

Ханты - Мансийский автономный округ – Югра
Администрация Октябрьского района
Управление образования и молодежной политики
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида «Ромашка»

Программа

"Играем всей семьей"

(для детей от 2 до 3 лет и их родителей)

Разработчик программы
Басова А.Н.



Уньюган

Ханты - Мансийский автономный округ – Югра
Администрация Октябрьского района
Управление образования и молодежной политики

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида «Ромашка»

Тип учреждения: *Дошкольное образовательное учреждение*

Вид учреждения: *Детский сад общеразвивающего вида*

Возраст воспитанников: *Дети от 2 до 3 лет, посещающих
детский сад, и их родители*

Название программы: *"Играем всей семьей"*

Название образовательной области: *Воспитание детей
раннего возраста*

Вид образовательной программы: *Рабочая*

Уньюган

Рекомендовано Педагогическим советом Муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад общеразвивающего вида «Ромашка» поселка Уньюган Октябрьского района Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, протокол № 5 от 04.09.2008 г.

Авторы:

Басова Алена Николаевна, воспитатель первой квалификационной категории МДОУ «ДСОВ «Ромашка»

Рецензенты:

Касаткина Е.В., заместитель заведующего по методической и воспитательной работе первой категории МДОУ «ДСОВ «Ромашка»

Норин А.Н., руководитель физического воспитания Тюменского государственного педагогического колледжа

Басова А.Н. Программа "Играем всей семьей" – 2008 г. – 23с.

В Программе, адресованной практическим работникам ДОУ, раскрываются современные подходы к оптимизации двигательной активности детей 2-3 лет. Большое внимание уделено взаимодействию ДОУ и родителей, многие материалы могут быть использованы не только в детском саду, но и дома.

Кроме того, представлен практический материал: примеры перспективного планирования на год, тематическое планирование тридцати сюжетных занятий, а также конспекты занятий для детей раннего возраста, которые помогут взрослым организовать педагогически ценное общение с малышами.

СОДЕРЖАНИЕ

1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	6
1.1. Концепция программы.....	6
1.2. Актуальность.....	7
1.3. Новизна.....	7
1.4. Цель программы.....	8
1.5. Задачи.....	8
1.6. Участники.....	8
1.7. Продолжительность реализации программы.....	8
1.8. Форма организации занятий и условия их проведения.....	9
1.9. Межпредметные связи.....	9
1.10. Ожидаемый результат.....	9
2.СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	10
3.УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН.....	11
4.КРАТКАЯ МЕТОДИКА И СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ.....	18
4.1. Условия реализации программы.....	19
4.2. Материально-техническое обеспечение.....	20
4.3. Кадровое обеспечение.....	21
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	21
ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИХ МАТЕРИАЛОВ.....	21
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	23

1. Пояснительная записка

1.1. Концепция программы

Игры детей - вовсе не игры, и правильнее смотреть на них как на самое значительное и глубокомысленное занятие этого возраста.

М. Монтень

Детский сад «Ромашка» – это одноэтажный комплекс, состоящий из трех автономных зданий. Дети первой младшей группы находятся в здании, где нет спортивного зала, и физкультурные занятия проводятся в групповой комнате. Площадь группы составляет 52 м², из них - 2/3 помещения занимает игровое оборудование и детская мебель, что ограничивает двигательную активность детей. Поэтому во время утренней гимнастики, физкультурных занятий ходьба и бег выполняются на месте. Вследствие небольшого свободного пространства малыши испытывают двигательный дефицит, получают низкую двигательную нагрузку.

Физкультурный зал детского сада, имеющий хорошую спортивную базу, находится в отдельном здании. Процесс одевания, раздевания малышей, переход в спортивный зал из одного здания в другое занимает много времени. В сложившихся условиях дополнительные занятия по развитию двигательных навыков детей 2-3 лети нерационально проводить в первую половину дня. Поэтому педагоги предложили организовать дополнительные занятия по физическому воспитанию малышей 1 раз в неделю в вечернее время. Таким образом, в жизнедеятельности данной группы появился «динамический час». Обобщением практического опыта работы воспитателей по формированию двигательных умений и навыков детей 2-3 лет стало составление данной программы.

Программа «Играем всей семьей» описывает формы включения родителей в жизнь детей первой младшей группы детского сада и обеспечивает содержание физического воспитания, включенного в «Программу воспитания и обучения детского сада» под редакцией М.А.Васильевой. Работа по программе строится так, чтобы в ходе ее реализации активно совершенствовались функциональные возможности детского организма, чтобы обогащался двигательный опыт, стимулировался естественный процесс развития двигательных способностей и качеств ребенка.

