

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 40
«Улыбка» г. Светлоград

Принята
на педагогическом совете
МКДОУ ДС № 40 «Улыбка»
г. Светлоград
Протокол № 1 от 20.09.2022 г.



2022 г.

Утверждаю
Заведующий МКДОУ ДС № 40
«Улыбка» г. Светлоград
Л.В. Сергеева
Приказ № 36 от 20.09.2022 г.



2022 г.

Программа дополнительного образования (кружок) «Страна Игралия»

Срок реализации: 1 год Программа
рассчитана на детей 3-4 года Автор
программы: Скребцова С.А.

г. Светлоград 2022г

1. Пояснительная записка

Физическое воспитание в дошкольном образовательном учреждении осуществляется как на специальных физкультурных занятиях, так и в игровой деятельности, и повседневной жизни детей.

Игра — самая любимая и естественная деятельность младших дошкольников, отвечающая их жизненно важным потребностям. Игра \ занимает важнейшее место в жизни малыша и является главным средством

воспитания и оздоровления. Подвижные игры благоприятно влияют на весь организм ребёнка в целом. Радость и удовольствие сопровождают интересную, активную и доступную для ребёнка игру, она захватывает малыша, оказывая положительное влияние на общее физическое и умственное развитие.

Играя, ребёнок удовлетворяет свою потребность в движениях и одновременно с этим повторяет уже освоенный материал. Подвижные игры проводятся ежедневно в группе или на прогулке в зависимости от погодных условий. При активной деятельности детей на воздухе усиливается работа сердца и лёгких. Это оказывает благоприятное влияние на общее состояние детей: улучшается нервная система, повышается сопротивляемость организма к различным заболеваниям.

С помощью подвижных сюжетных игр малыши легче проходят адаптацию в детском саду, учатся действовать по словесной инструкции взрослого. У них появляется интерес к занятиям, которые вызывают положительные эмоции, радостное настроение. Подвижные игры создают благоприятные условия для развёртывания активной двигательной деятельности

2. Актуальность программы

Подвижные игры - одно из основных средств физического воспитания детей младшего дошкольного возраста. Огромную потребность в движении дети обычно стремятся удовлетворить в играх. Играть для них - это, прежде всего, двигаться, действовать. В игровой деятельности детей объективно сочетаются два очень важных фактора: с одной стороны, дети включаются в практическую деятельность, развиваются физически, привыкают самостоятельно действовать; с другой стороны - получают моральное и эстетическое удовлетворение от этой деятельности, углубляют познания окружающей их среды. Все это в конечном итоге способствует воспитанию личности в целом.

Таким образом, игра - одно из комплексных средств воспитания: она направлена на всестороннюю физическую подготовленность (через непосредственное овладение основами движения и сложных действий в изменяющихся условиях коллективной деятельности), совершенствование функций организма, черт характера играющих. Почти в каждой подвижной игре присутствует бег, прыжки, метания, упражнения на равновесие и т.д. В играх воспитываются основные физические качества ребенка, такие как сила, быстрота, выносливость и совершенствуются разнообразнейшие двигательные умения и навыки.

Цель: развитие общей моторики у детей дошкольного возраста.

Задачи:

1. Развивать у детей двигательные качества: ловкость, быстроту, координацию.
2. Развивать речевую активность детей, вырабатывать правильный темп речи, интонационную выразительность.
3. Воспитывать самостоятельность, активность, эмоциональность, совершенствовать коммуникативные способности детей.

Подбор детей для дополнительной деятельности: При отборе детей учитывались возрастные особенности и желание родителей.

Формы и режим занятий: Занятия дополнительной деятельности начинают проводиться с октября месяца, так как именно к этому периоду дети проходят адаптацию, расписание занятий строится в соответствии с возрастными особенностями из расчета 1 раз в неделю по 15 минут. В группе 10 человек.

