(для детей младшего дошкольного возраста совместно с родителями)

# Содержание Программы:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Разделы Программы | Страница |
| 1. | Паспорт Программы |  |
| 2. | Пояснительная записка |  |
| 3. | Учебно-тематический план дополнительной образовательной программы физкультурно - оздоровительной направленности «Вместе весело играть» |  |
| 4. | Результаты мониторинга реализации программы |  |
| 5. | Список используемой литературы |  |
| 6. | Приложение |  |

# I. Паспорт программы

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Наименование Программы | Программа дополнительного образования физкультурно – оздоровительной направленности «Вместе весело играть» |
|  | Основание для разработки Программы | Закон РФ «Об образовании»Программа «Развитие образования г. Нижневартовска на 2012-2014годы»;Программа развития МБДОУ ДСКВ № 68 «Ромашка» на 2012-2014гг.;Программа «Растём здоровыми» на 2012- 2014гг. |
|  | Заказчик Программы | Родители, педагоги ДОУ |
|  | Исполнители Программы | Инструктор по ФИЗО |
|  | Разработчики Программы | Копыл Алла Николаевна, инструктор по физической культуре высшей квалификационной категории |
|  | Адрес образовательного учреждения – исполнителя Программы | Город Нижневартовск, Ханты- Мансийский автономный округ – Югра, ул. Чапаева 11 А., тел. 46 – 16 – 30, факс 46 - 60 - 32 |
|  | Целевые группы | Программа рассчитана на работу с детьми младшего дошкольного возраста (от 3 до 4 лет) совместно с родителями |
|  | Срок реализации Программы | 1 год |
|  | Цель Программы | Обеспечение эмоционального развития, развития координационных способностей детей младшего дошкольного возраста через организацию активной двигательной деятельности совместно с родителями. |
|  | Задачи Программы | * Способствовать сохранению и укреплению здоровья детей младшего дошкольного возраста в адаптационный период. * Формировать координационные способности, правильные двигательные умения и навыки выполнения жизненно необходимых основных движений, физические качества с учетом возрастных особенностей. * Воспитывать у детей уверенность в самих себе и своих возможностях, развивать активность, самостоятельность. * Формировать потребность в активной двигательной деятельности, содействовать полноценному физическому развитию детей. * Закладывать основы доверительного отношения детей к взрослым, формируя доверие и любовь; основы доброжелательного отношения детей друг к другу. * Повышать педагогическую компетентность родителей по использованию современных эффективных здоровьесберегающих технологий, методов организации активной двигательной деятельности детей в домашних условиях. |
|  | Проблемы, которые призвана решить Программа | Высокий уровень заболеваемости детей младшего дошкольного возраста.  * Недостаточность эмоционального контакта ребенка со взрослыми (педагогами, родителями); проявление неуверенности в своих силах и способностях. * Слабо развиты: координация движений, правильные двигательные умения и навыки выполнения основных движений у детей младшего дошкольного возраста.  Недостаточность знаний у родителей в вопросах сохранения здоровья детей, организации активной двигательной деятельности детей в домашних условиях. |
|  | Ожидаемые результаты | * Отсутствие детей с тяжелой степенью адаптации к условиям в ДОУ. * Снижение количества заболеваний у детей и их продолжительности в адаптационный период. * Доверительное отношение ребёнка к окружающим его взрослым, проявление доброжелательности в процессе общения со сверстниками. * Будут сформированы двигательные умения и навыки детей в соответствии с возрастными особенностями. * Удовлетворенность родителей дополнительной образовательной услугой составит не менее 100%. |
|  | Система организаци контроля за исполнением Программы | Исполнение представленной программы анализируется два раза в год в соответствии с педагогическим мониторингом.Отчет об исполнении заслушивается один раз в год на итоговом педагогическом совете ДОУ. |

**Пояснительная записка**

В последние годы заметно возросло количество физически ослабленных детей, младшего возраста; появляется все больше детей с частыми простудными заболеваниями. Излишним весом, нарушением осанки. Причин сложившейся ситуации множество, но одна из основных – это малоподвижный образ жизни. Дома родители предпочитают занять ребёнка спокойными играми, в лучшем случае рисованием, интеллектуальными играми или просмотром телепередач, компьютерными играми.

«Движение – это жизнь» - эти слова известны каждому человеку. Но далеко не все понимают, как важна двигательная активность для формирования физического и психического здоровья ребёнка, и насколько необходимо уже с малых лет приучать наших детей вести активный образ жизни. Именно в раннем возрасте у детей закладывается привычка и навыки к занятиям физическими упражнениями. Семья во многом определяет отношение детей к физической культуре, активность и инициативу, интерес. Этому способствует эмоционально близкое общение детей и родителей в различных ситуациях и возникающая их совместная двигательная деятельность. Дети особенно восприимчивы к убеждениям, положительному примеру отца, матери, укладу жизни семьи. Поэтому мы решили вовлечь родителей в активный процесс сохранения и укрепления здоровья их детей. Добиться, чтобы спортивные игры и упражнения приносили радость и детям и взрослым, чтобы малыш испытывал потребность в занятиях физическими упражнениями.

