городки» в старшей группе.**

***Цель:*** научить детей народной игре «Городки».

***Задачи:***

* развитие быстроты, ловкости;
* совершенствовать равновесие, координацию движений;
* развивать глазомер, укреплять мышцы спины и плечевого пояса;
* воспитывать у детей положительное отношение к народным играм;
* укреплять здоровье детей и вести здоровый образ жизни.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **период** | **месяц** | **неделя** | **задачи** |
| **подготовительный** | **сентябрь** | 1-4 | Диагностика, отбор детей по показанию врача. |
| **октябрь** | 1-2 | 1.Воспитание сознательного отношения к занятиям.  2.Проверить осанку в различных и.п. при выполнении упражнений.  3.Познакомить детей с народной спортивной игрой – «Городки». |
| 3-4 | 1.Воспитание сознательного отношения к занятиям.  2.Проверить осанку в различных и.п. при выполнении упражнений.  3.Познакомить с сущностью и правилами игры в «Городки».  4. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны и стран ближнего зарубежья. |
| **основной** | **ноябрь** | 1-2 | 1.Проверить осанку в различных и.п. при выполнении упражнений.  2.Обучить навыкам принимать и фиксировать правильную осанку.  3.Познакомить с 10 городошными фигурами. |
| 3-4 | 1.Проверить осанку в различных и.п. при выполнении упражнений.  2.Укрепление мышц верхнего плечевого пояса.  3.Познакомить со способами броска биты. |
| **декабрь** | 1-4 | 1.Следить за осанкой.  2.Развитие и укрепление мышц верхнего плечевого пояса.  3.Развитие глазомера.  4.Познакомить и разучить бросок биты локтевым способом. |
| **январь** | 1-4 | 1.Следить за осанкой.  2.Развитие и укрепление мышц верхнего плечевого пояса.  3.Развитие глазомера.  4.Закреплять навык  броска биты локтевым способом.  5.Познакомить с городошной фигурой «Заборчик». |
| **февраль** | 1-4 | 1.Следить за осанкой.  2.Развитие и укрепление мышц верхнего плечевого пояса.  3.Развитие глазомера.  4.Познакомить и разучить бросок биты плечевым способом. |
| **март** | 1-4 | 1.Следить за осанкой.  2.Развитие и укрепление мышц верхнего плечевого пояса.  3.Развитие глазомера.  4.Познакомить и разучить бросок биты плечевым способом.  5.Познакомить с городошной фигурой «Часовые». |
| **апрель** | 1-4 | 1.Следить за осанкой.  2.Развитие и укрепление мышц верхнего плечевого пояса.  3.Развитие глазомера.  4.Познакомить и разучить бросок биты комбинированным способом. |
| **май** | 1-4 | 1.Следить за осанкой.  2.Развитие и укрепление мышц верхнего плечевого пояса.  3.Развитие глазомера.  4.Познакомить и разучить бросок биты комбинированным способом.  5.Познакомить с городошной фигурой «Звезда». |
| **заключительный** | **июнь** | 1-2 | 1.Развитие и укрепление мышц верхнего плечевого пояса.  2.Развитие глазомера.  3.Закрепление умений бросать биту тремя способами (локтевым, плечевым, комбинированным).  4.Закрепить знания городошных фигур («Заборчик», «Часовые», «Звезда») и их построение. |
| 3-4 | Тестирование каждого ребенка. |

