

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
комбинированного вида № 2 город Ставрополя**

Принято: на заседании
Педагогического совета
Протокол № 1 от 30.08.2023г

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ д/с № 2
_____ Е.С. Сауткина
Приказ № 82-ОД от «30» августа 2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
дополнительного образования физкультурно-
спортивной направленности «Спортивная карусель»
на 2023-2024 учебный год

Воспитатель физической
культуры:
Батрутдинова М.Н.

г. Ставрополь, 2022г.

Содержание.

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1. Пояснительная записка
 - 1.1. Цели и задачи реализации Программы
 - 1.2. Принципы и подходы к формированию Программы
 - 1.3. Возрастные и индивидуальные особенности детей
2. Планируемые результаты освоения Программы
 - 2.1. Целевые ориентиры
 - 2.2. Система оценки результатов освоения программы

СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

3. Описание образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие» (физическая культура)
4. Формы, способы, методы и средства реализации Программы. Способы и направления поддержки детской инициативы
5. Взаимодействие воспитателя по физической культуре с семьями воспитанников
6. Особенности организации образовательного процесса с учетом региональной направленности.

ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

7. Распорядок дня.
8. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий
9. Условия реализации Программы
 - 9.1. Особенности организации развивающей предметно – пространственной среды.
 - 9.2. Материально – техническое обеспечение программы.
9. Список используемой литературы

Приложения

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.

1. Пояснительная записка

Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности разработана с учетом ФГОС дошкольного образования, особенностей дошкольного образовательного учреждения, региона, образовательных потребностей и запросов воспитанников.

Содержание Программы выходит за рамки образовательной программы дошкольного образования интенсифицирует и дополняет образовательную область «Физическое развитие». Программа разработана для детей старшего дошкольного возраста от 6 до 7-8-ми лет.

Образовательная область «Физическое развитие» при реализации программы интегрируется с образовательными областями:

- социально-коммуникативное развитие;
- познавательное развитие;
- речевое развитие;
- художественно - эстетическое развитие

Что способствует повышению качества реализации основной образовательной программы дошкольного образования.

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Программа разработана в соответствии с:

– Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

– ФГОС дошкольного образования (утв. приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155);

– Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования (утв. приказом Министерства просвещения РФ от 31.07.2020 г. № 373);

– Федеральной образовательной программой дошкольного образования (утв. приказом Минпросвещения РФ от 25.11.2022 г. № 1028);

– Федеральной адаптированной образовательной программой дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утв. приказом Минпросвещения от 25.11.2022г № 1022)

– образовательной программой дошкольного образования МБДОУ д/с № 2 (утв. Приказом заведующего 30.08.2023 пр. № 82-ОД);

– нормативно-правовыми актами, регулирующими физкультурно-оздоровительную деятельность ДОУ;

– Устава муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада комбинированного вида № 2 города Ставрополя

Актуальность. Дворовые игры почти исчезли из жизни современных ребятшек. Те самые игры в которые играли не только родители, но и дедушки с бабушками. Те самые игры, которые учили детей находить общий

язык помогали решать споры и конфликты. Особую значимость имеют **дворовые подвижные игры**, в которые дети очень любят играть. Через игру формируется у них устойчивое отношение к культуре родной страны, создает эмоционально-положительную основу для развития патриотических чувств. Их решение является более результативным в работе с детьми старшего дошкольного возраста, так как, именно этот возраст является сенситивным для воспитания нравственности, именно в этом возрасте закладывается фундамент для дальнейшего развития личности ребенка.

По содержанию все народные игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития.

Данная программа кружка включает игры на развитие психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности) развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость).

Программа не противоречит законодательству Российской Федерации и выполняется за пределами федерального государственного образовательного стандарта.

1.1. Цели и задачи реализации Программы.

Цель программы: содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям, физическими упражнениями, формирование ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

Задачи программы:

- знакомить детей с играми разных поколений;
- развивать умение быть отзывчивыми и доброжелательными в общении;
- развивать свободное общение со взрослыми и детьми;
- развивать физические качества: быстроту, силу, ловкость;
- воспитывать чувство удовлетворения от участия в коллективной деятельности;
- формировать представление об активном отдыхе,
- учить детей придумывать правила и соблюдать их,
- формировать у детей понимание необходимости соблюдать меры предосторожности во время двигательной активности.

1.2. Принципы и подходы к формированию Программы

Реализация Программы основывается на нескольких группах принципов:

Принципы, сформулированные на основе требований ФГОС ДО:

- поддержка разнообразия детства;
- сохранение уникальности и самоценности детства как важного – этапа в общем развитии человека, самоценность детства – понимание (рассмотрение) детства как периода жизни значимого самого по себе, без

всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду;

- личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников ДОУ) и детей, уважение личности ребенка.

Реализация программы в формах, специфических для детей данной возрастной группы, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие ребенка.

Основные принципы дошкольного образования:

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного – возраста), обогащение (амплификация) детского развития; построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее – индивидуализация дошкольного образования);
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений; поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество ДОУ с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учет этнокультурной ситуации развития детей.
- соответствие принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- сочетание принципов научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и, как показывает опыт, может быть успешно реализована в массовой практике дошкольного образования);
- соответствие критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала);
- обеспечение единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников;
- построение с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;

- опора на комплексно-тематический принцип построения образовательного процесса;
- решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
- построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра.

1.3. Возрастные и индивидуальные особенности детей

Подготовительная группа (6-7-8 лет) общеразвивающей направленности.

Дети 6 лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Ребёнок умеет их сочетать в зависимости от окружающих условий. На 7-м году у ребёнка возрастает способность к различению пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, едет на велосипеде и т.п. Они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Ребёнок прослеживает движение последовательно, выделяет (с помощью взрослого) разные его фазы, пытается объяснить их значение для качественного и количественного результатов движения. Всё это способствует образованию ясных представлений о движениях, ведёт к овладению детьми техникой сложных по координации движений. Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движений. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Начинает интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например, ног, головы, кистей и пальцев рук и др. У ребёнка постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Он начинает воспринимать красоту и гармонию. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движений. Нередко для ребёнка наиболее привлекательны те упражнения, которые у него лучше получаются.

2. Планируемые результаты освоения Программы

2.1. Целевые ориентиры

Целевые ориентиры дошкольного образования представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования.

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и

непроизвольность), а также системные особенности дошкольного образования (необязательность уровня дошкольного образования в Российской Федерации, отсутствие возможности вменения ребенку какой-либо ответственности за результат) делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений и обуславливают необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников.

Настоящие требования являются ориентирами для:

Целевые ориентиры программы выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования. При соблюдении требований к условиям реализации Программы настоящие целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок к учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

Конечным результатом освоения программы по физической культуре является сформированность интегративных качеств ребенка (физических, интеллектуальных, личностных):

Физические качества: ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни

Общие показатели физического развития.

Сформированность основных физических качеств и потребности в двигательной активности:

- Двигательные умения и навыки.
- Двигательно-экспрессивные способности и навыки.
- Навыки здорового образа жизни.

2.2. Система оценки результатов освоения программы

В соответствии с ФГОС ДО, целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия, установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников.

Целевые ориентиры не могут служить непосредственным основанием

при решении управленческих задач.

Однако педагог в ходе своей работы должен выстраивать индивидуальную траекторию развития каждого ребенка. Для этого педагогу необходим инструментарий оценки своей работы, который позволит ему оптимальным образом выстраивать взаимодействие с детьми.

