

Управление образования городского округа «Город Йошкар – Ола»
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 2 г. Йошкар – Олы «Облачко»

ПРИНЯТО:

Педагогическим советом
МБДОУ д/с № 2 «Облачко»
от _____ 20____ г.
№ _____

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 2
«Облачко»
_____ А.А. Лыжина

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Веселые моторчики»

(развитие мелкой и крупной моторики в игре)

Направленность программы: социально – гуманитарная

Уровень программы: базовый

Категория и возраст обучающихся: дети дошкольного возраста от 2 до 7 лет, воспитанники МБДОУ «Детский сад № 2 «Облачко»

Срок освоения программы: 5 лет

Объем часов: 34 часа

Разработчик: Лебедева Т.А., старший воспитатель

г. Йошкар – Ола

2018

Содержание

1.	Комплекс основных характеристик образования	
	Общая характеристика программы	
1.1.	Цель и задачи программы	
1.2.	Объем программы	
1.3.	Содержание программы	
1.4.	Планируемые результаты	
1.5.		
2	Комплекс организационно-педагогических условий	
2.1.	Учебный план	
2.2.	Календарный учебный график	
2.3.	Перспективное тематическое планирование на учебный год	
2.4.	Формы, порядок текущего контроля	
2.5.	Оценочные материалы	
	Список литературы и электронных источников	

1.1. Общая характеристика программы

Одной из особенностей развития ребенка дошкольного возраста является естественная потребность в движениях. Биологическая потребность в движениях свойственна всем детям, а ее количественные характеристики зависят от уровня физической подготовленности ребенка, типа высшей нервной деятельности, пола, возраста, времени года, климатических условий, телосложения и функциональных возможностей растущего организма. В дошкольном возрасте связь между физическим и психическим развитием более тесная и крепкая, чем в дальнейшие периоды жизни.

Физкультурно-оздоровительные занятия являются важнейшей составляющей образа жизни и поведения детей. Формирующее влияние разнообразных средств физической культуры на совершенствование систем и развития функций растущего организма в наибольшей степени проявляется в дошкольном возрасте.

Дошкольный возраст характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития. Повышается активность ребёнка, усиливается её целенаправленность

Здоровье дошкольников – важный вопрос, именно в этом возрасте внимание врачей, педагогов и, разумеется, родителей, должно быть сосредоточено на сохранение и укрепление физического и психологического здоровья детей.

А разнообразные действия руками, пальчиковые игры стимулируют процесс речевого и умственного развития ребенка, так как развитие руки находится в тесной связи с развитием речи и мышления ребенка. Мелкая моторика рук также взаимодействует с такими высшими свойствами сознания, как внимание, мышление.

Развитие навыков мелкой моторики важно еще и потому, что вся дальнейшая жизнь ребенка требует использования точных, координированных движений кистей и пальцев, которые необходимы, чтобы одеваться, рисовать и писать, а также выполнять множество разнообразных бытовых и учебных действий.

Среди основных видов гимнастик, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей, особого внимания заслуживает дыхательная гимнастика.

Дыхание является важнейшей функцией организма. Важное место в физической культуре занимают специальные дыхательные упражнения. Правильное дыхание регулирует состояние нервной системы человека. Кроме того, дыхательные упражнения просто необходимы детям, довольно часто болеющим простудными заболеваниями. Дыхательная гимнастика способствует повышению общего жизненного тонуса ребёнка, сопротивляемости, закалённости и устойчивости его организма к заболеваниям дыхательной системы.

Именно в дошкольном возрасте необходимо закладывать основы ЗОЖ, так как именно в этот период накапливаются яркие, образные, эмоциональные впечатления; закладывается фундамент правильного отношения к своему здоровью.

В настоящее время в связи с совершенствованием процессов воспитания и обучения в детском саду, с внедрением федеральных государственных

Программа разработана с учетом возраста детей, их интеллектуального и психического развития, осознания необходимости вести здоровый образ жизни и укрепить свое здоровье и объединяет в себе комплексы общеразвивающих упражнений, элементы стретчинга, игротоники, дыхательных упражнений и пальчиковой гимнастики.

