

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Аян» с Самагалтай Тес-Хемского кожууна Республики
Тыва

Рассмотрена на заседании
Педагогического совета
«23» августа 2021 г
Протокол № 1


«УТВЕРЖДАЮ»
приказом от 23.08.2021 г №
Заведующий МАДОУ д/с «Аян»
С. В. Кунзет /Кунзет С. В/

**Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая)
программа**

Физкультурно-оздоровительной направленности

«Борьба-Хуреш - игра сильных»

Модульная, стартовая

Возраст обучающихся 5-7 лет

Срок реализации 1 год

Программа составлена на основе методики
Сергея Ооржака «Шуглуп оорен»

Автор составитель
Программы: Биче-оол Б.А.
Должность: инструктор по физическому воспитанию
Квалификационная категория: первая категория

Самагалтай
2021 г



Внутренняя экспертиза проведена. Программа рекомендована к рассмотрению на педагогическом совете.

Заведующий МАДОУ д/с «Аян» С.В. Кунзет /Кунзет С.В./
Старший воспитатель МАДОУ д/с «Аян» О.Х. Бурбу /Бурбу О.Х./

«23» 08 2021 г

Содержание.

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы	4
1.3. Содержание программы	4
1.4. Планируемый результат	5
Раздел 2 . комплекс организационно педагогических условий	6
2.1 Календарный учебный график	6
2.2 Условий реализации программы	6
2.3. Форма аттестации	6
2.4. Оценочные материалы	7
2.5. Методический материал	7
2.6. Календарный план	8
Раздел 3. Список литературы.	12

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Борьба Хуреш- игра сильных» имеет физкультурно – спортивную направленность.

Актуальность программы «Борьба хуреш - игра сильных» заключается в том, что для современного ДООУ важно не только проводить занятия по здоровьесберегающим технологиям, а создать единый процесс взаимодействия педагога и воспитанников, где гармонично переплетаются разные образовательные области, и благодаря этому, в итоге каждый ребенок получит представления о здоровье человека как главной ценности, которая необходима ему для полноценной жизни.

К числу наиболее актуальной проблемы относится работа по оздоровлению и физическому воспитанию детей, которая должна строиться на основе ведущей деятельности детей дошкольного возраста – игровой, а двигательно-игровая деятельность – это основа воспитания, оздоровления, развития и обучения детей дошкольного возраста.

Отличительные особенности программы, новизна.

К отличительным особенностям можно отнести физическое воспитание, укрепление здоровья человека, всестороннее развитие ребенка, также поднимает дух, облагораживает внутреннее настроение.

Программа построена на основе программы методики Сергея Ооржака «Шуглуп оорен».

Основные идеи программы, отличающие ее от существующие программ. Национальная борьба «Хуреш» - старинный, любимый тувинцами вид спорта. Она является неразделимой частью любого семейного, народного, религиозного праздников. Сама борьба как средство физического воспитания влияет на развитие физических качеств человека и богата техническими приемами, тактическими действиями.

Адресат программы

Программа адресовано к детям от 5-ти до 7-ми лет.

Дети 5-ти - 7-ми лет способны выполнять предлагаемые задание «Чая тудары», «Чартыктаары», «Мундурары», «Буттаары»

Программа адресовано мальчикам 5-ти - 7-ли лет.

Для обучения принимаются все желающие дети, кроме детей с ОВЗ и имеющие медицинское заключение.

Количество обучающихся до 15 детей.

Сроки объем освоения программы.

Объем программы 36 часа

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Форма обучения - очная.

Уровень программы – вводный, стартовый (ознакомительный), базовый

Особенности организации образовательного процесса.

Формы реализации программы - традиционная модель.

Организационная формы обучения. Занятия проводятся по подгруппам.

Состав группы обучающихся 8-15 детей.

Продолжительность одного академического часа- 30мин.

Общее количество часов в неделю 1 час.

Занятие проводится 1 раз неделю, 4 раза в месяц.

1.2. Цель и задачи программы.

Цели: укрепление физического и психического здоровья дошкольников, сохранение традиционной культуры тувинского народа.

Задачи:

Обучающие:

- Расширять представления дошкольников о национальном виде спорта тувинского народа о борьбе «Хуреш»;
- Познакомить детей со знаменитыми борцами Республики Тыва;
- Обучение технике исполнения «Танца орла» и приему борьбы «Хуреш»

Воспитательные:

- Воспитание патриотизма и любви к традициям и обычаям Тувы;
- Воспитывать чувство гордости и уважения к знаменитым борцам «Хуреш»;

Оздоровительные:

- Способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата;
- Формировать и закреплять навык правильной осанки;

Развивающие:

- Развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость;
- Формировать основы культуры здорового образа жизни.