Структура: Дополнительная деятельность по физической культуре для младших дошкольников проводится в игровой форме и включает в себя:

- пальчиковые игры,
- подвижные игры,
- игры малой подвижности,
- игровые упражнения,

3. Календарно - тематическое планирование на 2022-2023 уч.год

Октябрь

1 занятие	1 .Пальчиковая гимнастика «Гули - гули» 2.Подвижная игра «Поезд» 3. Игровое упражнение «Пройди по дорожке» 4. Игра малой подвижности «Пузырь»
2 занятие	1 .Пальчиковая гимнастика «Гули - гули» 2. Подвижная игра «Самолеты» 3. Игровое упражнение «Мой веселый звонкий мяч» 4. Подвижная игра «Воробушки»
3 занятие	1 .Пальчиковая гимнастика «Гули - гули» 2. Игровое упражнение «Мячик» 3. Игровое упражнение «Кто дальше прокатит?» 4. Игра малой подвижности «Зайка серый умывается»
4 занятие	1 .Пальчиковая гимнастика «Гули - гули» 2. Подвижная игра «Птички в гнездышках» (с обручами) 3. Игровое упражнение «Через ручеек» 4. Игра малой подвижности «Курочка хохлатка» <i>Ноябрь</i>
1 занятие	1. Пальчиковая гимнастика «На лужок» 2. Игровое упражнение «Найди свой домик» 3. Подвижная игра «Поезд» 4. Игра малой подвижности «По ровненькой дорожке»
2 занятие	1. Пальчиковая гимнастика «На лужок» 2. Игра малой подвижности «Зайка беленький сидит» 3. Подвижная игра «Ловкие зайчата» 4. Игра малой подвижности «Найдем зайчонка»
3 занятие	1. Пальчиковая гимнастика «На лужок» 2. Игра малой подвижности «Пузырь» 3. Игровое упражнение «Из обруча в обруч» 4. Подвижная игра «Огуречик, огуречик»
4 занятие	1. Пальчиковая гимнастика «На лужок» 2. Подвижная игра «Игра с собачкой» 3. Игровое упражнение «По мостику» 4. Игровое упражнение «Поймай снежинку»

Декабрь

1 занятие.	1. Пальчиковая гимнастика «Мальчики» 2. Игровое упражнение «Через болото» 3. Подвижная игра «Быстрые жуки» 4. Игра малой подвижности «Качели»
2 занятие.	1. Пальчиковая гимнастика «Мальчики» 2. Игра малой подвижности «Веселись детвора» 3. Подвижная игра «Кузнечики» 4. Игровое упражнение «Мячик»
3 занятие.	1. Пальчиковая гимнастика «Мальчики» 2. Подвижная игра «Лохматый пес» 3. Игровое упражнение «Пролезь в норку» 4. Подвижная игра «Мыши и кот»
4 занятие.	1. Пальчиковая гимнастика «Мальчики» 2. Подвижная игра «Игра с собачкой» 3. Игровое упражнение «Найди свой цвет» 4. Игровое упражнение «Слушай сигнал»
<i>Январь</i>	
1 занятие.	1. Пальчиковая гимнастика «Коза и козленок» 2. Игра малой подвижности «Зайка беленький сидит» 3. Подвижная игра «Лошадки» 4. Игровое упражнение «Ветерок»
2 занятие.	1. Пальчиковая гимнастика «Коза и козленок» 2. Игровое упражнение «Перебрось мяч» 3. Игровое упражнение «Прокати мяч» 4. Игровое упражнение «Мячик»
3 занятие.	1. Пальчиковая гимнастика «Коза и козленок» 2. Игровое упражнение «Слушай сигнал» 3. Игровое упражнение «Через шнур» 4. Подвижная игра «Ровным кругом»
4 занятие.	1. Пальчиковая гимнастика «Коза и козленок» 2. Игровое упражнение «Поймай комара» 3. Игра малой подвижности «Мы топаем ногами» 4. Игровое упражнение «Выше -ниже»

