

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «Аленушка»**

**Алтайский край
Усть-Пристанский район
с. Усть-Чарышская Пристань**

Принята:
Педагогический совет
МБДОУ «Детский сад «Аленушка»
Протокол № 1 от 02.09.2019 г.

Утверждена:
Приказ № 12 от 03.09.2019 г
Заведующий МБДОУ
Детский сад «Аленушка»
_____ Н.А.Комарова

Целевая программа по физическому развитию детей дошкольного возраста
«ПОДВИЖНЫЕ И НАРОДНЫЕ ИГРЫ В ЖИЗНИ ДОШКОЛЬНИКА»
направленность программы – физкультурно-оздоровительная
возраст детей 4 -5 лет, срок реализации – 1 год

Автор: Гудкова Наталия Александровна
воспитатель,
первой квалификационной категории

2019 год

Содержание

1. Типология программы.
2. Целевой раздел программы.
 - 2.1. Пояснительная записка
 - 2.2. Условия реализации программы
3. Содержательный раздел программы
 - 3.1. Комплексно – тематический план работы
 - 3.2. Перспективный план работы с родителями
4. Организационный раздел программы
5. Список литературы

1. Типология программы

Программа «Подвижные и народные игры в жизни дошкольника» является:
по виду: целевой программой по физическому развитию детей 4 -5 лет;
по содержанию: физкультурно-оздоровительной направленности.

2. Целевой раздел программы

2.1. Пояснительная записка

Человеческая личность – это гармония мысли и движения. В настоящее время большое значение имеет формирование физически здорового, активного, гармонически развитого человека. Особое внимание нужно уделить подвижным играм, поскольку игра вызывает у детей большой эмоциональный отклик и помогает безболезненно включиться в учебную работу. Игры способствуют правильному физическому развитию организма. Дети учатся разным подвижным играм и ежедневному занятию ими.

Данная программа актуальна, так как участвует в решении одной из самых первоочередных задач современного образования – формирование здорового образа жизни дошкольников, через специально организованную двигательную активность ребенка.

Всем известно, что дети любят играть. Это стремление нужно умело использовать в интересах самих детей, развивая и воспитывая в них такие необходимые им качества, как сила, ловкость.

Подвижные (народные) игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине; ее культуре и наследию. По содержанию все подвижные (народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Сегодня народные игры почти исчезли из детства. Сохранение и возрождение национальной культуры является ныне одной из первостепенных задач. Что бы у ребенка сформировалось чувство любви к Родине, необходимо воспитывать у него эмоционально положительное отношение к тем местам, где он родился и живет, развивать умение видеть и понимать их красоту, желание узнавать о них больше, формировать стремление оказывать посильную помощь людям, которые его окружают. Поэтому надо помнить, что народные игры как жанр устного народного творчества являются национальным богатством, и мы должны сделать их достоянием наших детей. Так возникла необходимость в создании целевой программы по физическому развитию "Подвижные и народные игры в жизни дошкольника"

Цель данной программы – развитие физических способностей и общеукрепляющее воздействие на организм ребенка через подвижные игры.

Основные задачи:

- 1) повысить уровень двигательной активности;
- 2) способствовать физическому, психическому развитию детей;
- 3) развивать активность и творчество занимающихся, любознательность, честность;
- 4) вызвать интерес к подвижным и народным играм, позволить детям ощутить красоту и радость движений.

2.2. Условия реализации программы:

- Изучение методической литературы («Сборник подвижных игр» Э.Я. Степаненкова, «Малоподвижные игры и игровые упражнения» М.М. Борисова)
- Создание условий для проведения подвижных игр: дополнение пособиями в физкультурном и игровом уголке в группе (эстетическое оформление, рациональность расположения игрового материала)
- Перед изучением народной подвижной игры – беседа об истории ее создания, рассказ о повадках животных - персонажах игр, таких, как «У

медведя во бору», «Лиса в курятнике», «Зайцы и волк» и т. д., беседы о разных народах, населяющих Россию, знакомство с историей и традициями этих народов.