В представленной системе оценки результатов освоения Программы отражены современные тенденции, связанные с изменением понимания оценки качества дошкольного образования.

СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

3. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка

Образовательная область «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

«Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Основные цели и задачи

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

Физическая культура. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).

Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем. Формировать представления об активном отдыхе.

Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур. Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Добиваться активного движения кисти руки при броске. Учить перелезть с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

4. Формы, способы, методы и средства реализации Программы. Способы и направления поддержки детской инициативы

Программа обеспечивает полноценное развитие личности детей во всех основных образовательных областях, а именно: в сферах социально-коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического и физического развития личности детей на фоне их эмоционального благополучия и положительного отношения к миру, к себе и к другим людям.

Важнейшими образовательными ориентирами программы являются:

- обеспечение эмоционального благополучия детей;
- создание условий для формирования доброжелательного и внимательного отношения детей к другим людям;
- развитие детской самостоятельности (инициативности, автономии и ответственности);
- развитие детских способностей, формирующихся в разных видах деятельности.
- **Условия, необходимые для создания социальной ситуации развития** детей, соответствующей специфике дошкольного возраста, предполагают:
 - Обеспечение эмоционального благополучия через:
 - непосредственное общение с каждым ребенком;
 - уважительное отношение к каждому ребенку, к его чувствам и потребностям.
 - Поддержку индивидуальности и инициативы детей через:
 - создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;
 - создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
 - недирективную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности (игровой, исследовательской, проектной, познавательной и т.д.);
 - Установление правил взаимодействия в разных ситуациях:
- создание условий для позитивных, доброжелательных отношений между детьми, в том числе принадлежащими к разным национально-культурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также имеющими различные (в том числе ограниченные) возможности здоровья;
- развитие коммуникативных способностей детей, позволяющих разрешать конфликтные ситуации со сверстниками;
- развитие умения детей работать в группе сверстников.
- Построение вариативного развивающего образования, ориентированного на уровень развития, проявляющийся у ребенка в совместной деятельности со взрослым и более опытными сверстниками, но не актуализирующийся в его индивидуальной деятельности (далее - зона ближайшего развития каждого ребенка), через:
 - создание условий для овладения культурными средствами деятельности;
 - организацию видов деятельности, способствующих развитию мышления, речи, общения, воображения и детского творчества, личностного, физического и художественно-эстетического развития детей;

- поддержку спонтанной игры детей, ее обогащение, обеспечение игрового времени и пространства;
- оценку индивидуального развития детей.
- Взаимодействие с родителями (законными представителями) по вопросам образования ребенка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность, в том числе посредством создания образовательных проектов совместно с семьей на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив семьи.

Формы организации образовательной деятельности по физической культуре: групповая

Организационными формами работы по физической культуре в дошкольной образовательной организации являются:

- физкультурные занятия;
- физкультурно–оздоровительная работа в режиме дня (утренняя гимнастика, подвижные и спортивные игры, физкультминутки, закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями);
- активный отдых (физкультурные досуги, спортивные праздники, Дни здоровья, туристические походы);
- самостоятельная двигательная деятельность детей;
- работа с семьей.

Самостоятельная двигательная деятельность детей дошкольного возраста протекает под наблюдением педагога. Содержание и продолжительность занятий физическими упражнениями определяются самими детьми. Характер этих занятий зависит от индивидуальных данных, подготовленности, возможностей и интересов дошкольников. Успешное решение задач физического воспитания возможно лишь при осуществлении индивидуального подхода к детям во взаимосвязанной работе дошкольной образовательной организации и семьи.

Все формы и виды работы взаимосвязаны и дополняют друг друга. В совокупности они создают необходимый двигательный режим, обеспечивающий ежедневные занятия ребенка физической культурой:

Занятие тренировочного типа, которое направлено на развитие двигательных функциональных возможностей детей. Тренировочные занятия включают многообразие движений (циклических, ритмических, акробатических и др.) и комплекс общеразвивающих упражнений с использованием тренажеров простого и сложного устройства. В занятие данного типа входят упражнения на спортивных комплексах, где дети выполняют такие движения, как лазанье по канату, шесту, веревочной лестнице и др.

Тематические занятия, которые направлены на обучение дошкольников элементам спортивных игр и упражнений (бадминтон, городки, хоккей, настольный теннис, футбол, ходьба на лыжах, езда на велосипеде). Данный тип занятия в основном проводится на воздухе в зависимости от сезона.

Сюжетные тематические занятия, построенные на определенном сюжете, в процессе которого дети выполняют упражнения и основные движения на закрепление.

Контрольно-проверочные занятия, целью которых является выявление состояния двигательных умений и навыков у детей в основных видах движений (бег на скорость на 10 м с хода и на 30 м со старта, прыжки в длину с места, метание теннисного мяча вдаль (удобной рукой), бросание мяча вверх и ловля его, бросание набивного мяча весом 1 кг из-за головы двумя руками и т.д.).

Виды ООД по физической культуре могут варьироваться в зависимости от задач, поставленных воспитателем: занятие может быть посвящено только подвижным играм, тематическому занятию, отработке отдельных основных движений, развлечениям и др.

Структура физкультурной образовательной деятельности общепринята: состоит из вводной, основной и заключительной частей.

Выделение частей занятия обусловлено физиологическими, психологическими и педагогическими закономерностями. Вводная часть обеспечивает постепенное включение детей в двигательную деятельность. Основная часть (самая большая по объему и значимости) способствует достижению оптимального уровня работоспособности в соответствии с задачами занятия. Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей.

Вводная часть (1/6 часть занятия). В эту часть включают упражнения в построениях, перестроениях; различные варианты ходьбы, бега, прыжков с относительно умеренной нагрузкой; несложные игровые задания.

Основная часть (4/6 части занятия). В эту часть включают упражнения на развитие опорно-двигательного аппарата, физических и морально – волевых качеств личности. Эти общеразвивающие упражнения, проводящиеся с разным темпом и амплитудой движения, укрепляют крупные мышечные группы, способствуют формированию правильной осанки, умения ориентироваться в пространстве. Одно из ведущих мест в основной части занятия занимает обучение основным видам движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье), обеспечивающим всестороннее воздействие на организм ребенка и его функциональные возможности. В содержание основной части занятия входят также подвижные игры большой и средней интенсивности, несложные игровые задания, эстафеты.

Заключительная часть (1/6 часть занятия). В содержание этой части входят упражнения в ходьбе, игры малой подвижности, хороводы, несложные игровые задания.

Способы организации детей при выполнении упражнений и отработке основных движений.

– **Фронтальный способ**. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

– **Поточный способ.** Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие, гимнастической скамейке, прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

– **Групповой способ.** Дети по указанию педагога распределяются на небольшие группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

– **Индивидуальный способ.** Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

Методы физического развития и воспитания, которые используются при реализации Программы:

1. Наглядные методы, к которым относятся:

- имитация (подражание);
- демонстрация и показ способов выполнения физкультурных упражнений, которому следует привлекать самих воспитанников;
- использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, видеофильмы и т.д.);
- использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов: первые побуждают детей к деятельности, помогают им уточнить представления о разучиваемом движении, овладеть наиболее трудными элементами техники, а также способствуют более эффективному развитию воссоздающего воображения; вторые применяются для освоения ритма и регулирования темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия, чувства ритма и музыкальных способностей.

2. К словесным методам относятся название упражнений, описания, объяснения, комментирование хода их выполнения, указания, распоряжения, вопросы к детям, команды, беседы, рассказы, выразительное чтение стихотворений и многое другое.