Февраль

1 занятие.	<ol style="list-style-type: none">1. Пальчиковая гимнастика «Белка»2. Игра малой подвижности «Кто тише»3. Подвижная игра «Карусель»4. Игровое упражнение «Лови-бросай»
2 занятие.	<ol style="list-style-type: none">1. Пальчиковая гимнастика «Белка»2. Игровое упражнение «Прокати мяч»3. Игровое упражнение «Догони мяч»4. Игровое упражнение «Мой веселый звонкий мяч»
3 занятие.	<ol style="list-style-type: none">1. Пальчиковая гимнастика «Белка»2. Игровое упражнение «Найди себе пару»3. Игровое упражнение «Прыжки из обруча в обруч»4. Подвижная игра «Найди свой домик»
4 занятие.	<ol style="list-style-type: none">1. Пальчиковая гимнастика «Белка»2. Игровое упражнение «Поймай комара»3. Игра малой подвижности «Мы топаем ногами»4. Игровое упражнение «Выше -ниже»
Март	
1 занятие.	<ol style="list-style-type: none">1. Пальчиковая гимнастика «Зайцы»2. Игра малой подвижности «Зайка беленький сидит»3. Подвижная игра «Найди свой цвет»4. Игровое упражнение «Поймай снежинку»
2 занятие.	<ol style="list-style-type: none">1. Пальчиковая гимнастика «Зайцы»2. Игровое упражнение «Добеги до кегли»3. Игровое упражнение «Догони меня»4. Игровое упражнение «Трамвай»
3 занятие.	<ol style="list-style-type: none">1. Пальчиковая гимнастика «Зайцы»2. Игровое упражнение «Кто быстрее»3. Игровое упражнение «По ровненькой дорожке»4. Подвижная игра «Птички в домиках»
4 занятие.	<ol style="list-style-type: none">1. Пальчиковая гимнастика «Зайцы»2. Игровое упражнение «Снежная карусель»3. Игра малой подвижности «Мы топаем ногами»4. Игровое упражнение «Где цыпленок»

Апрель

1 занятие.	<ol style="list-style-type: none">1. Пальчиковая гимнастика «Прогулка»2. Игра малой подвижности «Угадай кто позвал»3. Подвижная игра «Кролики»4. Игровое упражнение «Найди свой цвет»
2 занятие.	<ol style="list-style-type: none">1. Пальчиковая гимнастика «Прогулка»2. Игровое упражнение «Бег м/у кеглями»3. Игровое упражнение «Допрыгни до кегли»4. Игровое упражнение «Сбей кеглю»
3 занятие.	<ol style="list-style-type: none">1. Пальчиковая гимнастика «Прогулка»2. Игровое упражнение «Мы топали ногами»3. Игровое упражнение «Через шнур»4. Подвижная игра «Солнышко и дождик»
4 занятие.	<ol style="list-style-type: none">1. Пальчиковая гимнастика «Прогулка»2. Игровое упражнение «Догони свою пару»3. Игра малой подвижности «Успей поймать»4. Игровое упражнение «Большой-маленький»
<i>Май</i>	
1 занятие.	<ol style="list-style-type: none">1. Пальчиковая гимнастика «Десять внучат»2. Игра малой подвижности «Зайка беленький сидит»3. Подвижная игра «Догони меня»4. Игровое упражнение «Достань до мяча»
2 занятие.	<ol style="list-style-type: none">1. Пальчиковая гимнастика «Десять внучат»2. Игровое упражнение «Мяч по дорожке»3. Игровое упражнение «Мяч друг другу»4. Игровое упражнение «Мячик попрыгун»
3 занятие.	<ol style="list-style-type: none">1. Пальчиковая гимнастика «Десять внучат»2. Игровое упражнение «Тоннель»3. Игровое упражнение «Через шнур»4. Подвижная игра «Путешествие поездом»
4 занятие.	<ol style="list-style-type: none">1. Пальчиковая гимнастика «Десять внучат»2. Игровое упражнение «Успей поймать»3. Игра малой подвижности «Жмурки»4. Игровое упражнение «Кошки мышки»

Ожидаемые результаты:! течение года занимаясь дополнительной деятельностью, дети должны научиться ориентироваться в пространстве, бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, начинать движение и менять его по сигналу, находить свое место, научиться отталкивать мяч при катании, бросать и ловить его, прыгать на двух ногах. Более развито развитие речи и все психологические процессы.