Очень многое - ловкость, выносливость, спортивную форму - можно заложить в самом раннем возрасте. Детский сад – это учреждение, которое создает и предоставляет условия для всестороннего развития ребенка. Для успешного физического развития малыша нужно объединить усилия воспитателей и всех членов семьи, необходимо привлекать родителей к совместным игровым занятиям на базе детского сада. Тем самым, побуждая их быть не только созерцателями и зрителями учебно-воспитательного процесса, но и принимать на себя роль педагога. Становясь в игровой деятельности активным участником процесса обучения своих детей, мамы и папы чувствуют себя «хорошими родителями», поскольку вносят свой вклад в обучение и приобретают все новые умения. Присутствие на занятиях в физкультурном зале родителей имеет для них следующие плюсы:

- они могут наблюдать за своими детьми на фоне их сверстников, что дает возможность лучше разобраться в вопросах развития ребенка;
- у родителей формируется более высокая оценка достижений своих детей и гордость за них;
- развивается глубокое понимание процесса обучения детей дошкольного возраста;
- формируется правильное понимание возможностей обучения и сложностей, которые с этим связаны;
- возникает доверие к воспитателям и другим сотрудникам детского сада;

- родители обучаются игровым видам деятельности, которыми можно с удовольствием заниматься с детьми дома;
- взрослые знакомятся с друзьями своих детей;
- устанавливаются длительные дружеские связи с другими родителями.

Надо отметить, что специально созданные условия в ДОО ориентированы не на достижение каких-то спортивных результатов каждого малыша, а в первую очередь на общение Ребёнка с Родителями, с новым для него Миром. Причём здесь проходит обучение не столько ребенка, сколько самих родителей: они учатся бережно чувствовать малейшие оттенки желаний и эмоций своего ребёнка. Совместные действия педагогов и родителей могут стать для малыша лучшим «мостиком» между домом и детским садом.

Настоящая программа разработана на основе источников, указанных в списке литературы.

1.2. Актуальность

В последние годы отмечается тенденция к понижению двигательной активности детей дошкольного возраста. В свою очередь это нарушает процессы нормального развития, ведет к изменению обмена веществ. Все виды движения — одна из важнейших потребностей растущего организма. Двигательная деятельность тонизирует центральную нервную систему детей, во время движения происходит активизация нервных клеток всех областей коры головного мозга, повышается обмен веществ, усиливается выделение гипофизом гормона роста. Активная мышечная работа снижает нервное напряжение, ослабляет воздействие отрицательных эмоций. Недостаточная же мышечная активность замедляет психическое развитие ребенка. Не зря 2,5 тысячи лет назад в древней Элладе было высечено на скале изречение: «Хочешь быть сильным — бегай, хочешь быть красивым — бегай, хочешь быть умным — бегай».

Как известно, ребенок развивается под влиянием повседневного общения, в процессе совместной деятельности (двигательной, игровой, трудовой) со взрослым. Дети 2-3 лет способны подражать и выполнять словесные указания, движения и действия взрослых. Организация двигательной активности малыша в условиях дошкольного учреждения грамотно осуществляется под руководством педагогов-профессионалов.

Совместные игровые занятия с родителями, сверстниками, воспитателями решают задачи социализации и развития двигательной активности малышей и имеют неопределимое значение.

Особенностью данной программы является ее интегративность, позволяющая объединить различные виды деятельности (игровую, речевую, двигательную), ориентированные на укрепление здоровья детей, их познавательное и интеллектуальное развитие.

1.3. Новизна

Соучастие родителей в освоении ребенком двигательного и игрового опыта – это гибкая педагогически проработанная поддержка родителей в их личностном осознании своих прав. В процессе совместных занятий родители знакомятся с целями, задачами воспитания, методами сотрудничества, исходя из детских потребностей и трудностей.

Ведущая роль на занятиях принадлежит организации совместной игровой и двигательной деятельности взрослых и детей. В процессе занятий перед педагогом-организатором стоит задача: познакомить родителей с определенной моделью физического воспитания детей 2-3 лет; обучить их практическим навыкам, обеспечивающим целостность процесса воспитания, и, кроме того, предоставить членам семьи возможность применить эти навыки на практике.

Основное содержание семейных встреч составляет совместное участие взрослых и малышей в подвижных играх, спортивных упражнениях, тренингах, элементов дыхательной гимнастики, гимнастики для глаз, пальчиковой гимнастики родителей и детей под руководством воспитателя. Освоенные упражнения и игры родители могут самостоятельно повторять: на прогулках, в квартире, в транспорте.

В ходе совместных занятий у родителей появляется реальная возможность обмениваться друг с другом опытом организации двигательных занятий с детьми дома, способами оздоровления и закаливания малышей и тем самым пропагандировать наиболее действенные способы семейного воспитания.

1.4. Цель программы

Цель программы: создание условий для радостной и содержательной жизни детей в детском саду; формирование жизненно-необходимых двигательных умений и навыков; создание системы физкультурно-педагогического сопровождения родителей воспитанников на протяжении первого года пребывания малыша в детском саду.