3. К практическим методам можно отнести выполнение движений (совместно - распределенное, совместно - последовательное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельное выполнение), повторение упражнений с изменениями и без, а также проведение их в игровой форме, в виде подвижных игр и игровых упражнений, и соревновательной форме.

5. Взаимодействие воспитателя по физической культуре с семьями воспитанников.

Задачи:

- Разъяснять родителям (через оформление соответствующего раздела в «Уголке для родителей», на родительских собраниях, в личных беседах,

- рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка.
- Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку); стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями (лыжи, коньки, фитнес), совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д.); совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.
 - Информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач.
 - Знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и детском саду, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физических качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности.
 - Создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом, открывая разнообразные секции клуб (любителей туризма, плавания и пр.). Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также районе, городе)

ПЛАН

работы родительского клуба МБДОУ д/с № 2 «К здоровой семье через детский сад» в 2023 – 2024 учебном году

Мероприятия	Сроки	Ответственные
Агитационно-пропагандистское направление		
Организация наглядно-информационной работы: -подбор материала для организации наглядной агитации; -изучение мнения родителей о работе клуба, -изучение пожеланий родителей; -подготовка призов, грамот; -определение наиболее активных участников в прошедшем учебном году;	сентябрь	Заведующий МБДОУ д/с № 2 Зам.заведующего по УВР, старший воспитатель, родительская общественность

ЗОЖ		
«Будьте здоровы!»- общесадовое родительское собрание	март (онлайн)	Соц.педагог ст.медсестра врач
«Семейный логотип» - конкурс изготовления спортивной семейной эмблемы	октябрь	Соц.педагог Зам. заведующего по УВР
«Родина наша - нет ее краше» - выставка, посвященная Дню защиты детей (фото о семейном спортивном отдыхе)	июнь	Соц.педагог Старший воспитатель
Работа семейных клубов (по группам)	постоянно	Родители
Массовая физкультура и спорт		
«За здоровьем в детский сад» - общесадовое родительское собрание.	ноябрь (онлайн)	Воспитатели ФИЗО, плаванья, муз.работники
День Здоровья – спартакиада.	апрель	Воспитатель ФИЗО Воспитатель плавания
«Мой ребенок с пеленок» - фотовыставка родителей	январь	Родительская общественность
Оздоровительная физическая культура		
Фоторепортаж о ходе летней оздоровительной кампании в детском саду	август	Родители Соц.педагог
«Праздник воздушного змея» - конкурс	июль	Родительская общественность
«Рыцарский турнир» - спортивное развлечение	февраль	Воспитатель плавания Воспитатель ФИЗО
Консультативное направление		

<p>Работа лектория «К здоровой семье через детский сад»:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ребенок и компьютер; • ЗОЖ в семье; • Лучше папы друга нет; • Как отпраздновать день рождения ребенка; • Использование природных факторов для закаливания детей летом; • другое (по запросам родителей) 	ежемесячно	<p>Медработники Соц.педагог Воспитатели групп Воспитатели дополнительного образования</p>
«Растем здоровыми» - анкетирование родителей (подведение итогов работы)	май	<p>Соц.педагог Воспитатели групп</p>

6. Особенности организации образовательного процесса с учетом региональной направленности.

Основной целью работы является формирование у детей первичных представление о городе Ставрополе, Ставропольском крае, представлений о природе Ставропольского края и т.д. через решение следующих задач:

1.Формирование у детей первичных представлений о достопримечательностях города Ставрополя.

2 Формирование представлений о природе Ставропольского края.

3.Развитие познавательного интереса к истории родного города.

4.Ознакомление дошкольников с историческим, культурным, географическим, природно-экологическим своеобразием родного региона.

5.Развитие бережного отношения к городу, его достопримечательностям, культурным ценностям, природе.

6.Воспитание любви к родному дому, семье, уважения к родителям и их труду.

7.Воспитывать чувство гордости за своих земляков, эмоционально-ценностное отношение к краю, приобщить их к богатому культурному наследию русского народа,

8.Освоению детьми национальной культуры на основе знакомства с жизнью и бытом народа родного края, его характерными особенностями, присущими ему нравственными ценностями, традициями, особенностями материальной и духовной среды.

Познавательный материал равномерно распределен по времени, чтобы дети получали информацию постепенно, в определённой системе. Реализация принципа приобщения детей к социокультурным нормам, традициям семьи,

общества, государства осуществляется в совместной деятельности взрослых и детей в игре, продуктивных видах детской деятельности, в процессе бесед, праздников. При проведении этой работы используется комплексный подход, взаимосвязь и своеобразное взаимопроникновение материала разных тем и всё то, что связано друг с другом. Основной задачей является стимуляция познавательной активности детей, развитие их любознательности, развитие образного и логического мышления ребёнка.

Очень важно привить в этом возрасте чувство любви и привязанности к природным и культурным ценностям родного края, так как именно на этой основе воспитывается патриотизм. Поэтому в детском саду в образовательном процессе используются разнообразные методы и формы организации детской деятельности: народные подвижные игры и забавы, дидактические игры, слушание музыки, наблюдения в природе, чтение детской литературы, знакомство с народно-прикладным искусством и др.

ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

7. Распорядок дня.

День недели	№ группы	Время
Понедельник	группа № 6	16-00-16-30
Вторник	группа № 3	16-00-16-30
Четверг	группа № 2	16-00-16-30

8. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.

Цель:

Создание условий для формирования основ здорового образа жизни, укрепления здоровья, физического и психического развития, обеспечения эмоционального благополучия детей.

Задачи:

Оздоровительные:

- охрана жизни и укрепление здоровья;
- всестороннее совершенствование функций организмов;
- повышение работоспособности и закаливания организма.

Образовательные:

- формирование двигательных умений и навыков;
- развитие физических качеств детей - овладение детьми элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизнедеятельности, способа укрепления здоровья.

Воспитательные:

- воспитание интереса и потребности к занятиям физическими упражнениями.

Развитие культурно-досуговой деятельности дошкольников по интересам позволяет обеспечить каждому ребенку отдых (пассивный и активный), эмоциональное благополучие, способствует формированию умения занимать себя

Задачи педагога по организации досуга детей

Отдых. Развивать желание в свободное время заниматься интересной и содержательной деятельностью. Формировать основы досуговой культуры (игры, чтение книг, рисование, лепка, конструирование, прогулки, походы и т. д.).

Развлечения. Создавать условия для проявления культурно-познавательных потребностей, интересов, запросов и предпочтений, а также использования полученных знаний и умений для проведения досуга. Способствовать появлению спортивных увлечений, стремления заниматься спортом.

Праздники. Формировать у детей представления о будничных и праздничных днях. Вызывать эмоционально положительное отношение к праздникам, желание активно участвовать в их подготовке (украшение групповой комнаты, музыкального зала, участка детского сада и т. д.). Воспитывать внимание к окружающим людям, стремление поздравить их с памятными событиями, преподнести подарки, сделанные своими руками.

Самостоятельная деятельность. Создавать условия для развития индивидуальных способностей и интересов детей (наблюдения, экспериментирование, собирание коллекций и т. д.). Формировать умение и потребность организовывать свою деятельность, соблюдать порядок и чистоту. Развивать умение взаимодействовать со сверстниками, воспитателями и родителями.

Творчество. Развивать художественные наклонности в пении, рисовании, музицировании. Поддерживать увлечения детей разнообразной художественной и познавательной деятельностью, создавать условия для посещения кружков и студий.

Праздники и развлечения, которые по традиции мы отмечаем в группе.