1.3. Содержание программы;

Учебный план

N	Разделы	Количество часов			Форма аттестации
		Теория	практика	всего	
1	Начинающий	10	10	20	Показательное выступление
2	Основной	8	8	16	Соревнование
	Итого	18	18	36	Сертификаты

1.4. Планируемые результаты

По окончании года обучения воспитанники будут:

- уметь выполнять технику и тактику приёмов, захватов и стоек борьбы «Хуреш», технику ритуала «Девиг» («Танец орла»)

- знать элементарные сведения об истории национального вида спорта – борьбы «Хуреш»;

-знать название национальной спортивной одежды (кадыг идик, содак-шудак, тыва борт, шыва тон);

-узнавать 1-2-х знаменитых борцов своего села, района, республики;

-развиты физические качества: сила, быстрота, ловкость, выносливость, гибкость;

-участвовать в спортивных мероприятиях на уровне районных, республиканских и всероссийских соревнованиях;

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1. Календарный учебный график.

№	Дата начало занятий	Дата окончания и занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 полугодие	01 сентября 2021 г	31 декабря 2021 года	18	18	18	1 раз неделю по 30 мин
2 полугодие	10.01.2022 года	31.05.2022 года	20	20	20	

Сроки реализации количество учебных недель	Сроки реализации раздела, количество часов в неделю		Режим занятий
	Раздел 1 «Начинающий»	Раздел 2 «Основной»	
01.09.31.05 38 недель	01.09-31.12 30 мин неделю	10.01-31.05 30 мин неделю	1 занятие по 30 мин

2.2. Условие реализации программы.

Учебное помещение соответствует требованиям санитарных норм и правил, установленных Санитарными правилами (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи").

Материально-техническое обеспечение.

Для реализации программы «Хуреш» в помещении для проведения занятий имеются борцовские ковры, на детях будет национальная одежда тувинских борцов - содак, шудак;

Перечень технических средств обучения - проектор, музыкальный центр;

Требование специальной одежды воспитанникам – содак, шудак.

2.3. Формы аттестации

Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» (ст.75) и приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. №196 «Об утверждении порядка организации и осуществления деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

проведение *итоговой аттестации* по дополнительным общеразвивающим программам *не предусмотрено*.

Формы аттестации - соревнование.

Текущий контроль включает следующие работы; соревнование, турнир.

2.4. Методические материалы.

Методические материалы включает себя;

Методы обучения - беседа, наблюдение, показ, постановка, иллюстрация, дидактические наглядные материалы.

Активные и интерактивные методы: педагогические, здоровьесберегающие, социальные

Описание форм учебных занятий.

по особенностям коммуникативного взаимодействия - беседа, практикум, соревнование;

по дидактической цели - вводное занятие, занятие по углублению знаний, практическое занятие, занятие по систематизации и обобщению знаний, по контролю знаний, умений и навыков, комбинированные формы занятий).

перечень дидактических материалов - раздаточные материалы, инструкционные, технологические карты, задания, упражнения, образцы изделий и т.п.;

2.5. Методические материалы.

№ п/п	Название раздела темы	Материально-техническое оснащение, дидактико-методический материал	Формы и методы приемы обучения. Педагогические технологии	Формы учебного занятия	Формы контроля аттест
1	Просмотр видеофильма «Хуреш»	Телевизор	Показ Специальные технологии	Вводное занятие	
2	Беседа с детьми о борьбе «Хуреш»	Проектор	Показ специальные технологии	Вводное занятие	
3	Техники безопасности	Проектор	Беседа	Вводное занятие	
4	Познакомить детей с формой (содак шуудак,	Проектор	Беседа	Вводное занятие	

	тыва идик, тыва тон тыва борт) борца				
5	Познакомить детей с музыкой «Догээ баары» и видами танца Орла	Музыкальный центр	Беседа	Вводное часть	
6	Знаменитые борцы Тувы	Проектор	Беседа	Вводное часть	
7	Разучивание танца «Орла»	Проектор	Показ	Вводное часть	
8	Стойка борцов	Проектор	Показ	Вводное часть	
9	Прием «чая тудары»	Телевизор	Показ	Основной часть	
10	Прием «Дегелээри»	Телевизор	Показ	Основной часть	
11	Прием «Мундурары»	Телевизор	Показ	Вводный часть	
12	Прием «Бутаары»	Телевизор	Показ	Вводный часть	
13	Прием «Чартыктаары»	Телевизор	Показ	Вводный часть	
14	Прием «Балдырлаары»	Телевизор	Показ	Вводный часть	
15	Прием «Доза девери»	Телевизор	Показ	Вводный часть	
16	Прием «Донмектээри»	Телевизор	Показ	Вводный часть	
17	Прием «Кустуктур шелери»	Телевизор	Показ	Вводный часть	

2.6. Календарный план воспитательной работы

№ пп	Название мероприятия, события	Форма проведения	Сроки проведения
1	«Хуреш» посвященный ко дню Отца	соревнование	Ноябрь
2	«Наши армии	Соревнование	Февраль

	сильна»		
3	«Шаг чаагай -Шагаа чаагай»	Соревнование	Февраль
4	«День победы»	Соревнование	Май

3.Список литературы:

1. Федеральный закон от 29.12.12 г. №-273-ФЗ «Об образовании в РФ».
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ».
3. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 г (распоряжение Правительства РФ от 25 мая 2015 №996-р)
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее - Порядок)
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019года № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (далее – Целевая модель)
6. Ооржак С. О. Знаменитые борцы Тувы. Кызыл: Тувинское книжное издательство, 2005.-171с.
7. В. Чадамба. 100чылдын моголери. Кызыл: Республиканская типография, 2000.-126с.
8. Ооржак С. О. Шуглуп оорен. Кызыл: Республиканская типография, 1990.-79с.
9. В. Кривдик. Эзир саамы. Таней орла. Кызыл: МП «Новости Тувы», 1992,-125с.
- 10.«Программа для борцов хурешистов 1-2 годов обучения и группах начальной подготовки (ИП) и 1-2 годов обучения в учебно-тренировочных (УТГ) группах подготовки вспортивных школах, коллективах физкультуры»
11. Спортивный журнал «Хуреш».
- 12.Газета «Шын».
- 13.Научно-популярный и методический журнал «Башкы
- 14.Иргит Самбуу «Тыва оюннар» Кызыл 1992 стр. 36.

Календарный учебный график.

№ п/п	Дата	Время проведения занятия	Форма занятия	Колво часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	05.10.21	15:30	Вводное	30 мин	Просмотр видеофильма «Хуреш»	Игровой зал	Наблюдение
2	12.10.21 г	15:30	Вводное	30 мин	Беседа с детьми о борьбе «Хуреш»	Игровой зал	Наблюдение
3	19.10.21 г	15:30	Вводное	30 мин	Техники безопасности	Игровой зал	Наблюдение
4	26.10.21 г	15:30	Вводное	30 мин	Познакомить детей с формой «Содак шуудак, тыва идик, тыва борт»	Игровой зал	Наблюдение
5	02.11.21 г	15:30	Вводное	30 мин	Познакомить детей с музыкой «Догээ баары»	Игровой зал	Наблюдение
6	09.11.21 г	15:30	Вводное	30 мин	Ознакомление знаменитных борцов РТ (презентация)	Игровой зал	Наблюдение
7	16.11.21 г	15:30	Вводное	30 мин	Разучивание танца орла	Игровой зал	Наблюдение
8	23.11.21 г	15:30	Вводное	30 мин	Стойка борцов	Игровой зал	Наблюдение
9	30.11.21 г	15:30	Вводное	30 мин	Прием «Чая-тудары»	Игровой зал	Наблюдение

10	07.12.2 1 г	15:30	Вводное	30 мин	Повторение	Игровой зал	Наблюдение
11	14.12.2 1 г	15:30	Вводное	30 мин	Прием «Дегелээри»	Игровой зал	Наблюдение
12	21.12.2 1 г	15:30	Вводное	30 мин	Повторение	Игровой зал	Наблюдение
13	11.01.2 1 г	15:30	Вводное	30 мин	Прием «мундуарары»	Игровой зал	Наблюдение
14	18.01.2 1 г	15:30	Вводное	30 мин	Повторение	Игровой зал	Наблюдение
15	25.01.2 1 г	15:30	Вводное	30 мин	«Бутгаары»	Игровой зал	Наблюдение
16	01.02.2 2 г	15:30	Вводное	30 мин	Прием «Чартыктаары»	Игровой зал	Наблюдение
17	08.02.2 2 г	15:30	Вводное	30 мин	Повторение	Игровой зал	Наблюдение
18	15.02.2 2 г	15:30	Вводное	30 мин	Подготовка к соревнованию и национальный праздник «Шагаа»	Игровой зал	Наблюдение
19	22.02.2 2 г	15:30	Вводное	30 мин	Соревнование «Шагаа»	Игровой зал	Наблюдение
20	01.03.2 2 г	15:30	Вводное	30 мин	Прием «Балдырлаары»	Игровой зал	Наблюдение
21	09.03.2 2 г	15:30	Вводное	30 мин	Повторение	Игровой зал	Наблюдение
22	15.03.2 2	15:30	Вводное	30 мин	Прием «Доза девери»	Игровой зал	Наблюдение
23	22.02.2 2.	15:30	Вводное	30 мин	Повторение	Игровой зал	Наблюдение
24	05.04.2 2 г	15:30	Вводное	30 мин	Прием «Донмектээри»	Игровой зал	Наблюдение
25	12.04.2 2 г	15:30	Вводное	30 мин	Повторение	Игровой зал	Наблюдение
26	19.04.2	15:30	Вводное	30	Кустуктур	Игровой	Наблюдение

	2		ое	мин	шелери	зал	ие
27	26.04.2 2 г	15:30	Вводн ое	30 мин	Повторение	Игровой зал	Наблюден ие
28	17.05.2 2.	15:30	Вводн ое	30 мин	Повторение всех приемов. Подготовка к соревнование по борьбе «Хуреш» честь праздновани и ко дню защиты детей 1 июня.	Игровой зал	Наблюден ие.