

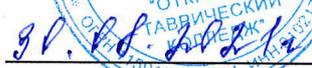
АНО «ПОО» «Открытый Таврический колледж»

УТВЕРЖДАЮ

Директор АНО «ПОО» «Открытый
Таврический колледж»

 Г.П.Узунова

Протокол педагогического совета от

 № 1

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Игры для здоровья»**

Разработчик: Юнус Л.Э.

Возраст детей: 3-4 года

Срок реализации: 4 года

Симферополь, 2021 г.

Пояснительная записка

Здоровье, как основа жизнедеятельности ребенка представляет собой целостное многоуровневое состояние, включающее в себя соматические, психические, социальные, нравственные и педагогические компоненты. На соматическом, психическом, педагогическом и социальном уровне обеспечение жизнедеятельности происходит посредством двух основополагающих механизмов – *сохранение здоровья и повышение его резервов*. Огромное значение в обеспечении здоровья имеет педагогический компонент, сущность которого состоит в *формировании у ребенка здорового образа жизни*. Происходит это в процессе физического и ритмического воспитания детей.

И, конечно, в этом помогут правильно подобранные игры.

Игра занимает огромное место в жизни дошкольника. Ребенок, играя, познает окружающий мир и готовится к жизни, труду.

Важнейший результат игры - радость, удовлетворение, эмоциональный подъем. Положительные эмоции стимулируют деятельность всех основных систем организма ребенка, всесторонне развивают его и оздоравливают.

Программа «**Игры для здоровья**» представляет собой тщательно подобранные и четко структурированные комплексы игр, в ходе которых развиваются физические и психические функции ребёнка. Занятия по данной программе доставят немало удовольствия детям благодаря обилию подвижных игр и заданий, сюжетной тематике и эмоционально комфортной обстановке.

1. Цель и задачи программы:

Цель программы: способствовать гармоничному психическому и физическому развитию ребёнка через игровую деятельность подвижного характера (подвижные игры, пальчиковые игры, музыкальные игры, ритмические игры, речевые игры).

Задачи программы:

- Развивать двигательную активность разных групп мышц, навыки основных видов движений;
- Формировать моторные функции (произвольную направленность), координацию движений и двигательную память;
- Развивать и совершенствовать психические функции: память, внимание, мышление, творческие задатки;

- Работать над развитием чувства ритма в речи, моторике и музыке;
- Воспитывать вежливость и взаимоуважение в детском коллективе;
- Вызвать и поддерживать интерес к физическим нагрузкам и игре;
- Способствовать эмоциональному комфорту каждого ребёнка и группы в целом.

2. Планирование и содержание работы:

Программа «Игры для здоровья» предназначена для работы с детьми, начиная с 3 лет на протяжении учебного года, 1 раз в неделю. Продолжительность занятий – 15 минут.

2.1 Календарный план:

Месяц	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь
Кол-во занятий в месяц	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4

Кол-во занятий в год : 40

2.2 Учебно-тематический план:

Виды и приблизительный материал игр

№ п./п.	Пальчиковые игры:	Речевые игры:	Подвижные игры:	К-во часов
1	«Ладушки», «Маленькая мышка», «Часики»	«Эхо», «Подскажи словечко», «Часики»	«Большие ноги и маленькие ножки» «Вот мы едем, едем...»	4
2	«Перчатка», «Петушок», «Весёлая мышка»	«Ну-ка, повторяй-ка», «Быстро и медленно»	«Прыг и скок», «Прятки с колокольчиками»	4
3	«Вот весёлый человечек...», «Мальчик-с-пальчик»	«Громко и тихо», «Вспомни и скажи...»	«Все на ножки», «Едет-едет на коне...»	4
4	«В машине»,	«Носик, где	«Мороз и дети»,	4

	«Маленькая Катя...»	ты?», «Ветер дует» «Мороз»	«Согревалочка»	
5	«Сороконожка», «10 серых зайцев», «Эта звездочка горит...»	«Тук, ток, молоток», «Вьюга пела и плясала...»	«Медвежата», «Зайки на лужайке»	4
6	«Червячок», «Котята и щенок», «Чашечка»	«Говорящие игрушки» «Раз и два...»	«Хоровод», «Золотая рыбка», «Жуки»	4
7	«Поросята», «Апельсин», «Замок»	«Свет мой, зеркальце» «Драм, дрым, дром»	«Колокольчик», «У медведя во бору»	4
8	«Вот лягушки», «Рыбки»,	«Кукушка», «Фруктовая история» «Мы – жуки»	«Принцесса», «Кошки-мышки»	4
9	«Улитка», «Пчёлки», «Лесенка»	«Считалочка», «Цветочная история» «Ой, зайныка»	«Если весело живётся, делай так...» «По ниточке, по ниточке...»	4
10	«Пять маленьких мартышек», «Наш утёнок: кря-кря»	«Привет, солнце», «Высоко и низко» «Травушка-муравушка»	«Весёлый колобок», «Ходим-ходим-ходим стоп...»	4

В основе программы «Игры для здоровья» лежит методика музыкально-ритмического воспитания детей 0-7 лет Екатерины и Сергея Железновых: «Весёлые уроки» ритмики, ритмические игры «Топ-топ, хлоп-хлоп», «Горелки», «Золотые ворота» и «Игры для здоровья». Методическую основу дополняют элементы методики развивающих игр для детей Дж.Силберг: «Подвижные игры», «Игры во дворе», «Музыкальные игры», «Игры-сказки», «Игры с плюшевыми зверятами», «Игры на переключение внимания». Речевые игры и приёмы логоритмики заимствованы у автора О.Новиковской «Логоритмика» и Т.Б.Макшанцевой «Скворушка»-сборник речевых игр.