- «День знаний» (1 сентября)
- «Осенины» (октябрь)
- «День народного единства» (4 ноября)
- «День ребенка» (20 ноября)
- «День матери» (ноябрь)
- «Новый год»
- «День защитника Отечества» (23 февраля)
- «Масленица»
- «Международный женский день 8 Марта»
- «День смеха» (1 апреля)
- «Всемирный день здоровья» (7 апреля)

- «День космонавтики» (12 апреля)
- «Международный день земли» (22 апреля)
- «Пасха»
- «День Победы» (9 мая)
- «Международный день защиты детей» (1 июня)
- «День России» (12 июня)
- «День семьи, любви и верности» (8 июля)
- «День государственного флага Российской Федерации» (22 августа)

9. Условия реализации Программы

9.1. Особенности организации развивающей предметно – пространственной среды

Полноценное и всестороннее развитие и воспитание невозможно без правильно организованной и достаточной для детей дошкольного возраста двигательной активности, которая оказывает огромное влияние на состояние здоровья и физическое развитие ребенка. Растущий организм ребенка нуждается в движении, и удовлетворение этой потребности является важнейшим условием его жизнедеятельности и развития. Целесообразный подбор и рациональное использование физкультурного оборудования, оптимизация режима двигательной активности детей в условиях детского сада будет способствовать развитию двигательной сферы детей, их всестороннему развитию. Под развивающей предметно-пространственной средой (далее – РППС) понимают определенное пространство, организационно оформленное и предметно насыщенное, которое обеспечивает активную жизнедеятельность ребенка, становление его субъективной позиции, развитие творческих проявлений всеми доступными, побуждающими к самовыражению средствами. Принципиальным показателем высокого качества образовательной среды является ее способность обеспечивать весь комплекс потребностей детей, создавать мотивацию их активной деятельности.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования:

В дошкольной образовательной организации необходимо иметь достаточное количество разнообразного спортивно-игрового оборудования, чтобы обеспечить участие всех детей группы (подгруппы), их двигательную активность в процессе организованных занятий физической культурой и подвижных игр, а также в самостоятельной деятельности детей в свободное время.

Важно, чтобы размеры оборудования соответствовали антропометрическим показателям детей: длине тела в положениях стоя и сидя, длине рук, ног, объему грудной клетки, головы. Только в этом случае может

быть достигнута комфортность двигательных действий в спортивно-игровой среде. Габариты и вес переносного оборудования должны быть соразмерны возможностям детей, по- силны для перестановки их самими детьми.

Одним из необходимых требований является обеспечение безопасности детей при использовании оборудования. Каждое пособие должно быть прочным, надежным, пригодным для эксплуатации: рейки лестниц — достаточной толщины и прочности; узлы соединений разных деталей — надежны, без острых углов и резко выступающих частей; пособия, изготовленные из дерева, — хорошо зачищены, отполированы. Обязательно должна быть обеспечена надежность и устойчивость крупных пособий (гимнастических лестниц, рукоходов, перекладин и других предметов оборудования, по которым дети лазают). С целью обеспечения страховки, предотвращения травматизма в физкультурных залах необходимо иметь набор больших и малых матов.

Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольников изготавливается из разных материалов. Важно, чтобы эти материалы имели гигиенический сертификат, не обладали бы вредными воздействиями на организм детей. Следует отметить, что для дошкольников предпочтительно гимнастическое и игровое оборудование, изготовленное из дерева.

Также оборудование должно соответствовать и эстетическим требованиям. Нежелательно использовать слишком яркие, контрастные тона. Лучше использовать цвета мягких, пастельных, гармонично сочетающихся тонов. Оборудование должно быть красочным и привлекать детей формой и окраской. Мелкий инвентарь должен быть ярким, многокрасочным. Это способствует развитию цветоразличения. Необходимо сочетание снарядов по форме, цвету, величине.

9.2. Материально – техническое обеспечение программы

Наименование	Материально-технические условия
Спортивный инвентарь	Музыкальная колонка – 1 шт. Мяч маленький полосатый – 5шт. Мяч маленький красный – 25 шт. Мяч маленький желтый – 11 шт. Мяч маленький бежевый – 10 шт. Мяч волейбольный – 10 шт. Мяч футбольный – 10 шт. Мяч баскетбольный – 1шт. Мяч резиновый – 7 шт. Мяч из полимерных материалов – 1 шт. Гантели – 39 шт. Мешочки – 24 шт. Кегли – 19 шт. Балансиры – 4 шт. Скакалки – 28 шт. Игра в городки – 1 комплект. Дуги для подлезания – 4 шт.

	<p>Кольцеброс + кольца 1 + 14 шт. Флажки новые – 59 шт. Флажки старые – 31 шт. Султанчики – 61 шт. Ленты гимнастические – 3 шт. Мячи большие с рожками – 6 шт. (нет колпаков) Платочки – 32 шт. Обручи – 8 шт.</p>
Территория ДОУ	<p>Прогулочные площадки – 12 шт. Каждая прогулочная площадка оснащена спортивным оборудованием. Имеется навес, стол, скамейки, песочница. Физкультурная площадка – 1 шт. Детский игровой комплекс – 1 шт. Клумбы с цветами.</p>

11. Список используемой литературы

1. Федеральный закон РФ от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва. «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
3. «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений. (Действующий СанПиН).
4. Инновационная программа «От рождения до школы» /Под редакцией Н.Е. Вераксы – М, 2020.
5. Ю.А. Кириллова. В группах компенсирующей направленности для детей с ТНР «Примерная программа физического образования детей логопедических групп с общим недоразвитием речи с 3 до 7 лет».
6. Степаненкова Э. Я. Методика физического воспитания. — М., 2005.

Приложения

Календарно – тематическое планирование кружка и содержание деятельности

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Русские дворовые игры				
сентябрь	«Змейка»	«Салки»	«Кошки-мышки»	«Знамя»
Знакомство с играми народов Сибири и КОМИ				
октябрь	«Вестовые» (якутская народная игра)	«Стой, олень» (игра народа коми)	«Чур, все!» (игра народов коми)	Каюр и собаки
Знакомство с особенностями башкирских , удмурдских и татарских дворовых игр				
ноябрь	«Маляр и краски» (татарская народная игра)	Жмурки (в кругах) (башкирская народная игра)	«Поляна — жердь» (удмуртская народная игра)	«Горелки» (удмуртская народная игра)
Русские дворовые игры				
декабрь	«Два Мороза»	Жмурки «Маша и Яша»	«Змейка»	городки
январь	«Третий лишний»	«Ворота»	«Золотые ворота»	угадай, кто главный?
Знакомство с народами Кавказа и их играми				
февраль	Бег с палкой в руке (ингушская народная игра)	«Слепой медведь» (осетинская народная игра)	«ВОЛК И ОВЦЫ» - дагестанская народная игра.	Охрана гостя (чеченская народная игра)
Знакомство с украинскими народными дворовыми играми				
март	«Колдун».	«Хлибчик»	«В речку гоп»	«Четыре стихии»
Знакомство с белорусскими народными дворовыми играми				
апрель	«Посадка картофеля»	«Ванюша и лебеди».	Ленок (Ляпок)	Прела-горела (Прэла-гарэла)
Игры на выбор				
май	Закрепление изученных игр. Игры по желанию детей.	Закрепление изученных игр. Игры по желанию детей.	Закрепление изученных игр. Игры по желанию детей.	Закрепление изученных игр. Игры по желанию детей.

Сентябрь

1 НЕДЕЛЯ: «Змейка» (русская народная игра)

Все дети берут друг друга за руки, образуя живую цепь. Ребенок, стоящий первым, становится ведущим. Он начинает бежать, увлекая за собой всех остальных. На бегу ведущий несколько раз должен резко изменить направление движения всей группы: побежать в противоположную сторону, сделать резкий поворот (под углом 90°), закрутить цепочку «змейкой», описать круг и т.д.