Народные подвижные игры были выбраны в соответствии с теми задачами по физическому воспитанию, над которыми проводилась работа в данный момент и теми двигательными навыками, которыми дети уже овладели, а также в соответствии с рекомендациями программы и на основе принципа сходства используемой атрибутики или решаемых с помощью игр задач.

Игра как средство воспитания.

Развитие подвижных игр в воспитательных целях связано с образом жизни людей. В играх отражаются особенности психического склада народностей, идеология, воспитание, уровень культуры и достижения науки. Кроме того, некоторые игры приобретают определенный оттенок в зависимости от географических и климатических условий.

Оздоровительное значение подвижных игр.

Правильно организованные подвижные игры оказывают благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки детей. Большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

Продолжительность реализации программы: 1 год.

Участники:

- дети 4-5 лет;
- родители;
- музыкальный руководитель

Условия проведения.

Занятие проводится 1 раз в неделю, на проведение одного занятия - 20 минут средняя группа в игровой форме; всего 34 занятия в год.

Формы и методы оценки.

Результатом работы в первую очередь является самостоятельная организация подвижных игр в группе и на прогулке.

Планируемый результат:

- Укрепление здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни.
- Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр.
- Развитие умений работать в коллективе.
- Формирование у детей уверенности в своих силах.
- Умение применять игры самостоятельно.

3. Содержательный раздел программы

На первом этапе проводится ознакомление детей с русскими народными играми.

Подвижные игры способствуют повышению уровня двигательной активности до уровня, обеспечивающего нормальное физическое,

психическое развитие и здоровье детей; обеспечиваются условия для проявления активности и творчества каждого ребенка.

Подвижные народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. Радость движения сочетается с духовным обогащением.

Содержание программы определено с учётом:

- возрастных, психофизиологических и индивидуальных особенностей дошкольников, их интересов и потребностей,
- тенденции развития воспитания и образования.

Содержание работы:

Бессюжетные игры

Данные игры типа ловишек, перебежек, салок. Отличается наличие правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Развиваются: самостоятельность, глазомер, быстрота и ловкость движений, ориентировка в пространстве. Дети учатся координировать свои действия. Упражняясь в играх данного раздела, дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мяч, шар, скакалка). Эти игры чаще всего основаны на простых движениях: беге, ловле, умении прятаться. Такие игры доступны всем.

Игры-забавы

В работе с детьми используются игры-забавы, аттракционы. Не будучи особо важными для физического развития, они часто проводятся на спортивных праздниках, на вечерах досуга. Двигательные задания в этих играх выполняются в необычных условиях и часто включают элемент соревнования (бежать в мешке, выполнить движение с закрытыми глазами)

Это веселое зрелище, развлечение для детей, доставляющие им радость, но и требующие от участников двигательных умений, ловкости, сноровки.

Народные игры

В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора: движения точны и образны, часто сопровождаются считалками, потешками, веселыми моментами. Игровая ситуация увлекает и воспитывает детей, а действия требуют от детей умственной деятельности.

Любимые игры детей (предложенные детьми)

В данный раздел включены игры, которые предложили сами дети. Все игры коллективные. Дети выступают в роли ведущих, объясняют и проводят игру. Педагог следит за ходом игры, дает советы. У детей появляется интерес к самостоятельному проведению игры, сохраняется эмоционально-положительное настроение и хорошие взаимоотношения играющих. Дети приучаются ловко и стремительно действовать в игровой ситуации, оказывать товарищескую помощь, добиваться достижения цели и при этом испытать радость. Ребята учатся самостоятельно и с удовольствием играть.

3.1. Комплексно-тематический план работы

сентябрь

1-2неделя Подготовка инвентаря, видеотеки, аудиотеки, физкультурного уголка в группе.

3-4неделя Обследование знаний о подвижных играх, умений организации и самоорганизации.