Структура программы отражает наращивание сложности заданий от начала к концу.

2.3 Виды деятельности на занятиях:

1. *Разминка.* Вводит детей в атмосферу занятия, дисциплинирует, подготавливает к нагрузке разные группы мышц.
2. *Речевые игры.* Способствуют развитию речевой моторики, ритмики речи, слухового внимания, пополнению словаря и укреплению мышц артикуляционно-речевого аппарата.
3. *Пальчиковые игры.* Развивают тактильную чувствительность и мелкую моторику пальцев рук, зрительную и двигательную память.
4. *Подвижные игры.* Формируют навыки общения, взаимоуважения, чувство команды, развивают творческое воображение и совершенствуют навыки перевоплощения.
5. *Заключительная разминка.* Служит завершающим этапом - переходным моментом от активных действий к успокоению и подведению итогов занятия.

2.4 Навыки и умения, развиваемые на занятиях:

I . Моторное развитие ребёнка.

- осознание границ своего тела, совершенствование пространственных представлений (выше, ниже, направо, налево и др.)
- регуляция мышечного тонуса,
- развитие силы, гибкости, ловкости,
- развитие двигательной памяти.

II . Ритмическое развитие.

- Развитие памяти, слухового внимания (слышать, запоминать, различать ритм), ритмики речи.
- Умение двигаться в соответствии с музыкальным ритмом, под ритм счёта, ударов в бубен. Подчинять речь заданному ритму, темпу и динамике.

III . Речевое развитие.

- Развитие навыка речевой моторики, чёткости и выразительности речи.
- Работа над просодикой речи
- Пополнение словаря.

IV. Развитие творческих задатков и эстетическое воспитание.

- Формирование эстетического вкуса ребёнка на основе знакомства с играми и музыкой различного характера (игривая, маршевая, монотонная, бодрая, таинственная, печальная и др.), а также эстетики движений, осанки,
- Выявление индивидуальности ребёнка на основе предпочтений в музыке, играх, сюжетах («художественный вкус»).
- Развитие артистизма, навыка перевоплощения и музыкально-ритмических способностей.

V. Работа над культурой речи, общения и поведения.

- Содействие в развитии навыков вежливости, взаимоуважения, дружелюбности.
- Воспитание командных качеств в игре.
- Воспитание бережного отношения к игрушкам и оборудованию.

2.5 Требования к умениям ребёнка :

- Уметь повторять за педагогом и отражать ритм движений и слов,
- Уметь сосредоточиться на выполнении конкретной задачи,
- Проявлять знание последовательности элементов разученных игр,
- Уметь контролировать свой мышечный тонус (собраться, расслабиться...),
- Координировать движения рук и ног,
- Выполнять манипуляции с предметами и игрушками в ритме, заданном игрой.
- Действовать дружно и по очереди, не перебивая партнёра по игре.

Краткие методические указания.

1. Требования к помещению для проведения занятий: простор, уют, хорошее освещение, проветриваемость, оснащение аудиоаппаратурой.
2. Форма для занятий. Свободная, не стесняющая движений трикотажная одежда, удобная обувь на резиновой подошве (чешки).
3. Оборудование: игрушки – куклы, мягкие игрушки (по количеству детей в группе), обручи, палочки, мячи.

Примерный план занятия детей 3-4 лет

(Время занятия - 15 минут)

- | | |
|---|---------|
| ▪ Марш-разминка | 1-2мин. |
| ▪ Разучивание и закрепление речевых игр | 3-5мин. |
| ▪ Пальчиковые игры | 2-3мин. |
| ▪ Подвижные и музыкально-ритмические игры. | 4-5мин. |
| ▪ Заключительная маршировка, итоги занятия. | 2-3мин |

Список литературы:

1. Баркан. А.И. Ребёнок в детском саду, М: 2018;
2. Волкова Г.А. Логопедическая ритмика, М:2016;
3. Новиковская О.А. Логоритмика; М: 2018;
4. Оганесяс А.К. Логоритмика ; М.С.Г.И, 2017;
5. Тимофеева.Е.Ю, Чернова Е.И, Пальчиковая гимнастика; С-Пб:2016;
6. Макшанцева Е.Д. Скворушка – сборник речевых игр: М: 2018;
7. Силберг Дж., Игры на развитие воображения, Игры во дворе, Подвижные игры, Игры-сказки, Музыкальные игры, Игры с плюшевыми зверятами, Игры на переключение внимания, Тихие игры, Игры в доме; Минск 2017

Музыкальное сопровождение:

1. Игры для здоровья, С.Железнов
2. Пять поросят, С.Железнов
3. Топ-топ, хлоп-хлоп, С.Железнов
4. Горелки, С.Железнов
5. Золотые ворота, С.Железнов
6. Весёлые уроки, С.Железнов
7. Забавные уроки, С.Железнов.
8. Ритмическая мозайка (1-4), А.И.Буренина
9. Танцевальная ритмика (1-5) Т.Суворова