Правила:

1. Все дети должны крепко держаться за руки, чтобы «цепочка» не порвалась.
2. Игроки должны точно повторять все движения ведущего и стараться бежать «след в след».
3. Хорошо использовать в игре естественные препятствия: обегать вокруг деревьев, наклоняться, пробегая под их ветками, сбегать по склонам неглубоких оврагов. При игре в помещении можно создать «полосу препятствий» из больших кубиков или спортивных предметов (обручей) кеглей, гимнастических скамеечек).
4. Игру можно остановить» если «цепочка» порвалась, и выбрать нового ведущего.

2 НЕДЕЛЯ: «Салки» (русская народная игра)

Перед началом игры надо выбрать водящего («салку»). По команде все дети кидаются врассыпную, а водящий начинает гоняться за одним из детей. Догнав убегающего ребенка и коснувшись его рукой, водящий произносит: «Я тебя осалил!» Теперь этот ребенок становится водящим и должен «осалить» другого.

Правила:

1. Водящий гоняется только за одним ребенком из группы.
2. Остальные дети, бегая по площадке, следят за сменой водящих и должны убежать врассыпную от нового водящего.

3 НЕДЕЛЯ: «Кошки-мышки» (русская народная игра)

Играющие перед началом игры выбирают кошку и мышку, берут друг друга за руки и встают в круг. Кошка стоит за кругом, мышка — в круге. Кошка старается войти в круг и поймать мышку, но играющие закрывают входы перед ней. Она старается подлезть под ворота, играющие приседают и не пропускают ее в круг. Когда наконец кошка проберется в круг, дети сразу же открывают ворота и мышка выбегает из круга. А кошку они стараются из круга не выпускать. Если же кошка поймает мышку, то они встают в круг, а играющие выбирают новых кошку и мышку.

Правила:

1. Кошка может поймать мышку как в круге, так и за кругом.
2. Играющие открывают ворота только для мышки.

4 НЕДЕЛЯ: «Знамя» (русская народная игра)

Две команды по пять человек. Побеждает та команда, которая первая заберёт знамя соперника и пронесёт его на свою сторону.

Игровая площадка делится на две равные части, принадлежащие разным командам. На своей стороне игроки касанием руки замораживают игроков команды соперника. Если игрок заморожен, то он стоит по стойке смирно и ждёт, пока товарищ по команде касанием руки не разморозит его. Если игрок сумел преодолеть чужую сторону, то он оказывается за лицевой линией в зоне неуязвимости, где находится чужое знамя. Игрок может находиться в зоне неуязвимости сколько угодно долго. Теперь задача игрока – перебежать со знаменем обратно, а задача защитника – не пропустить его.

Правила:

1. Если игрок со знаменем заморожен, то он возвращает знамя и встаёт на место заморозки.
2. Если игрок со знаменем сумел вернуться на свою сторону, то он приносит своей команде очко или победу.

Октябрь

Игры народов Сибири и КОМИ

1 НЕДЕЛЯ: «Вестовые» (якутская народная игра)

На бескрайних просторах Крайнего Севера, где давным-давно зародилась эта игра, вести передавались специальными людьми — вестовыми. Они ездили на оленях или собачьих упряжках, а сами «письмена» ещё до освоения письменности народами Севера изготавливались с помощью узелков на связках тесемок из тонких полосок кожи или веревок. Для игры понадобятся две такие связки тесемок с узелками.

Перед началом игры дети делятся на две команды и разбиваются в них по парам. В каждой паре один ребенок будет «вестовым», а другой «оленем». В помещении или на площадке обозначается место для двух «столбов». Вокруг каждого «столба» должны будут обегать игроки определенной команды, причем первым должен бежать «олень», а сзади, не отставая от него ни на шаг, бежит «вестовой» из этой пары игроков. Игра проводится в виде эстафеты: каждый вестовой вместе со своим оленем «скачет» к столбу, обегает его вокруг по часовой стрелке два раза и быстро возвращается к своей команде. Там он отдает свою связку тесемок («письмо») следующей паре игроков, и новый «вестовой» с «оленем» опять пускается в путь.

Выигравшей считается команда, чьи «вестовые» первыми вручат «письмо» судье по окончании пути.

Правила:

1. «Вестовой» не должен обгонять своего «оленя».
2. Надо обязательно сделать два круга возле столба.

3. Следующий «вестовой» не имеет права выбегать навстречу игрокам своей команды, возвращающимся с «письмом».

2 НЕДЕЛЯ: «Стой, олень» (игра, народа коми)

Эта игра очень популярна у народов Крайнего Севера, в ней игроки могут испытать свои качества в роли оленей. Игра проводится на улице или в большом спортзале, где до начала игры специально отгораживаются границы «пастбища». Водящий («пастух», «охотник»), который определяется по жребию или считалке, должен поймать за игру нескольких «оленей».

Игра начинается, когда водящий закричит: «Беги, олень!» Все игроки кидаются по площадке врассыпную, а «пастух» пытается догнать любого «оленя», коснувшись его небольшой палочкой и произнеся: «Стой, олень!» Игра продолжается до тех пор, пока «пастух» не поймает пять оленей.

Правила:

1. Надо лишь касаться игрока палочкой, а не ударять его.

2. Игроки, выбежавшие за пределы площадки, считаются пойманными.

Водящие (игроки команды, которая догоняла) быстро поворачиваются и бегут назад, в свою сторону игрового поля. Они стремятся добежать до конца игрового поля со своей стороны. Однако осаленный игрок должен громко крикнуть: «Оленма!» («Я есть!»), и по этой команде все игроки поворачиваются и пытаются догнать убегающих противников за тем, чтобы в свою очередь «осалить» любого из них.

Правила:

1. Нельзя выбегать за боковую линию, такой игрок считается «осаленным».

2. Надо обязательно крикнуть «Оленма!», чтобы все игроки твоей команды услышали, что их игрока «осалили».

Коммуникативные: совместно договариваться о правилах общения. Слушать и понимать речь других.

3 НЕДЕЛЯ: «Чур, все!» (прятки со скороговорками) (игра народов коми)

Перед началом игры дети делятся на две команды и выбирают двух судей, которые будут строго следить за соблюдением правил в течение всей игры.

Жребием определяется, какая команда будет прятаться первой. Все игроки другой команды становятся в круг и условленное число раз произносят хором скороговорку, например «Все бобры добры для своих бобрят». (Правильное произношение скороговорки должно быть доступно всем. Если в команде есть дети с нарушениями произношения отдельных звуков, то скороговорка может быть заменена на более простую: «Под топотом копыт пыль по полю летит».)

Судьи следят за правильностью произношения скороговорки и считают, сколько раз ее произносят. За это время все дети из другой команды должны успеть спрятаться.

Закончив произносить скороговорку, игроки из водящей команды начинают искать спрятавшихся противников. Когда удастся найти первого игрока другой команды, надо громко закричать: «Чур!», и назвать найденного ребенка по имени. Затем все игроки из обеих команд бегут к месту жеребьевки

и, взявшись за руки, хором один раз произносят ту же самую скороговорку, что и в начале игры. За правильностью произношения скороговорки каждой командой следит свой судья.

Выигравшей считается команда, которая первой выполнила всю эту последовательность действий. Она получает право прятаться.

Правила:

1. До начала произнесения скороговорки все игроки должны успеть взяться за руки.
2. Произносить скороговорку надо правильно, не переставляя слова, слоги, звуки.