октябрь

1неделя Знакомство с обычаями и традициями русских народных игр (беседа, презентация)

Разучивание считалок, использование их в игре. Вводное занятие

2 неделя подвижные игры «С кочки на кочку» «Медведь и пчелы»

Русская народная игра «Капустка», «Репка» Русская народная игра «Дедушка Рожок»

Музыкальная игра «Воробей» (по рекомендации музыкального руководителя)

малоподвижные «Море волнуется»

3-4неделя подвижные Символическая игра «Коршун». «Гуси-лебеди»

«Удочка» «Хитрая лиса»

Русская народная игра «Лягушки на болоте» Русская народная игра «Золотые ворота»

малоподвижные «Эхо»

ноябрь

1-2неделя подвижные игры «Карусели» «Где был Иванушка?» «Ловишки» «Наседка и цыплята»

Русская народная игра «Игровая», «Лошадки»

Музыкальная игра «Горшочки» (по рекомендации музыкального руководителя)

малоподвижные «Летает – не летает»

3-4неделя подвижные «Перелет птиц» «Караси и щука» «Мышеловка» «Зайцы и волк»

«Гуси летят»

Русская народная игра «Ручеёк», «Скакалка»

Музыкальная игра «Давай с тобой миленький» (по рекомендации музыкального руководителя)

малоподвижные «Найди свой цвет»

декабрь

1-2неделя подвижные «Бездомный заяц» «Перебежки» «Хитрая лиса» «Мыши в кладовой» «Обыкновенные жмурки»

Русская народная игра «Мороз красный нос», «Бабка Ёжка»

Музыкальные игры «Саночки» «Челночок» «Дрема» (по рекомендации музыкального руководителя)

малоподвижные «Кто ушел»

3-4 неделя подвижные *«Лохматый пес» «Зайцы и волк» «Быстро возьми, быстро положи»,*

«Хитрая лиса»

Русская народная игра *«Два Мороза»*

малоподвижные *«Молчанка»*

январь

2 неделя Гулянья в детском саду на Рождество. Тематические дни - *«Пришли святки - запевай колядки!»*

Учить колядки. Изготовление «Ангелочка». Подготовка костюмов к гуляниям (костюмы животных, маски, платки, другие головные уборы, сарафаны, фартуки, длинные юбки и т. д.) и различных шумовых инструментов (погремушки, дудки, свистки, деревянные ложки, бубны и т. д.).

3-4 неделя подвижные игры *«Охотник и зайцы» «Кто сделает меньше прыжков» «У медведя во бору» «Наседка и цыплята», «Пустое место»*

Русская народная игра *«Хлоп! Хлоп! Убегай!»*, *«Жмурки»*

малоподвижные *«Найди и промолчи»*

февраль

1-2 неделя подвижные игры *«Сделай фигуру» «Лиса в курятнике» «Горелки»*

Русская народная игра *«Сова»*

Музыкальная игра «У Маланьи, у старушки» (по рекомендации музыкального руководителя)

малоподвижные *«Подбрось – поймай»*

3-4 неделя подвижные игры *«Слышим – делаем», «Охотники и звери», «Стоп», «Салки»*

Русская народная игра *«Ястреб», «Бубенцы»*

Закличка «Широкая Масленица» или «Пришла Масленица», «Горелки»

малоподвижные *«Тихо – громко»*

Гулянье в детском саду «Масленица»- тематическая неделя

март

1-2 неделя подвижные игры *«Перелет птиц», «Садовник и цветы», «Салки»*

Русская народная игра *«Матушка Весна», «Пирог»*

Музыкальные игры «Солнышко», «Летели две птички» (по рекомендации музыкального руководителя)

малоподвижные *«Летают – не летают»*

3-4 неделя подвижные игры *«Садовник и цветы» «Лиса в курятнике», «Наседка и цыплята», «Коршун»*