**Перспективный план кружковой работы**

**«Обучение игре городки»**

***Задачи:***

* закреплять навыки правильной ходьбы;
* закреплять умение бегать легко, естественно, ритмично, с хорошей осанкой;
* Закреплять умение правильно выполнять упражнение принимать правильное исходное положение;
* Учить выполнять движения в соответствии с заданным темпом, выдерживать ритм движения;
* познакомить с русской народной игрой городки, историей возникновения, развивать умение различать и строить фигуры;
* учить правильной стойке, действиям с битой, способами броска на дальность и в цель, показать важность правильность техники для достижения конечного результата;
* Развивать силу, координацию, глазомер.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | **Содержание** | **Занятия** | | | | | | | |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** |
| 1. | Ходьба: обычная, на носках, на пятках, на внешнем своде стопы. | + | + | + | + | + | + | + | + |
| 2. | Бег: обычный, стайкой, на носках | + | + | + | + | + | + | + | + |
| 3. | ОРУ без предметов | + | + | + | + | + | + | + | + |
| 4. | Упражнения с битами:  а) силачи  б) пропеллер  в) передай биту | + | + | + | + | + | + | + | + |
| 5. | Назови фигуру | + | + | + | + | + | + | + | + |
| 6. | Составь фигуру | + | + | + | + | + | + | + | + |
| 7. | Игра городки (выбивание одного городка) | + |  | + | + | + | + | + | + |
| 8. | Игра городки | + | + | + | + | + | + | + | + |
| 9. | Подвижная игра «Чья бита прокатиться дальше?» | + | + | + | + | + | + | + | + |
| 10. | Упражнение: пальчиковая гимнастика | + |  | + |  | + |  | + |  |
| 11. | Игра «возьми городок» | + | + | + | + | + | + | + | + |

**Занятие в старшей группе**

***Задачи:***

* познакомить детей с народной спортивной игрой – «Городки».
* проверить осанку в различных и.п. при выполнении упражнений;
* воспитание сознательного отношения к занятиям.

***Оборудование:***

4 биты, 10 рюх, мел, ориентиры.

***Предварительная работа:***

Рассказ педагога о старинной русской игре «Городки». Каждый народ богат играми. Они имеют многотысячелетнюю историю и сохранились до наших времен, передавались из поколения в поколение, вбирая в себя лучшие национальные традиции. Самыми популярными играми у русского народа являются «пятнашки», «горелки», городки, " Каша" и другие.

***Ход  занятия.***

***Вводная часть:***

Ходьба в колонне, ходьба выпадами, бег в умеренном темпе, ходьба. (2 мин.)

***Основная часть:***

***Общеразвивающие упражнения.***

1. Поднимание рук вперед.  
И. п.: о. с; руки вперед; и. п. (6 раз).

2. Наклоны туловища вперед.

И. п.: ноги расставлены, ступни параллельно; наклон вперед, не сгибая ноги в коленях; и. п. (8 раз).

3. Приседания.  
И. п.: о. с; присесть, спину держать ровно, руки на пояс; и. п. (6 раз).

4. Повороты туловища в стороны.

И. п.: ноги расставлены, ступни параллельно, руки на пояс; поворот вправо (влево); и. п. (8 раз).

5. Отведение рук назад.

И. п.: пятки вместе, носки врозь, руки вперед; отвести руки назад, свести лопатки; и. п. (8 раз).

6. Прыжки на месте в чередовании с ходьбой (10прыжков 2 раза).

7. Бег в умеренном темпе (45с) с переходом на ходьбу (2 повтора).

8. Дыхательное упражнение.

***Основные упражнения:***

***Игра в городки:*** Разделить детей на 2 команды. Начинать игру с «кона». Если выбит один городок, передвинуть и выбивать фигуру дальше с «полукона». Выбив одну фигуру можно продолжить игру, выбивая другую фигуру (опять с «кона»).

***«Попади в стрелу***»: Бросать биту в фигуру «стрелы». Разбитую фигуру построить, передать биту следующему игроку

***Подвижная игра: «Будь внимателен».*** Построение в колонну по одному. Ходьба друг за другом по площадке с перешагиванием через биты, бег врассыпную; по сигналу (зрительной ориентир — красный флажок) взять биту. Бит меньше, чем детей.

***Заключительная часть:***

***Игра малой подвижности: «Живые фигуры»***

Дети делятся на команды по 5 человек. Игровое задание: назвать и построить «живую» городошную фигуру по карте-схеме. 2 мин.

***Занятия проводятся с группой детей и индивидуально.***

Литература:

1. Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребен­ка: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.: Из­дательский центр «Академия», 2001. - 368 с. С. 245-246.
2. Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова «Играйте на здоровье». Программы, конспекты занятий, материалы для бесед, методика обучения. Москва «Издательский центр «Вентана-Граф» 2015г.
3. Материалы с просторов интернета.