4 НЕДЕЛЯ: Каюр и собаки

Игры народов Сибири и Дальнего Востока. На противоположных краях площадки кладут параллельно два шнура. Игроки встают около них по три человека и берутся за руки. Двое – собаки, третий – каюр. Каюр берет за руки стоящих впереди собак. Дети тройками по сигналу «Поехали!» бегут друг другу навстречу, от одного шнура до другого.

Правила :

1. Бежать надо только по сигналу.
2. Выигрывает та тройка, которая быстрее добежит до шнура.
3. Можно предложить играющим преодолеть различные препятствия.

Ноябрь

Знакомство с особенностями башкирских, удмурдских и татарских народных игр.

1 НЕДЕЛЯ: «Маляр и краски» (татарская народная игра)

Перед началом игры выбирают водящего («маляра») и «хозяйку красок». Остальные дети становятся «красками», каждый ребенок выбирает себе собственный цвет, но так, чтобы «маляр» не услышал его названия.

Водящий («маляр») обращается к «хозяйке красок»: «Бабушка, бабушка, я пришел за краской. Разрешите взять?» — «У меня красок много, — отвечает «хозяйка красок», — какую тебе?»

Все «краски» сидят рядышком на лавке и ждут, какой цвет назовет «маляр». Названная «краска» должна вскочить с лавки и успеть добежать до противоположного конца комнаты или площадки, где можно будет укрыться за специально начерченной линией.

«Маляр», называя «краску», не знает, есть ли она у «хозяйки» и какой это игрок. Он должен постараться угадать нужный цвет, а затем или успеть поймать убегающую «краску», или хотя бы «осалить» ее. Обычно «маляр» по условиям игры должен собрать не менее пяти красок. Тогда можно выбрать другого «маляра», «хозяйку красок», присвоить «краскам» новые имена и начинать игру снова.

Правила:

1. Маляр не должен ловить «краску», когда она еще только поднимается со стула.
2. Нельзя двум игрокам выбирать название одной «краски».

2 НЕДЕЛЯ: Жмурки (в кругах) (башкирская народная игра)

Эту игру можно проводить на улице или в помещении. Необходимо до начала игры заготовить небольшие кружочки, на которые в дальнейшем будут становиться игроки. Рекомендуем вырезать такие кружочки из плотного картона такого размера, чтобы на них можно было устойчиво стоять двумя ногами. Однако можно просто очертить круги мелом на асфальте или палочкой на земле. Главное, чтобы они были хорошо заметны, и количество таких кругов несколько превышало количество игроков.

В центре площадки «раскручивают» водящего с завязанными глазами, чтобы он потерял ориентацию и не знал, в какую сторону он идет. По команде взрослого водящий идет наугад, а другие игроки перебегают из кружка в кружок до тех пор, пока водящий не подойдет вплотную к одному из них. Тогда все «замирают», а водящий должен в полной тишине попытаться на ощупь найти, где спрятался игрок. Ребенок, которого ловят, может приседать, наклоняться в сторону, но ни при каких обстоятельствах не сходить с круга. Если он не смог удержать равновесия и заступил за круг, он считается проигравшим.

Если водящий сумел найти игрока, стоящего на круге, то он должен еще определить на ощупь, кого он поймал. Если это ему удалось, то этот игрок становится водящим.

Правила:

1. Все дети могут опять перебегать с кружка на кружок, шуметь, хлопать в ладоши, только до того момента, пока водящий не подошел вплотную к игроку «в кружке» .
2. Ребенок, который попытался убежать или просто не удержал равновесие (сдвинулся с места), когда «водящий» вплотную подошел к его кружку, сам становится водящим.

3 НЕДЕЛЯ: «Поляна — жердь» (удмуртская народная игра)

Эту народную игру лучше всего проводить на полянке с мягкой почвой. Если земля сильно утоптана, то следует попросить детей до начала игры специально вскопать или разрыхлить место, куда будет втыкаться жердь (толстая палка длиной 2 м).

Вокруг жерди очерчивается граница круга радиусом 10—15 м (в зависимости от возраста детей это расстояние может быть и уменьшено). Водящий становится возле жерди, остальные игроки становятся за границей круга.

По условному сигналу водящего игроки по очереди вбегают в круг и, не останавливаясь, на бегу ударяют по жерди рукой или ногой (это должно быть уточнено до начала игры). Если жердь при ударе падает, то водящий должен броситься вдогонку за этим игроком, пытаясь «осалить» его до того, как игрок пересечет границы круга. Если водящий догнал игрока, то неудачливый игрок

становится водящим. Если нет, то он возвращается на центр круга, заново втыкает жердь так, чтобы она стояла строго вертикально к поверхности площадки, и игра продолжается.

Правила:

1. В круг может забегать только один игрок, остальные дети ждут своей очереди.
2. Водящий не должен мешать игроку ударять по жерди.
3. Если жердь не упала, а только наклонилась, то водящий не будет догонять игрока.
4. Если в ходе игры кто-нибудь из детей специально не хочет сильно толкать жердь, чтобы водящий за ним не гнался, то такой игрок назначается водящим.

4 НЕДЕЛЯ: «Удмуртские горелки» (удмуртская народная игра)

Играющие разбиваются на пары и строятся колонной, как в русских «горелках». Однако водящий становится лицом к первой паре, впереди от нее, примерно в 10 шагах. Он держит в поднятой руке платок или шарф.

Последняя пара разъединяет руки, и каждый игрок бежит вдоль своей стороны колонны вперед, к водящему. Тот игрок, который успеет схватить платок первым, становится водящим, а другой игрок становится в пару с прежним водящим во главе колонны. Вся колонна постепенно продвигается вперед, а водящий отступает на несколько шагов назад, чтобы расстояние между ним и первой парой не уменьшалось.

Правила:

1. Сигналом к началу бега для каждой пары является поднятие ведущим платка вверх, над головой.
2. Водящий не должен протягивать платок навстречу одному из игроков, а должен держать его в высоко поднятой руке.
3. Если подбежавшие игроки одновременно схватились за платок, то водящий остается, а эта пара становится впереди колонны.
4. Игрокам нельзя силой вырывать платок друг у друга.

Декабрь

1 НЕДЕЛЯ: «Два Мороза» (русская народная игра)

Для этой игры надо выбрать двух водящих — «двух морозов».

Один — «Мороз Красный нос», а другой — «Мороз Синий нос». Обозначаются две крайние линии на противоположных концах поля: здесь можно прятаться от «морозов». По полю гуляют два «мороза». Они громко произносят: «Я — Мороз Красный нос!», «А я — Мороз Синий Нос». А потом вместе спрашивают у детей: «Ну-ка, кто из вас решится в путь-дороженьку пуститься?»

Дети хором отвечают: «Не боимся мы угроз и не страшен нам мороз!» После этого дети стараются быстро перебежать из одного конца поля на другой, чтобы успеть спрятаться за спасительную линию границы поля, где мороз им уже не страшен. «Морозы» стараются догнать и «осалить» бегущих через поле

детей. Если «мороз» коснулся рукой ребенка, то он считается «замороженным». Этот игрок должен замереть («замерзнуть») в той позе, в которой его настигнул «мороз».

После нескольких перебежек выбирают других «морозов» из числа самых ловких игроков, которые ни разу не попались и смогли выручить других детей из ледяного плена.

Правила:

1. Перебегать площадку можно только после слов: «Не боимся мы угроз, и не страшен нам мороз».
2. Если кто-то из детей не побегал вместе со всеми, а замешкался на краю площадки, то он считается «замороженным».