1.5. Задачи программы

Для реализации поставленных целей необходимо решение следующих задач:

- ✓ обеспечить высокую двигательную активность, охрану здоровья, физическое благополучие малыша;
- ✓ способствовать сплочению родительского коллектива с целью предупреждения межличностных конфликтных ситуаций;
- ✓ выявлять и транслировать положительный опыт семейного воспитания;
- ✓ способствовать установлению сотрудничества детского сада и семьи в вопросах воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста;
- ✓ помогать родителям рассматривать процесс образования как непрерывный партнерский диалог со своим ребенком на основе знаний физиологических закономерностей и особенностей возраста с учетом интересов и потребностей малыша.

1.6. Участники

Дети, посещающие дошкольное учреждение в возрасте от двух до трех лет и их родители.

1.7. Продолжительность реализации программы

Продолжительность реализации программы – 1 год.

1.8. Форма организации занятий и условия их проведения

Занятия проводятся 1 раз в неделю, в пятницу с 17.30 до 18.00.

Развивающая среда помещения, в котором проводятся занятия, динамична и состоит из трех комнат. Работа в данном игровом пространстве планируется таким образом, чтобы в рамках одного содержания сочетались разные виды деятельности.

Раздевалка: здесь созданы условия для подготовки детей и родителей к занятиям (шкафчики для раздевания на каждого ребенка, вешалки для одежды родителей, мягкие диваны для отдыха и ожидания начала занятия).

Физкультурный зал, оснащенный спортивным инвентарем, атрибутами для подвижных игр и упражнений.

Комната динамической разгрузки, оборудованная двумя сухими бассейнами, сконструированными постройками из мягких модулей, пластмассовыми горками, качелями-качалками, детскими тренажерами, дугами для подлезания, а так же мягкими диванами и креслами для отдыха и проведения различного вида гимнастик (дыхательной, зрительной, пальчиковой) и релаксации.

Продолжительность занятия составляет 30 минут. Занятие проводят два воспитателя.

1.9. Межпредметные связи

Программа составлена с учетом реализации межпредметных связей по разделам:

1. «Музыкально-ритмическое воспитание» - дети учатся через танцевальные движения передавать образ какого-либо героя, его характер, настроение; учатся воспринимать музыку, развивают музыкальную память.
2. «Развитие речи» - ведется работа над развитием артикуляционного аппарата с использованием потешек, стихотворений, проговариваемых детьми в подвижных и пальчиковых играх.
3. «Театрализованная деятельность» - дети знакомятся с различными видами театра (театр резиновой игрушки, маски, кукольный театр, костюмированный театр).

1.10. Ожидаемый результат

- ❖ Приучить детей находиться в спортивном зале в облегченной одежде.
- ❖ Приучить действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения по зрительным ориентировкам, менять направление передвижения, характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога.
- ❖ Научить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног.
- ❖ Научить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать), прыжкам на двух ногах (на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами).
- ❖ Развивать движения в разнообразных формах двигательной деятельности, умение передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчик; поклевать зернышки и попить водички, как цыпленок и т.п.).
- ❖ Сформировать у детей желание играть вместе со взрослыми и сверстниками в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями.
- ❖ Приучить детей к совместным играм небольшими подгруппами.

От внимательного отношения семьи к физическому развитию своего ребенка зависит конечный результат. Полноценное развитие подразумевает объединение усилий взрослых (педагогов и родителей), окружающих ребенка. Взаимодействие, сотрудничество – это, прежде всего диалог, который постоянно обогащает всех партнеров и участников. Сотрудничество позволяет перераспределить информационную нагрузку, учитывать индивидуальные особенности и возможности каждого ребенка. Для усиления результата и эффективности воздействия на ребенка педагоги и родители должны действовать по единой программе, выполнять общие задачи, согласовывать свои действия и помогать друг другу.

2. Содержание программы

Содержание программы включает две основные линии. Следует отметить, что 1-ая и 2-ая линии реализуются на каждом занятии и имеют определенные задачи.

Линия	Название линии	Содержание
1-ая	«Мы играем только вместе»	Родители побуждают своего ребенка включаться во все виды деятельности и сами активно играют вместе с ним во все игры. На данном этапе родители и дети – одно целое.
2-ая	«Я играю сам, но ты будь рядом»	Дети добровольно принимают участие в играх с педагогами, другими детьми и чужими родителями. Здесь важно родителям, отпуская ребенка, одновременно следить за его безопасностью, своевременно откликаться на его призывы.

Для удобства восприятия, темы, освещаемые в программе, представлены в виде таблицы

Наименование тем	Количество занятий
1. Встреча с Буратино	4
2. Разноцветные мячи	4
3. Заюшкины забавы	4
4. Подружился с мишкой	3
5. Мы едем, едем, едем...	4
6. Путешествия по сказкам	4
7. Птичьи истории	4
8. Как у нашего кота	3
Всего:	30

Содержание программы допускает обновление, усложнение, дополнение и варьирование в зависимости от существующего на данное время контингента детей, от их настроения и желаний.