Направленность программы: социально-гуманитарная

Адресат программы: дети дошкольного возраста, являющиеся воспитанниками МБДОУ «Детский сад № 2 «Облачко»

Форма обучения: очная

Условия реализации программы

Занятия должны проводиться в помещении с хорошим освещением и вентиляцией. Для занятий необходимо физкультурно-оздоровительное оборудование (мячи разных размеров, массажные мячи, гимнастические палки, коврики, мягкие модули, дуги для подлезания, скакалки, для профилактики плоскостопия: массажные коврики, ребристые дорожки, для музыкального сопровождения: музыкальный центр).

Первый год обучения (вторая группа раннего возраста)

Обучение простым упражнениям, ритмическим танцам, самомассажу. Создание первоначальных представлений о технике выполняемых упражнений. Первоначальные знания о здоровом образе жизни. Обучение выполнению упражнений под музыкальное сопровождение.

Второй и третий год обучения (средняя и старшая группа)

Обучение упражнениям, ритмическим танцам, самомассажу. Создание первоначальных представлений о технике выполняемых упражнений. Усложнение знакомых упражнений за счёт увеличения количества повторений, временного параметра и усложнённого варианта выполнения. Закрепление первоначальных знаний о здоровом образе жизни. Продолжение выполнения упражнений под музыкальное сопровождение.

Четвертый год обучения (подготовительная к школе группа)

Усложнение знакомых упражнений за счёт увеличения количества повторений, временного параметра и усложнённого варианта выполнения. Закрепление первоначальных знаний о здоровом образе жизни. Продолжение выполнения упражнений под музыкальное сопровождение. Обучение командным играм, эстафетам.

Игровые занятия проводятся в групповой комнате с детьми раннего и младшего дошкольного возраста, в музыкальном зале с детьми среднего и старшего дошкольного возраста под музыкальное сопровождение, с использованием спортивного оборудования.

Занятия включают в себя:

- элементы ритмопластики (танцевальные и игровые упражнения).

- различные упражнения, направленные на укрепление детского организма.
- общеразвивающие упражнения (укрепление осанки, профилактика плоскостопия);
- упражнения для развития органов дыхания;
- гимнастические упражнения (развитие гибкости);
- упражнения для развития мелкой моторики.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: развитие крупной и мелкой моторики у детей дошкольного возраста в игре;

Задачи:

- Укрепить здоровье воспитанников(способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата; формировать правильную осанку; содействовать профилактике плоскостопия)
- Совершенствовать психомоторные способности дошкольников: (развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности; содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой)
- Развивать и функционально совершенствовать органы дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистую и нервную системы организма.
- Создавать условия для положительного психоэмоционального состояния детей.
- Воспитывать умение эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движении.
- Развивать мелкую моторику

1.3. Объем программы

Программа рассчитана на 9 месяцев обучения дошкольников. Занятия проводятся 1 раз в неделю в соответствии с расписанием. Всего 34 занятия.

Основная форма занятий – подгрупповая.

Для успешной реализации программы формируется группа не более 15 человек.

1.4. Содержание программы

Программа основана на игровых методах, которые являются ведущими методами обучения в дошкольном возрасте и эффективным способом, помогающим добиться максимальной заинтересованности, активности и концентрации внимания. Структура занятий разработана в соответствии с требованиями физиологии и гигиены физических упражнений и обусловлена закономерностями работоспособности и утомляемости организма ребёнка при физических нагрузках. Части занятия естественно переходят одна в другую.

Вводная часть.

Подготовка организма ребёнка к выполнению более сложных упражнений основной части: различные виды ходьбы, бега, прохождение полосы препятствий под ритмичную музыку, игротанцы, короткие игровые задания.

(Продолжительность 7 минут)

Основная часть.

Обучение новым упражнениям, закрепление пройденного материала: ритмические танцы, упражнения на ковриках (стретчинг, упражнения с предметами, подвижные и музыкально-ритмические игры, пальчиковая гимнастика)

Структура основной части занятия зависит от направленности и задач занятия. (Продолжительность 15 минут)

Заключительная часть

Упражнения для релаксации: пластические этюды, дыхательные упражнения, самомассаж.

(Продолжительность 8 минут)

1.5. Планируемые результаты

Предполагаемые результаты к концу курса:

- Развитие опорно-двигательного аппарата.
- Формирование правильной осанки.
- Развитие и функциональное совершенствование органов дыхания, кровообращения, сердечно - сосудистой системы, нервной системы.
- Совершенствование психомоторных способностей детей.

- Формирование мышечной силы.
- Развитие функции равновесия, вестибулярной устойчивости.
- Развитие внимания, памяти.
- Повышение интереса к занятиям физической культурой.

2. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1. Учебный план

№	Базовая часть	Вторая группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
	<u>«Веселые моторчики»</u>	Практические занятия (количество часов)				
		34	34	34	34	34

2.2. Календарный учебный график

Календарный учебный график второй группы раннего возраста «Ромашка»

№п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество занятий	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь			Очная	4		Групповая комната	Итоговое занятие
2	Октябрь			Очная	4		Групповая комната	Итоговое занятие
3	Ноябрь			Очная	4		Групповая комната	Итоговое занятие
4	Декабрь			Очная	4		Групповая комната	Итоговое занятие
5	Январь			Очная	3		Групповая комната	Итоговое занятие
6	Февраль			Очная	4		Групповая комната	Итоговое занятие
7	Март			Очная	4		Групповая комната	Итоговое занятие
8	Апрель			Очная	4		Групповая комната	Итоговое занятие
9	Май			Очная	3		Групповая комната	Итоговое занятие

Календарный учебный график второй группы раннего возраста «Василек»

№п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество занятий	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь			Очная	4		Групповая комната	Итоговое занятие
2	Октябрь			Очная	4		Групповая комната	Итоговое занятие

3	Ноябрь			Очная	4		Групповая комната	Итоговое занятие
4	Декабрь			Очная	4		Групповая комната	Итоговое занятие
5	Январь			Очная	3		Групповая комната	Итоговое занятие
6	Февраль			Очная	4		Групповая комната	Итоговое занятие
7	Март			Очная	4		Групповая комната	Итоговое занятие
8	Апрель			Очная	4		Групповая комната	Итоговое занятие
9	Май			Очная	3		Групповая комната	Итоговое занятие

Календарный учебный график младшей группы «Колокольчик»

№п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество занятий	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь			Очная	4		Групповая комната	Итоговое занятие
2	Октябрь			Очная	4		Групповая комната	Итоговое занятие
3	Ноябрь			Очная	4		Групповая комната	Итоговое занятие
4	Декабрь			Очная	4		Групповая комната	Итоговое занятие
5	Январь			Очная	3		Групповая комната	Итоговое занятие
6	Февраль			Очная	4		Групповая комната	Итоговое занятие
7	Март			Очная	4		Групповая комната	Итоговое занятие
8	Апрель			Очная	4		Групповая комната	Итоговое занятие
9	Май			Очная	3		Групповая комната	Итоговое занятие

Календарный учебный график младшей группы «Ручеек»

№п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество занятий	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
2	Октябрь			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
3	Ноябрь			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
4	Декабрь			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
5	Январь			Очная	3		Музыкальный зал	Итоговое занятие

6	Февраль			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
7	Март			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
8	Апрель			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
9	Май			Очная	3		Музыкальный зал	Итоговое занятие

Календарный учебный график средней группы «Капелька»

№п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество занятий	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
2	Октябрь			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
3	Ноябрь			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
4	Декабрь			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
5	Январь			Очная	3		Музыкальный зал	Итоговое занятие
6	Февраль			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
7	Март			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
8	Апрель			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
9	Май			Очная	3		Музыкальный зал	Итоговое занятие

Календарный учебный график старшей группы «Радуга»

№п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество занятий	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
2	Октябрь			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
3	Ноябрь			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
4	Декабрь			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
5	Январь			Очная	3		Музыкальный зал	Итоговое занятие
6	Февраль			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие

7	Март			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
8	Апрель			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
9	Май			Очная	3		Музыкальный зал	Итоговое занятие

**Календарный учебный график подготовительной к школе группы
«Росинка»**

№п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество занятий	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
2	Октябрь			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
3	Ноябрь			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
4	Декабрь			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
5	Январь			Очная	3		Музыкальный зал	Итоговое занятие
6	Февраль			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
7	Март			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
8	Апрель			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
9	Май			Очная	3		Музыкальный зал	Итоговое занятие

**Календарный учебный график подготовительной к школе группы
«Капитошка»**

№п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество занятий	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
2	Октябрь			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
3	Ноябрь			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
4	Декабрь			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
5	Январь			Очная	3		Музыкальный зал	Итоговое занятие
6	Февраль			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
7	Март			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие

8	Апрель			Очная	4		Музыкальный зал	Итоговое занятие
9	Май			Очная	3		Музыкальный зал	Итоговое занятие