2 НЕДЕЛЯ: Жмурки «Маша и Яша» (русская народная игра)

Для этой игры дети выбирают водящими мальчика и девочку. Мальчика назначают «Машей»: теперь он должен говорить тонким голосом, а девочку «Яшей»: с этого момента она говорит басом. Обоим водящим завязывают глаза. Остальные дети берутся за руки и образуют вокруг ведущих замкнутый круг. Водящие становятся в круг, их раскручивают, чтобы им было труднее сохранить ориентацию, и отпускают «искать» друг друга. «Яша» ищет «Машу», окликая ее басом, а «Маша» откликается, но не очень-то спешит навстречу «Яше». Если «Яша» вслепую примет за «Машу» другого ребенка, ему указывают на ошибку. Игра продолжается до тех пор, пока смешная парочка наконец не встретится. Затем можно выбрать другую пару игроков.

Правила:

1. «Маша» считается пойманной, если «Яша» коснулся ее рукой.
2. Если «Яша» долго не может поймать «Машу», можно предложить героям поменяться ролями или уступить место другим детям.

3 НЕДЕЛЯ: «Змейка» (русская народная игра)

Все дети берут друг друга за руки, образуя живую цепь. Ребенок, стоящий первым, становится ведущим. Он начинает бежать, увлекая за собой всех остальных. На бегу ведущий несколько раз должен резко изменить направление движения всей группы: побежать в противоположную сторону, сделать резкий поворот (под углом 90°), закрутить цепочку «змейкой», описать круг и т.д.

Правила:

1. Все дети должны крепко держаться за руки, чтобы «цепочка» не порвалась.
2. Игроки должны точно повторять все движения ведущего и стараться бежать «след в след».
3. Хорошо использовать в игре естественные препятствия: обегать вокруг деревьев, наклоняться, пробегая под их ветками, сбегать по склонам неглубоких оврагов. При игре в помещении можно создать «полосу препятствий» из больших кубиков или спортивных предметов (обручей) кеглей, гимнастических скамеечек).

4. Игру можно остановить» если «цепочка» порвалась, и выбрать нового ведущего.

4 НЕДЕЛЯ: городки. (русская народная игра)

Суть игры — бросками бит (палок) выбить из «города» (отсюда и название) поочередно определённое количество фигур, составленных из 5 городков — цилиндрических столбиков. Главная задача — затратить на выбивание 15 фигур как можно меньше бросков. Кто по итогам трёх туров использовал меньше попыток, тот и победил.

Размеры площадки («город») — 2×2 м; расстояние от места бросков: дальнее («кон») — 13 м, ближнее («полукон») — 6,5 м; длина городков — 20 см, диаметр их — 4,5—5 см; длина биты — не более 1 м. Выбиваются фигуры с «кона», но, если из фигуры выбит хотя бы один городок, остальные выбиваются с «полукона». А вот «письмо» выбивается только с «кона». Городок считается выбитым, если он полностью вышел за линии квадрата или усов. Городки, выкатившиеся за переднюю (лицевую) линию квадрата или в пределы усов, считаются невыбитыми. «Марка» в «письме» считается выбитой, если ни она, ни бита не задела другие городки.

Правила:

1. Бросок считается потерянным, если бита коснулась штрафной линии или земли перед ней;
2. Игрок в момент броска наступил или заступил за линию кона (полукона); во время броска игрок заступил ногой за боковую планку;
3. Игрок затратил большее время (30 сек), на подготовку для броска.

Все городки в этих случаях ставятся на прежние места, повторять удар не разрешается

Январь

1 НЕДЕЛЯ: Знакомство с правилами карельской народной игры: «Пятнашки на санках»

Играют несколько пар. В каждой из них один играющий везет другого, сидящего на санках. По желанию играющих или по считалке выбирается пара водящих. Водящие стремятся догнать любую другую пару играющих и запятнать одного из них. Салит игрок, сидящий на санках, он делает это только прикосновением руки. Если в паре игрок осален, пара становится водящей. Игра продолжается.

Правила :

1. Играть надо в пределах очерченной площадки.
2. Пара, заехавшая за границы площадки, становится водящей, игра продолжается.
3. Нельзя салить игроков той пары, которая только что была ведущей

2 НЕДЕЛЯ: «Ворота» (русская народная игра)

Все дети разбиваются на пары и становятся лицом друг к другу. Они берутся за руки, которые поднимают высоко над головой, образуя «ворота». Дети из последней пары быстро пробегают под воротами и встают впереди всех, затем бежит следующая пара. Игра заканчивается, когда все дети пробегут под воротами.

Правила:

1. Дети держат друг друга за руки, пробегая под воротами.
2. Нельзя задевать «ворота».
3. Во время игры можно изменять высоту ворот, постепенно «опуская руки»: это значительно усложнит выполнение задания.

3 НЕДЕЛЯ: «Золотые ворота» (русская народная игра)

В начале этой игры (другие варианты ее названий: гусиный мост, золотой мост) выбирают двух игроков. Они будут «солнцем» и «луной». Эти игроки становятся лицом друг к другу, берутся за руки и поднимают их, образуя «ворота». Остальные играющие берутся за руки и вереницей идут через ворота.

Водящие («солнце» и «луна») речитативом повторяют скороговорку:

Золотые ворота Пропускают не всегда: Первый раз прощается, Второй раз — запрещается, А на третий раз Не пропустим вас!

«Ворота» закрываются на последнем слове и ловят того, кто в этот момент проходил через них. Дети, зная, что «ворота» закрываются в конце стихотворения, спешат быстрее проскочить в них. Водящие тоже могут ускорять темп произнесения: так вся игра становится более динамичной и неожиданной.

Пойманный игрок становится сзади «луны» или «солнца», и игра продолжается вновь до тех пор, пока все игроки не будут распределены на две команды.

Дальше команды устраивают между собой соревнования в перетягивании (каната или взявшись за руки).

4 НЕДЕЛЯ: угадай, кто главный ? (русская народная игра)

дети выбирают ведущего, он на одну минуту покидает комнату, а в это время дети назначают «главного».

Когда ведущий возвращается, по его команде «главный» начинает делать различные движения, например, качать головой или топтать ногой, а дети должны повторять эти движения за «главным». Они должны это делать так, чтобы ведущий не догадался, кто эти действия придумывает. Задача ведущего – попытаться быстро отгадать, кто «главный», и если это ему удалось, то «главный» становится ведущим в следующем кону.

Февраль

1 НЕДЕЛЯ: Знакомство с народами Кавказа и их играми.

Бег с палкой в руке» (ингушская народная игра)

Известно много традиционных приемов этой игры, популярной у народов Северного Кавказа: держать палку на ладони, на пальце, на кулаке, локте и т.п. Рассмотрим, как можно устроить целое соревнование в беге, держа палку на ладони. Для этого надо заранее определить расстояние от старта до финиша и отметить его. Оно может быть 50—100 м, но маленькие дети могут бежать и на меньшую дистанцию. Также надо подготовить деревянные палки, с которыми участники будут соревноваться в беге. Они должны быть примерно одинакового веса и размера, чтобы все участники испытывали одинаковые трудности в удержании своих палок в равновесии. Если соревнуются школьники, то палки могут быть длиной до 1 м, если игра проводится со старшими дошкольниками, то длина палки не должна быть больше 50 см. Участники одного забега также не должны очень сильно отличаться между собой по росту.

Дети должны пробежать от старта до финиша, держа перед собой палку на ладони вытянутой вперед руки. Если ребенок во время бега уронил палку, то он выбывает из игры.

Побеждает тот, кто сумел первым добежать до финиша и не уронить палку.