3. Учебно-тематический план

Учебно-тематический план представлен в следующей форме:

Месяц	№	Тема занятия	Содержание занятия
Октябрь	1	Знакомство с физкультурным залом и комнатой динамической разгрузки	Появление героя Буратино Музыкально-ритмическая гимнастика «Ноги и ножки» Подвижные игры «Поезд», «Самолет» Игра в сухом бассейне «Разноцветные круги» Музыкально-ритмическая гимнастика «Ладушки-ладошки» Массаж тела с помощью массажных роликов Дыхательное упражнение «Вырасти большой» Релаксация
	2	«В гостях у Буратино»	Появление героя Буратино Музыкально-ритмическая гимнастика «Зашагали ножки» Подвижные игры «Каравай», «Покружимся» Игра в сухом бассейне «Найди угощения, которые приготовил Буратино» Пальчиковая игра «Малыш-крепыш» Массаж тела с помощью массажных роликов Гимнастика для глаз «Вверх-вниз» Дыхательное упражнение «Каша кипит» Релаксация
	3	«Буратино справляет день рождения»	Появление героя Буратино Музыкально-ритмическая гимнастика «Ноги и ножки» Подвижные игры «Лохматый пес», «Догони Буратино» Игра в сухом бассейне «Часики» Пальчиковая игра «Ладушки» Массаж тела с помощью массажных роликов Гимнастика для глаз «Часики» Дыхательное упражнение «Ежик» Релаксация
	4	«Играем с Буратино»	Появление героя Буратино

			Музыкально-ритмическая гимнастика «Ладушки-ладошки» Подвижная игра «Музыкальные объятия» Игра в сухом бассейне «Поласкаем белье» Пальчиковая игра «Сорока-сорока» Массаж тела с помощью массажных роликов Гимнастика для глаз «Моргание» Дыхательное упражнение «Паровоз» Релаксация
Ноябрь	1	«Мячик в гостях у ребят»	Появляется герой Мячик Подвижные игры «Мой веселый, звонкий мяч», «Мяч в кругу» Игры на батуте «Попрыгаем как мячики» Игра в сухом бассейне «Спрячем ручки (ножки) в шариках» Пальчиковая игра «Сорока-сорока» Дыхательное упражнение «Летят мячи» Релаксация
	2	«Прыгаем, как мячики»	Появляется герой Мячик Музыкальная подвижная игра «Прокати мяч маме» Игры на батуте «Попрыгаем как мячики» Игра в сухом бассейне «Полощем белье» Пальчиковая игра «Пальчики уснули» Дыхательное упражнение «Ветерок» Релаксация
	3	«Воздушный шарик»	Появляется герой Воздушный шарик Подвижная игра «Надувайся, пузырь» Пальчиковая игра «Надуваем быстро шарик» Игра в сухом бассейне «Разноцветные шарики» Дыхательное упражнение «Дудочка» Массаж тела с помощью массажных роликов Гимнастика для глаз «День-ночь» Релаксация
	4	«Надуваем шарики»	Появляется герой Воздушный шарик Подвижные игры «Надувайся, пузырь», «Поймай мыльный пузырь» Пальчиковая игра «Воздушный шарик» Игра в сухом бассейне «Солнышко» Дыхательное упражнение «Солнышко-луна» Массаж тела с помощью массажных

			роликов Гимнастика для глаз «Моргание» Релаксация
Декабрь	1	«Зайка пришел в гости»	Появление героя Зайца Подвижные игры «Зайка серенький сидит», «Догонялки с зайкой» Игры на батуте «Попрыгаем, как зайки» Игра в сухом бассейне «Найди зайкиных друзей» Дыхательное упражнение «Вырасти большой» Массаж тела с помощью массажных роликов Пальчиковая игра «Зайка серый умывается» Гимнастика для глаз «Зажмуримся» Релаксация
	2	«Поиграем с зайкой»	Появление героя Зайца Музыкально-ритмическая гимнастика «Похлопаем» Подвижные игры «Зайка серенький сидит», «Волк и зайцы» Игры на батуте «Попрыгаем, как зайки» Игра в сухом бассейне «Золотая рыбка» Дыхательное упражнение «Насос» Массаж тела с помощью массажных роликов Гимнастика для глаз «Часики» Релаксация
	3	«Зайкины забавы»	Появление героя Зайца Подвижная игра «Найди погремушку» Музыкально-ритмическая гимнастика «Пляска с погремушками» Подвижная игра «Догонялки с зайцем» Игры с мячами-фитболами «Попрыгаем, как зайки» Игра в сухом бассейне «Шаловливые ножки» Пальчиковая игра «Зайка серый умывается» Дыхательное упражнение «Подуем на зайчика» Массаж тела с помощью массажных роликов Релаксация