Ребёнок, впервые переступивший порог детского учреждения, из привычного мира семьи, попадает в совершенно новое окружение детского сада. Он переживает стрессовое состояние. У него возникает синдром адаптации, который имеет особенности: ребёнок находится в состоянии срыва динамического стереотипа; происходит изменение гормональной системы; ослабевает иммунная система организма малыша. Ребенок, попав в новые условия, испытывает страх, отрицательные эмоции. А сочетание отрицательных симптомов рассматривается в медицине как заболевание. Поэтому, взрослые должны понимать, что адаптационный период - один из самых сложных в жизни ребёнка. Первое время в детском саду самое тяжелое: ребёнку надо одновременно привыкнуть к разлуке с главными для него людьми (родителями) и к жизни в постоянном окружении сверстников и чужих взрослых. У многих детей преобладает стойкий отрицательный эмоциональный настрой, отчаяние и обида. Основной причиной такого состояния является отсутствие у ребёнка опыта общения с незнакомыми людьми. Знакомство и установление контакта с новыми людьми весьма затруднительно для детей младшего возраста. Поэтому научить малыша вступать в общение со взрослыми и сверстниками, идти на эмоциональный контакт, доверять взрослым является основной задачей педагогов ДОУ. В процессе общения ребёнок познает окружающий мир, учится устанавливать доброжелательные взаимоотношения, играть, трудиться. А, главное, в общении он узнает себя, границы своих возможностей. Для этого, в первую очередь, необходимо создать эмоционально благоприятную атмосферу в дошкольном учреждении, сформировать у ребёнка положительную установку, желание идти в детский сад. Если ребенок с первых дней почувствует тепло, уют, благожелательность со стороны взрослых. То исчезнут его страхи и волнение, намного легче пройдет адаптация.

Общение ребенка в игре воспринимается как само собой разумеющийся процесс. Поэтому, одним из условий успешной адаптации является правильная организация игровой активной деятельности, направленной на формирование эмоциональных контактов «ребенок – взрослый» и «ребенок – ребенок», и обязательно включающая подвижные игры и игровые упражнения. При этом малыш видит рядом доброго, всегда готового прийти на помощь взрослого (как мама) и интересного партнера в игре. Эмоциональное общение возникает на основе совместных действий с родителями, сопровождаемых улыбкой, проявлением заботы к ребенку. В этом возрасте очень важно, что взрослый, выполняя физические упражнения с ребенком, помогает лучше координировать ему движения. Такие занятия не только укрепляют здоровье детей, закаляют организм, делают его устойчивым к изменениям окружающей среды, но и увлекают детей. В предлагаемые занятия включены разнообразные развлекательные двигательные упражнения без предметов, и с ними (мячом, палкой, обручем, мешочком и т.д.). Эти предметы используются в качестве вспомогательных средств для развития двигательных навыков ребенка. Физические занимательные упражнения направлены на воспитание у малышей правильной осанки, укрепление мышц, активизацию функций дыхания, кровообращения и обмена веществ. Предлагаемые физические упражнения очень полезны, они способствуют развитию у детей физических способностей: координации движений, ловкости, ориентировке в пространстве и жизненно необходимых основных движений. Они очень разнообразны: упражнения в равновесии, ползание, лазанье, различные прыжки, интересные упражнения в бросках и ловле большого мяча. Физические упражнения дети выполняют босиком, что ведет к укреплению мышц ног, предупреждает возникновение плоскостопия. При систематических занятиях у малышей появляется некоторый двигательный опыт, они постепенно приучаются согласовывать свои движения с действиями других. Основной метод обучения – это активное использование игровых приемов и мотивации, в форме увлекательной сказки, веселой забавы, непринужденного интересного действия со взрослыми, сверстником или всех вместе (показ упражнений и выполнение их взрослыми вместе с детьми: так малыш легче запоминает). Показ сопровождается понятным объяснением. Разучивание упражнений проходит со звуковым сопровождением – счетом, хлопками, музыкой, ритмичным постукиванием, что способствует лучшему выполнению и запоминанию упражнений. При выполнении детьми упражнений взрослые хвалят детей, улыбаются и используют ласковую интонацию, отмечают даже самые маленькие успехи малыша. А самое главное, чтобы выполнение физических совместных упражнений приносили радость и взрослым и детям, чтобы была удовлетворена естественная потребность малышей в движении, эмоциональном контакте с родителями физические упражнения должны стать для них привычкой.

В связи с вышесказанным по запросам родителей, в ДОУ организуется работа дополнительной образовательной услуги по программе **«Вместе весело играть».**

**Цель программы:**

Обеспечение эмоционального развития, развития координационных способностей детей младшего дошкольного возраста через организацию активной двигательной деятельности совместно с родителями.

**Задачи программы:**

* Способствовать сохранению и укреплению здоровья детей младшего дошкольного возраста в адаптационный период.
* Формировать координационные способности, правильные двигательные умения и навыки выполнения жизненно необходимых основных движений, физические качества с учетом возрастных особенностей.
* Воспитывать у детей уверенность в самих себе и своих возможностях, развивать активность, самостоятельность.
* Формировать потребность в активной двигательной деятельности, содействовать полноценному физическому развитию детей.
* Закладывать основы доверительного отношения детей к взрослым, формируя доверие и любовь; основы доброжелательного отношения детей друг к другу.
* Повышать педагогическую компетентность родителей по использованию современных эффективных здоровьесберегающих технологий, методов организации активной двигательной деятельности детей в домашних условиях.

**Ожидаемые результаты:**

* Отсутствие детей с тяжелой степенью адаптации к условиям в ДОУ.
* Снижение количества заболеваний у детей и их продолжительности в адаптационный период.
* Доверительное отношение ребёнка к окружающим его взрослым, проявление доброжелательности в процессе общения со сверстниками.
* Будут сформированы двигательные умения и навыки детей в соответствии с возрастными особенностями.
* Удовлетворенность родителей дополнительной образовательной услугой составит не менее 100%.