Правила:

1. Если во время бега участник поддержал покачнувшуюся палку другой рукой, то он считается проигравшим и должен выбыть из игры.
2. При «фальстарте» игроку его результат не засчитывается.

2 НЕДЕЛЯ: «Слепой медведь» (осетинская народная игра)

Традиционно в этой игре внимание «слепого медведя» игроки привлекали с помощью трещоток: две деревянные палочки длиной с карандаш. Концы одной из палочек имели «зазубринки», при проведении по которым гладкой стороной другой палочки можно было получить своеобразный треск. Однако можно использовать и другие звуковые сигналы, например звон колокольчика. По жребию выбирают водящего «слепого медведя». Этому ребенку плотно завязывают глаза.

Остальные дети приближаются к медведю и начинают трещать деревянными палочками. «Слепой медведь» идет на звук и пытается поймать или «осалить» любого игрока. Спасаясь от медведя, игроки убегают в рассыпную. Но при этом они не должны покидать пределов игрового поля.

Пойманный игрок сам становится «слепым медведем».

Правила:

1. Если игрок покинет пределы игровой площадки, то он считается проигравшим.
2. Игрок, приблизившийся к медведю, должен обязательно трещать трещоткам.

3 НЕДЕЛЯ:

Дети изображают овец. Из числа играющих детей выбираются двое на роли «пастуха» и «волка». На площадке очерчивается место – «логово волка». На противоположной – место для овец.

Пастух пасет овец в середине площадки. По сигналу “пастуха” “волк”, “овцы”, бегут к нему за черту, а “волк” ловит заблудившихся “овец”, которые не успели подбежать к “пастуху”.

Правила:

1. Пойманные дети вновь включаются при ее повторении.
2. Рекомендуются для детей старшего дошкольного возраста.

4 НЕДЕЛЯ:

Март

Знакомство с особенностями украинских народных игр

1 НЕДЕЛЯ: «Колдун».

Перед началом игры выбирают колдуна. Для этого один из игроков вытягивает перед собой правую руку ладонью вниз, остальные подставляют под нее по одному указательному пальцу. По команде «Раз, два, три!» или по окончании считалки все отдергивают пальцы, а игроку с вытянутой рукой необходимо захватить чей-нибудь палец. Тот, чей палец таким образом будет захвачен трижды, становится колдуном. Все разбегаются, а колдун пытается догнать кого-нибудь и дотронуться рукой. Пойманный замирает, разведя руки в стороны. Расколдовать его могут другие игроки, дотронувшись до него рукой. Однако колдун следит за своей жертвой, и только кто-либо снимает чары, то он старается повторным ударом снова напустить их. Кроме того, он пытается заколдовать и тех, кто отваживается выручить товарища.

Правила

1. Заколдованный игрок остается на месте.
2. Заколдованный трижды сам становится колдуном, а его предшественник присоединяется к убегающим.

2 НЕДЕЛЯ: «Хлебчик»

Правила игры: дети делятся на водящего (хлебчик) и остальных участников, которые делятся на пары и становятся, держась за руки, друг за другом. Водящий происходит диалог.

- Пеку-пеку хлебчик, — выкрикивает хлебчик.
- А выпечешь? — спрашивают дети из последней в ряду пары.
- Выпеку!
- А убежишь?
- Посмотрю!

Дальше дети из этой пары должны разбежаться в разные стороны для того, чтобы, увильнув от хлебчика, снова взяться за руки и встать перед первой парой. Хлебчик же должен поймать одного из них и не допустить соединения пары.

Развивающие: развивает сообразительность, координацию в пространстве.

3 НЕДЕЛЯ: «В речку гоп»

Две шеренги стоят одна против другой на расстоянии полтора - два метра. Ведущий дает команду:

- В речку гоп! - все бегут вперед.

- На берег, гоп! - все бегут назад. Часто ведущий повторяет одинаковую команду несколько раз. В таком случае все должны стоять на месте.

Например:

- В речку гоп! - все бегут вперед.

- В речку гоп! - все стоят на месте. Кто бежит назад, - выбывает из игры.

Игра продолжается до тех пор, пока в одной из шеренг не выйдет последний игрок.

4 НЕДЕЛЯ: «Четыре стихии»

По правилам игры участники становятся в круг, в середину которого, встает водящий. Он бросает мяч кому-нибудь из играющих, произнося при этом одно из четырех слов: "земля", "вода", "огонь" или "воздух".

Если водящий сказал слово "земля", то тот кто поймал мяч, должен быстро (пока водящий считает до пяти) назвать какое-либо домашнее или дикое животное.

При слове "вода" играющий отвечает названием какой-либо рыбы, водных существ.

При слове "воздух" называются птицы.

При слове "огонь" все должны помахать руками. Затем мяч возвращают водящему.

Если игрок не успел назвать слово или ошибся – он «платит» фант, или меняются местами с водящим и игра продолжается.

Апрель

Ознакомление с особенностями белорусских народных игр.

1 НЕДЕЛЯ: «Посадка картофеля»

Создаются две команды по пять человек. Игрок, стоящий первым, — капитан, он держит в руках мешочек с пятью картофелинами (камешками). На расстоянии двадцати-тридцати шагов от каждой колонны начерчены пять кружков. По сигналу капитаны команд бегут к кружочкам и сажают картошку по одной в каждый кружочек, затем возвращаются и передают мешочек следующему игроку, который, взяв мешочек, бежит собирать картошку, и т. д.

Правила:

1. Капитаны стартуют по сигналу;

2. Игроки не выходят за линию без мешочка.

3. Если картошка упала, ее следует поднять и затем бежать;

4. подбегать к команде надо с левой стороны.

2 НЕДЕЛЯ: Белорусская народная игра «Ванюша и лебеди».

Правила игры: На земле чертят круг диаметром 10 м. Это лес, а в середине квадратик – это дом лесовика. В квадрате помещают Ванюшу и выбирают «лесовика». Остальные – «лебеди». «Лебеди», залетая в лес, пробуют забрать Ванюшу, а «лесовик» – поймать «лебедей» рукой. «Лебедь», которому удастся вывести из леса Ванюшу, сам становится «лесовиком», и игра начинается сначала.

Правила :

- 1.. Забегать в дом «лесовика» нельзя.
- 2.Пойманные «лебеди» выбывают из игры до смены ролей.
- 3.«Лесовик» не имеет права выходить из леса и все время стоять возле дома, он должен двигаться по площадке.

3 НЕДЕЛЯ: Ленок (Ляпок)

На земле рисуют кружки — гнезда, которых на два-три меньше, чем игроков. Все становятся в круг, берутся за руки. Ведущий в кругу делает разные движения, все повторяют их. По команде «Сажай лен» игроки занимают гнезда, а кто не займет гнездо, считается «посаженным»: его сажают в гнездо до конца игры.

Правила игры.

Побеждает тот, кто займет последнее свободное гнездо.

4 НЕДЕЛЯ: Прела-горела (Прэла-гарэла) Ведущий (или игрок) в разных местах прячет игрушки, сопровождая действия и словами:

Прела-горела, за море летела,

А как прилетела,

Так где-то и села,

Кто первый найдет,

Тот себе возьмет!

После этих слов все разбегаются по площадке, ищут спрятанные предметы.

Кто больше найдет, тот и выиграл.

Правила игры.

- 1.Начинать искать предметы можно только после произнесенных слов
2. Во время раскладывания игрушек все должны стоять с закрытыми глазами и не подсматривать.
- 3.Прятать игрушки необходимо быстро.

Май

Закрепление изученных игр. Игры по желанию детей.

Закреплять полученные навыки и умения.