	4	«Заюшкина избушка»	<p>Подвижная игра «Найди зайку»</p> <p>Музыкальная подвижная игра «Зайчики и лисичка»</p> <p>Подвижная игра «Петушок у нас горластый»</p> <p>Музыкально-ритмическая гимнастика «Спокойная пляска»</p> <p>Игры с мячами-фитболами «Попрыгаем, как зайки»</p> <p>Игра в сухом бассейне «Спрячем зайку»</p> <p>Пальчиковые упражнения «Зайка», «Солнышко», «Заборчик», «Замок»</p> <p>Дыхательное упражнение «Ветерок»</p> <p>Массаж тела с помощью массажных роликов</p> <p>Релаксация</p>
Январь	1	«Подружился с мишкой»	<p>Появление героя Мишки</p> <p>Подвижная игра «Медведь»</p> <p>Музыкальная подвижная игра «Мишка пляшет»</p> <p>Игра в сухом бассейне «Кого спрятал медведь?»</p> <p>Пальчиковая игра «Этот пальчик хочет спать»</p> <p>Дыхательное упражнение «Дверца открывается - закрывается»</p> <p>Гимнастика для глаз «Фиксация взгляда»</p> <p>Массаж тела с помощью массажных роликов</p> <p>Релаксация</p>
	2	«Мишка косолапый»	<p>Появление героя Мишки</p> <p>Подвижная игра «Мишка косолапый»</p> <p>Музыкально-ритмическая гимнастика «Песенка медвежонка»</p> <p>Игры на батуте «Кто выше?»</p> <p>Игра в сухом бассейне «Поплаваем, как мишки»</p> <p>Дыхательное упражнение «Подуем на мишку»</p> <p>Гимнастика для глаз «Вверх-вниз»</p> <p>Массаж тела с помощью массажных роликов</p> <p>Релаксация</p>
	3	«Маша и медведь»	<p>Появление героя куклы Маши</p> <p>Потешка «Наша Маша маленька»</p> <p>Подвижная игра «У медведя во бору»</p> <p>Музыкально-ритмическая гимнастика</p>

			<p>«Пляска с куклами» Игра в сухом бассейне «Прячемся с куклой от медведя» Потешка «Водичка, водичка» Дыхательное упражнение «Посушим ладошки» Гимнастика для глаз «День-ночь» Релаксация</p>
Февраль	1	«Машина»	<p>Появление грузовой машины с платочками Подвижная игра «Машина» Музыкально-ритмическая гимнастика «Пляска с платочками» Игра в сухом бассейне «Дельфин» Дыхательное упражнение «Насос» Пальчиковая игра «Ладушки» Массаж тела с помощью массажных роликов Релаксация</p>
	2	«Мы – шоферы»	<p>Появление героя Шофера Музыкальная подвижная игра «Шоферы» Пальчиковая игра «Мы - шоферы» Игра в сухом бассейне «Помоем ручки (ножки)» Дыхательное упражнение «Наливаем бензин, качаем шины» Массаж тела с помощью массажных роликов Релаксация</p>
	3	«Мы едем, едем, едем...»	<p>Появление машины Подвижная игра «Машина» Музыкально-ритмическая гимнастика «Поезд» Подвижная игра «Самолет» Игры на батуте «Прыжки на двух ногах» Игра в сухом бассейне «Золотая рыбка» Дыхательное упражнение «Ветерок» Гимнастика для глаз «Моргание» Релаксация</p>
	4	«Едем, едем в гости к деду»	<p>Появление героя Деда Егора Музыкально-ритмические гимнастики «Ноги и ножки», «Велосипед» Потешка «Из-за леса, из-за гор» Музыкальная подвижная игра «У дедушки Егора» Игра в сухом бассейне «Найдите</p>

			<p>домашних животных деда Егора» Дыхательное упражнение «А корова: му-у» Массаж тела с помощью массажных роликов Релаксация</p>
Март	1	«Курочка Ряба»	<p>Появление героев сказки «Курочка Ряба» Подвижные игры «Передай золотое яичко, не разбив его», «Мой веселый, звонкий мяч» Игра в сухом бассейне «Найди яичко не простое, а золотое» Пальчиковая игра «Наша бабушка идет» Массаж кистей рук с помощью массажных мячей Релаксация</p>
	2	«Колобок»	<p>Появление героев Бабушки и Деда Подвижная игра «Найди колобок», «Прокати колобок» Музыкально-ритмическая гимнастика «Веселая пляска» Игра в сухом бассейне «Найди того, кто хотел съесть колобка» Пальчиковая игра «Бабушка очки надела» Дыхательное упражнение «Каша кипит» Релаксация</p>
	3	«Репка»	<p>Появление героя Деда Упражнение «Вытянем репку» Подвижная игра «Мышеловка», «Кот и мыши» Игры на батуте Игра в сухом бассейне «Помоем репку» Пальчиковая игра «Водичка, водичка» Дыхательное упражнение «Посушим ручки» Гимнастика для глаз «Фиксация взгляда» Релаксация</p>
	4	«Теремок»	<p>Появляется герой Медвежонок Музыкально-ритмические гимнастики «Ладушки-ладошки», «Кулачки» Подвижная игра «Догонялки с медвежонок» Игра в сухом бассейне «Найдем жителей теремка» Пальчиковая игра «Зайка серый</p>