Русская народная игра *«Малечина-Калечина», «Пастушок»*

малоподвижные *«Великаны и гномы»*

22 марта Сороки (Жаворонки) День прилета жаворонков - тематический день. *Выпекание «жаворонков». Учить заклички.*

апрель

1-2 неделя подвижные игры *«Удочка» «Ловишки» «Пятнашки» «Гуси – лебеди»*

Русская народная игра «Салки»

«Морская фигура», «Море волнуется», «Ручеек», «Кораблик»
малоподвижные «Затейники»

3-4 неделя подвижные игры «Коршун и насадка» «У медведя во бору»
«Бездомный заяц» «Карусель»

Русская народная игра «Ткачиха», «Медведь»

Музыкальная игра "Родничок" (Игра для девочек), «Водяной» (по рекомендации музыкального руководителя)

малоподвижные «Тишина»

май

1-2 неделя подвижные игры «Серсо» «Перебежки» «Перетягивание каната»

Русская народная игра «Горелочки с платочком», «Хромая лиса»

Музыкальная игра «Жаворонок», «Ручеек-журчалочка» (по рекомендации музыкального руководителя)

малоподвижные "Сбей кеглю"

3-4 неделя Обследование знаний подвижных игр, умений организации и самоорганизации.

Физкультурно - музыкальное развлечение «Фестиваль народных игр» (с родителями)

3.2.Перспективный план работы с родителями

Месяц	Мероприятие	Примечание
Сентябрь	Родительское собрание «Ознакомление родителей с программой по физическому развитию "Подвижные и народные игры в жизни дошкольника"	Обсуждение помощи в изготовлении атрибутов к играм
Ноябрь	Папка - передвижка "Игры дома", консультация «Подвижная игра в жизни ребенка»	Наглядная информация, буклеты
Январь	Открытое	Подготовка костюмов, выпечка

	мероприятие «Колядки»	печенья для чаепития, участие в мероприятиях
Март	«Веснянки» - комплекс тематических мероприятий, посвященных Масленице, Пасхе, прилету птиц	Участие в конкурсах детского сада, традиционных праздниках, помощь в изготовлении атрибутов
Май	Совместное развлечение «Фестиваль народных игр»	Помощь и участие родителей

4. Организационный раздел программы

Методическое обеспечение программы.

Теоретический материал программы организовывается в форме бесед, до выполнения двигательной деятельности.

Практические упражнения объединяются в комплексы, которые периодически изменяются, обновляются.

Занятия проводятся интегрировано. При проведении занятий учтены особенности организма детей, его пониженные функциональные возможности. Поэтому индивидуальный подход должен быть одним из основных принципов организации занятий.

Методика обследования знаний подвижных игр и умений организации и самоорганизации детей в них.

Обследование проводит воспитатель:

1. Каждый рассказывает какую-нибудь считалочку для выбора водящего.

2. Каждый ребенок рассказывает правила одной игры, по выбору воспитателя.

3. Может ли данный ребенок организовать подвижную игру со сверстниками, определяет воспитатель.

Оценка:

4 балла. Ребенок знает название не менее 5 подвижных игр (знание выбора водящего - не менее 3 различных считалочек, может рассказать правила игры, которую предлагает воспитатель и умеет организовать их со сверстниками).

3 балла. Знает 2-3 подвижные игры (знание выбора водящего - считалочка, но затрудняется в самостоятельной организации их).

2 балла. Знает не более одной подвижной игры (не имеет знаний выбора водящего, но организует ее только с частичной помощью взрослого).

1 балл. Все выполняет по подсказке взрослого.

0 баллов. Полное отсутствие знаний игр и умений их организовать.

5.Список литературы

1. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. – Мозаика – Синтез, 2018.
2. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика
3. Пензулаева Л.И.Физическая культура в детском саду
4. Степаненкова Э.Я Сборник подвижных игр. – М.: Мозаика – Синтез, 2018.
5. Бирюкова Н.Г. Сборник подвижных игр и игровых упражнений для детей дошкольного возраста.-Барнаул, 2013.