Список используемой литературы

- 1) Афонькина, Ю.А. Организация деятельности Центра игровой поддержки ребенка раннего возраста: конспекты игровых дней / Ю.А. Афонькина, Е.М. Омельченко. Волгоград: Учитель, 2012. 205с
- 2) Новинковская, О. А. Ум на кончиках пальцев: маленькие подсказки для родителей. - Изд. 2е допол. - М.: АСТ; СПб.: Сова, 2006. - 158с.
- 3) Светлова, Е. И. Развиваем мелкую моторику и координацию движений рук. - М.: Эксмо, 2007. - 72с.
- 4) Сенкевич, Е.А., Большева Т.В. Физкультура для малышей. Методическое пособие для воспитателей. - СПб.: «Детство - пресс», 2005.-48с.
- 5) Сочеванова, Е.А. подвижные игры с бегом для детей. Методическое пособие для педагогов ДОУ. - СПб.: Детство - Пресс, 2009. - 48с.
- 6) Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Пособие для воспитателей детского сада. - М.: «Просвещение», 1983. - 96с.
- 7) Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 3- 5 лет конспекты нетрадиционных занятий и развлечений в спортивном зале: Пособие для воспитателей и инструкторов по физкультуре. - М.: издательство ГЕОМ и Д 2003. - 104с.
- 8) Щебеко, В.Н Физкультурные праздники в детском саду: Творчество и двигательная деятельность дошкольников: Кн. для воспитателей дет.сада / В.Н. Щебеко, Н.Н. Ермак. - 2е изд. - М. : Просвещение, 2001. 93с

Пальчиковая гимнастика

1. Гули-гули

Гули, гули, полетели (взмахните перед собой кистями),

На головку гули сели (положите обе руки на голову),

Сели, посидели (покачайте головой)

Опять полетели

(взмахните перед собой кистями рук)

Примечание: играя во второй раз, слово «гули» можете заменить на «ути».

2. На лужок

На лужок прыгали зайчата

(перечисляя животных, правой рукой загибайте по одному пальцу на левой),

Медвежата и бельчата,

А лягушата и енот (покажите кулак).

На зеленый на лужок

(шагайте» указательным и средними пальцами правой руки по столу).

Приходи и ты, дружок!

3. Мальчики

Большаку дрова рубить

(покажите кулак; по очереди, начиная с большого, разгибайте пальцы из кулака),

А тебе воды носить,

А тебе печку топить,

А тебе тесто месить,

А малышке песни петь.

Родных братьев потешать

(вытяните ладонь перед собой и пошевелите всеми пальцами).

4. Коза и козленок

Идет коза рогатая

(изобразите рога с помощью указательного пальца и мизинца правой руки),

Идет коза бодатая.

За ней козленочек бежит

(изобразите колокольчик—пальцы правой руки соберите щепотью и опустите вниз),

Колокольчиком звенит.
(покачивайте «колокольчиком»).

5.Белка

Сидит белка на тележке,
Хлопки ладонями и у дары кулачками друг о друга попеременно. *Продает она орешки.*
Лисичке- сестричке,
Загибать пальчики, начиная с большого.
Воробью, синичке,
Мишке толстопятому,
Заиньке усатому.
Кому в платок,
Ритмичные хлопки ладонями и удары кулачками друг о друга *Кому в зобок,*
Кому в лапочку.

6.Зайцы

Скачет зайка косой
(правой рукой изобразите скачущего зайчика; для этого сожмите кулак а указательный и средний пальцы выпрямите — это ушки; покачивайте рукой вверх-вниз)
Под высокою сосной
- (выпрямите и растопырьте все пальцы, изображая дерево).
Под другою сосной
(левой рукой изобразите дерево)
Скачет зайка другой
(левой рукой изобразите зайчика).

7.Прогулка

Пошли пальчики гулять
(руки сожмите в кулаки, большие пальцы вытянуты и синхронно передвигаются по столу),
А вторые — догонять
(теперь указательные пальцы начинают «скакать»)
Третьи пальчики — бегом
(средние пальцы «скачут» еще быстрее),
А четвертые — пешком
(по столу не спеша передвигаются безымянные пальцы).
Пятый пальчик поскакал
(кулаки раскрываются полностью; сначала «скачут» мизинцы, а затем расслабленные ладони падают па стол)
И в конце пути упал.

8. Десять внучат

У нашей бабушки

(руки сожмите в кулаки)

Десять внучат

(разожмите кулаки и покажите 10 пальцев). *Две Акульки сопят в люльке*
(пошевелите мизинцами),

Две Аринки спят на перинке (пошевелите безымянными пальцами),

Две Аленки глядят из пеленки (пошевелите средними пальцами),

Два Ивана на лавках сидят (пошевелите указательными пальцами),

Два Степана учиться хотят (пошевелите большими пальцами).

Десять внуков (покажите 10 пальцев)

А бабушка одна (прижмите ладони к груди).