			<p>умывается» Дыхательное упражнение «Погреем зайке лапки» Массаж тела с помощью массажных роликов Релаксация</p>
Апрель	1	«Петушок у нас горластый»	<p>Появление героя Петушка Подвижная игра «Петушок у нас горластый» Пальчиковая игра «Петушок, петушок» Подвижная игра «Солнышко и дождик» Игра в сухом бассейне «Часики» Дыхательное упражнение «Часики» Гимнастика для глаз «Часики» Массаж тела с помощью массажных роликов Релаксация</p>
	2	«Петушок и его семья»	<p>Появление героев Петушка и Курочки Подвижные игры «Петушок у нас горластый», «Вышла курочка гулять», «Найдем цыплят» Игра в сухом бассейне «Прыжки в воду» Дыхательное упражнение «Петушок» Гимнастика для глаз «День-ночь» Массаж тела с помощью массажных роликов Релаксация</p>
	3	«На птичьем дворе»	<p>Появление героя Петушка Потешка «Наши уточки с утра...» Подвижная игра «Гуси-гуси» Игры на батуте «Наши ручки, как крылышки» Игра в сухом бассейне «Разноцветные шарики» Дыхательное упражнение «Петушок» Массаж тела с помощью массажных роликов Релаксация</p>
	4	«Воробей и его друзья»	<p>Появление героя Воробья Музыкально-ритмическая гимнастика «Ой, летали птички» Подвижные игры «Воробушки и автомобиль», «Вороны» Игра в сухом бассейне «Птички купаются в лужице»</p>

			Пальчиковая игра «Сорока-сорока» Гимнастика для глаз «Моргание» Массаж тела с помощью массажных роликов Релаксация
Май	1	«Как у нашего кота»	Появление героя Кота Потешка «Как у нашего кота» Музыкально-ритмическая гимнастика «Воробушки и кот» Игра в сухом бассейне «Хитрый котенок» Пальчиковая игра «Котятки» Дыхательное упражнение «Сушим лапки» Массаж тела с помощью массажных роликов Релаксация
	2	«Кот и мыши»	Появление героя Кота Музыкальная подвижная игра «Кот и мыши» Потешка «Киска, брысь!» Игра в сухом бассейне «Поймай мышку» Пальчиковая игра «Котятки» Дыхательное упражнение «Сушим лапки» Массаж тела с помощью массажных роликов Релаксация
	3	«Мы - котятки»	Появление героя Котенка Подвижная игра «Покатаем клубочки!» Пальчиковая игра «Наша бабушка идет» Игра в сухом бассейне «Играем с клубочками» Пальчиковая игра «Котятки» Дыхательное упражнение «Вырасти большой» Массаж тела с помощью массажных роликов Релаксация

4. Краткая методика проведения занятий

Каждое занятие состоит из нескольких этапов, плавно сменяющих друг друга. На занятиях педагоги чередуют игры и упражнения с элементами разнообразных гимнастик, музыкально-ритмическими композициями, занятиями на нестандартном спортивном оборудовании (сухие бассейны, батуты и т.д.).

Все занятия построены на сюжете, присутствует сюрпризный момент, способный заинтересовать детей и вовлечь их в ход занятия. В физкультурном зале организуются с детьми и их родителями подвижные игры и игры малой подвижности. Затем происходит переход из физкультурного зала в комнату динамической разгрузки для более спокойных игр и спортивных упражнений. В конце каждого занятия обязательно проводится релаксация и дыхательные упражнения.

Во время занятий происходит частая смена игровой деятельности, что связано с особенностями внимания данного возраста (малая устойчивость, быстрая переключаемость). Обучение и развитие детей осуществлять в разных формах организационной деятельности: групповой (в физкультурном зале), подгрупповой (в комнате динамической разгрузки) и индивидуальной.

В проводимых играх-занятиях педагог целенаправленно воздействует на детей, подбирает содержание игр, выбирает методические приемы их проведения. Систематически усложняя материал и учитывая особенности физиологического развития, педагог через игры-занятия сообщает доступные возрасту малышам знания, формирует необходимые двигательные умения и навыки, совершенствует психические процессы (восприятие, мышление, речь и т.д.). Особенность данных занятий в том, что усвоение материала происходит незаметно для детей в практической, интересной деятельности и не требует приложения больших усилий, так как задействованными оказываются произвольное внимание и запоминание.

В соответствии с тематикой занятия, сюжетом и основной идеей, организатором подбирается физкультурно-музыкально-литературный материал. Немаловажную роль на дополнительных занятиях играют родители, их присутствие создает теплоту, семейную атмосферу.

На занятиях целесообразно планировать и проводить такие мероприятия, которые вовлекали бы родителей и детей в общее интересное дело, предполагающее непосредственное общение взрослых с ребенком. Необходима организация продуктивного общения всех участников образовательного пространства, то есть обмен мыслями, идеями, чувствами.

Игра – это хороший фундамент для создания условий ситуативно-делового, личностно ориентированного общения на основе общего дела. Подвижная игра может стать в условиях традиционного семейного воспитания основным средством физического развития малыша. Усвоение правил игры детьми младшего дошкольного возраста происходит через наблюдение за действиями старших (примером деятельности), а затем происходит воспроизведение ребенком усвоенных целостных образцов, то есть осуществляется естественным путем присвоение двигательного опыта.

Поэтому, разучивая новую подвижную игру, родители активно привлекаются к участию в ней. Воспитатель сначала проводит игру только с родителями, а затем и с детьми. Этот прием эффективен в передаче дошкольникам образцов и способов игрового поведения. Таким образом, в процессе игровой деятельности родители занимают различную позицию: от участника на равных с детьми до внимательного зрителя.

4.1. Условия реализации программы

В помещениях детского сада создаются все условия для полноценного физического и психического развития детей, тщательно продумывается размещение игр, пособий, игрушек. Успешная реализация Программы возможна при наличии:

- просторного помещения,
- физкультурного оборудования,
- атрибутов для подвижных игр (маски, колокольчики),
- аудио-видео- аппаратуры,
- театральных кукол и костюмов,
- игрушек, игрового оборудования.

4.2. Материально-техническое обеспечение

Батут надувной

Детские батуты уже стали обязательным оснащением садилов, спортивных залов, игровых комнат во всем мире. Теперь они приходят и в Россию. Чем же так привлекателен батут?

Во-первых, это отличный тренажер для тренировки вестибулярного аппарата ребенка, развития всех групп мышц, улучшения равновесия и координации.

Во-вторых, детский батут приносит малышам массу удовольствия, ведь можно придумать столько интересных и увлекательных игр!

В-третьих, врачи-педиатры рекомендуют батуты для укрепления иммунитета ребенка. Благодаря занятиям на батуте у малыша улучшается лимфоток, кровообращение, что ведет к повышению общего тонуса всего организма. Ребята, регулярно занимающиеся прыжками на батутах, реже болеют, имеют лучшую концентрацию внимания по сравнению со своими сверстниками, ведущими малоподвижный образ жизни.

Сухой бассейн

Игры и упражнения в сухом бассейне дают прекрасный оздоровительный и профилактический эффект. «Плавающая» в бассейне, наполненном упругими разноцветными шариками, дети испытывают огромное удовольствие, радость, у них появляется возможность выплеснуть негативные эмоции, расслабиться.

Спортивный инвентарь

Резиновые цветные мячи (диаметром 10-15; 20-25 см), предназначенные для детских игр, а также для развития умения управлять мячом.

Набивные мячи (диаметром 10-15 см), развивающие силовые качества, способствующие повышению мышечного тонуса.

Мячи-фитболы, используемые для лечения и профилактики нарушения осанки, а также развивающие равновесие и физические качества детей.

Массажные ролики и мячи (диаметром 6-7 см), предназначенные для массажа активных точек тела, способствующие улучшению самочувствия, поднятия эмоционального тонуса. Массажные коврики – для массажа ступней, профилактики плоскостопия.

Дуги спортивные (высота – 30-40 см, ширина – 50см), развивающие физические навыки подлезания, развивающие координацию движения.

Пластмассовые балансиры, развивающие равновесие, координацию движений.

Обручи (диаметром 52 см), способствующие развитию координации движений, развитию физических навыков управлять обручем: прокатывать обруч в прямом направлении и друг другу.

Диски здоровья, направленные на укрепление определенных групп мышц (туловища, ног), коррекцию тела, развитие равновесия, координации движений, тренировку вестибулярного аппарата.

Мешочки для метания (масса 150-200г), используемые для обучения технике выполнения метания мешочка в горизонтальную цель (например, в обруч на полу), развивающие меткость.

Конструктор мягконабивной (мягкие модули), позволяющий сооружать из него необычные постройки, на которых дети совершенствуют освоенные ранее физические навыки (пролезание, подлезание и др.) и качества (ловкость, быстрота, сила, выносливость и др.).

Пластмассовая горка, предназначенная для обучения детей технике выполнения скатывания с горы.

Качели-качалки, развивающие вестибулярный аппарат.

Детские тренажеры «Ходики», «Беговая дорожка», развивающие выносливость, силу ног и рук, ловкость.

4.3. Кадровое обеспечение

Практическое внедрение данной программы может реализовать творческий педагогический коллектив образовательного учреждения: дошкольного, Дом детского творчества, физкультурно-оздоровительный комплекс.

Заключение

Дополнительные занятия настолько совершенны, что заменяют массаж, обычную гимнастику, упражнения на развитие вестибулярного аппарата. Дети, с которыми занимались по программе, развиты значительно лучше своих сверстников...

Взаимодействие воспитателей с семьей значительно повышает эффективность педагогического воздействия на детей, позволяет преодолеть многие трудности и проблемы и получить желаемый результат в развитии каждого ребенка.

Сотрудничество, сопричастность, духовное взаимопроникновение требуют от родителей усилий, но зато они рожают в сердце ребенка любовь и признательность, потребность общаться. К сожалению, многие взрослые не знают об этом, и только с помощью педагогов дошкольного учреждения они начинают понимать простую истину: какими вырастут их дети, зависит от отданного им времени. При этом речь идет не столько о его количестве, сколько о качестве. Можно на отдыхе целый месяц провести со своим ребенком, но не сблизиться с ним. А бывает так, что час совместной игры, общих впечатлений останется у него на всю жизнь.

Перечень учебно-методических материалов

1. Методическая литература

- Воспитание и развитие детей раннего возраста/ под ред. Ляминой Г.М. – М.: Просвещение, 1981.
- Григорьева Г.Г., Кочетова Н.П., Сергеева Д.В. и др. Кроха: Пособие по воспитанию, обучению и развитию детей до трех лет. – М.: Просвещение, 2001.
- Губерт К.Д., Рысс М.Г. Гимнастика и массаж в раннем возрасте. – М.: Просвещение, 1981.
- Дайлидене И.П. Поиграем, малыш! – М.: Просвещение, 1992.
- Дидактические игры и занятия с детьми раннего возраста/ под ред. Радиной Е.И., Поповой М.И. – М.: Просвещение, 1972.
- Зворыгина Е.В. Первые сюжетные игры малышей. – М.: Просвещение, 1988.
- Первые шаги (Модель воспитания детей раннего возраста). Материалы московского городского конкурса. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2002.
- Павлова Л.Н., Волосова Е.Б., Пилюгина Э.Г. Раннее детство: познавательное развитие. Методическое пособие. – М.: Мозаика-Синтез, 2004.
- Сотникова В. Самые маленькие в детском саду (из опыта работы московских педагогов). – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2005.

2. Периодические издания

- Издательский дом Карапуз «Для самых-самых маленьких»
- Издательский дом Карапуз «Погремущка»
- Дошкольное воспитание

- Здоровье детей
- Здоровый малыш

3. Видеокассеты

- Умные игры для малышей
- Танцуй, малыш. Т.И. Суворовой

4. Аудиозаписи

- Первые уроки. Екатерины Железновой
- Забавные уроки. Сергея и Екатерины Железновых
- Веселая логоритмика от 1 до 5. Екатерины Железновой
- Гимнастика для малышей. Екатерины Железновой
- Танцуй, малыш. Т.И. Суворовой
- Танцевальная ритмика для детей. Т.И.Суворовой

Список литературы

1. Агавелян М.Г., Данилова Е.Ю., Чечулина О.Г. Взаимодействие педагогов с родителями. – ТЦ Сфера, 2009.
2. Васильева В.Е., Каптелин А.Ф. О физическом развитии детей и подростков. – М., 1969.
3. Глазырина Л.Д. Физическая культура - дошкольникам: Программа и программные требования. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.
4. Доронова Т.Н., Глушкова Г.В., Гризик Т.И. Вместе с семьей: пособие по взаимодействию дошкол. образоват. учреждений и родителей. – М.: Просвещение, 2005.
5. Доронова Т.Н., Соловьева Е.В., Жичкина А.Е., Мусиенко С.И. Дошкольное учреждение и семья – единое пространство для развития. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2001.
6. Каптерев П.Ф. Задачи семейного воспитания: Избранное. – М.: Издательский дом «Карапуз», 2005.
7. Лешли Д. Работать с маленькими детьми, поощрять их развитие и решать проблемы. – М.: Просвещение, 1991.
8. Макарычев Н.В. Проблемы раннего детства: диагностика, педагогическая поддержка, профилактика. – М.: АРКТИ, 2005.
9. Равич Р.Д. Копилка семейного здоровья. Как укрепить здоровье без лекарств. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 1998.
10. Свирская Л. Работа с семьей: необязательные инструкции: Методическое пособие для работников дошкольных образовательных учреждений. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2007.
11. Тимофеева М.В. Система сопровождения родителей: модель организации клуба «Молодая семья», план-программа, занятия. – Волгоград: Учитель, 2009.
12. Фесюкова Л.Б. Искусство быть родителями. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2003.
13. Яковлева Л.В., Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: Пособие для педагогов дошкол. учреждений: В 3 ч. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – Ч.: Программа «Старт». Методические рекомендации.