

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 8 Кировского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 8
Кировского района Санкт-Петербурга
Протокол № 3 от 28.08.2024 года

УТВЕРЖДЕНА
Заведующим ГБДОУ детского сада №8
Кировского района Санкт-Петербурга
Приказ № 43-а п.11 от 30.08.2024 года
_____ Сулейманова О.А.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«В ритме танца»

Программа предназначена для детей 3-7 лет

Срок реализации программы – 2 года

Составитель:

Педагог дополнительного образования

Васильева Анастасия Сергеевна

Старший воспитатель

Сокольникова Наталья Михайловна

Санкт-Петербург
2024 г

Оглавление

1. Целевой раздел Программы

Пояснительная записка

- 1.1. Отличительные особенности программы, ее актуальность
- 1.2. Цели и задачи Программы
- 1.3. Планируемые результаты освоения Программы

2. Содержательный раздел Программы

- 2.1. Учебный план
- 2.2. Календарный учебный график
- 2.3. Содержание Программы
Рабочая программа
 - 2.3.1. Календарно-тематическое планирование
 - 2.3.2. Проведение занятий по Программе

3. Организационный раздел (условия образовательной деятельности)

- 3.1. Особенности организации развивающей предметно – пространственной среды
- 3.2. Система контроля результативности воспитанников
- 3.3. Материально-техническое обеспечение Программы

Список литературы

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «В ритме танца» (далее – Программа) художественно-эстетической направленности, рассчитана на работу с детьми дошкольного возраста.

Программа разрабатывалась в соответствии с:

- ✓ Федеральным законом от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (далее - 273-ФЗ);
- ✓ Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации Минобрнауки России от 18.11.2015 N 09-3242;
- ✓ Распоряжением Комитета по образованию от 25.08.2022 №1676-р «Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга».

1.1. Отличительные особенности программы, ее актуальность

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа художественной направленности «В ритме танца» составлена на основе программы «СА-ФИ-ДАНСЕ», авторы Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г.

Актуальность программы состоит в том, что танцевально-ритмическая гимнастика как одно из средств художественно-эстетической направленности способствует укреплению здоровья детей, которое является одним из наиболее чувствительных показателей, отражающих качество окружающей среды и адаптационные возможности организма ребёнка, в связи, с чем необходимо удовлетворить потребность детей в организованной двигательной активности.

Программа направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста, с учётом возможностей и состояния здоровья детей, расширение функциональных возможностей развивающегося организма, овладение ребёнком базовыми умениями и навыками в разных упражнениях.

Новизна Программы заключается в том, что сюда входят разделы: игроритмика, игрогимнастика и игротанец. Нетрадиционные виды упражнений представлены: игропластикой, пальчиковой гимнастикой, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями. Раздел креативной гимнастики включает: музыкально-творческие игры и специальные задания. Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и усвоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

Педагогическая целесообразность Программы заключается в том, что использование инновационных методик в работе с детьми создаёт необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, требуемый уровень выполнения заданий. Способствует развитию у детей мышечной силы, гибкости, выносливости и координации движений; чувства ритма, музыкального слуха, памяти и внимания; выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений. Дети легче запоминают и усваивают движения, повышается эмоциональный фон занятия. Всё это в комплексе даёт положительную динамику в развитии, воспитании и образовании детей.

Цели и задачи Программы

Цель программы: содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами танцевально - ритмичной гимнастики.

Задачи:

1. Укреплять здоровье:
 - способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;
 - формировать правильную осанку;
 - содействовать профилактике плоскостопия;
 - содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно - сосудистой и нервной систем организма.
2. Совершенствовать психомоторные способности дошкольников:
 - развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, перцептивную чувствительность, скоростно-силовые и координационные способности;
 - содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
 - формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев;
 - развивать ручную умелость и мелкую моторику.
3. Развивать творческие и созидательные способности воспитанников:
 - развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;
 - формировать навыки самостоятельного выражения движения под музыку;
 - воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях;
 - развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

1.2. Планируемые результаты освоения программы

1. Развитие музыкальных способностей ребенка:
 - развитие способности эмоционально воспринимать музыку, чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание,
 - развитие музыкального слуха, чувства ритма,
 - развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству звуков,
 - развитие музыкальной памяти.
2. Развитие двигательных качеств и умений:
 - развитие точности, координации движений,
 - развитие гибкости и пластичности,
 - воспитание выносливости, развитие силы,
 - формирование правильной осанки, красивой походки,
 - развитие умения ориентироваться в пространстве,
 - обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.
3. Развитие творческого воображения и фантазии:
 - развитие способности к двигательной импровизации,
 - выражение эмоционального состояния образа через движение под музыку.
4. Развитие интеллекта:

- развитие кругозора ребенка, обогащение объема его представлений об окружающем мире,
- развитие наглядно-образного мышления.

5. Совершенствование психических процессов:

- развитие восприятия, внимания, памяти, мышления,
- развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике.

6. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения сопереживать другим людям, животным; сказочным персонажам,
- воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

7. Физическое развитие:

- укрепление мышечного корсета,
- коррекция осанки, профилактика плоскостопия,
- снижение повышенного тонуса мышц.

2. Содержательный раздел Программы

2.1. Учебный план

Учебный план направлен на реализацию дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «В ритме танца» для детей 3-7 лет.

Группы	Количество занятий	
	Продолжительность	В неделю/ в год
3-7 лет	30 мин	2/56

2.2. Календарный учебный график

Продолжительность учебного года по дополнительному образованию детей:

Начало учебных занятий по дополнительному образованию детей с 07 октября 2024 года.

Окончание учебных занятий – 30 апреля 2025 года.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «В ритме танца» для детей 3-7 лет.

Реализуется по Программе дополнительного образования детей программа «СА-ФИ-ДАНСЕ», авторы Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г.

Количество часов, отведённых на освоение воспитанниками учебного плана, в неделю составляет:

- воспитанники от 3 до 7 лет – 30 минут.

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Режим занятий
3 - 7 лет	октябрь	апрель	56	2 раза в неделю по 30 минут

Планирование занятий по танцевально-игровой гимнастике (час)

Сетка часов при двухразовых занятиях в неделю

№ п/п	Название раздела спортивно-оздоровительных занятий	Всего часов
1	Игроритмика	8
2	Игрогимнастика	8
3	Игротанцы	8
4	Танцевально-ритмическая гимнастика	8
5	Игропластика	8
6	Пальчиковая гимнастика	8
7	Музыкально – подвижные игры	по плану занятий
8	Игры – путешествия	8

9	Креативная гимнастика	по плану занятий
Итого:		56

2.3. Содержание Программы

Раздел «Игроритмика» является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку соответственно ее характеру, ритму, темпу. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

Раздел «Игрогимнастика» служит основой для освоения ребенком различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе. В раздел входят строевые, общеразвивающие упражнения, дыхательные, упражнения на расслабление мышц и укрепление осанки.

Игротанцы направлены на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры ребенка. В этот раздел входят: танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений, ритмические танцы.

В разделе «Танцевально – ритмическая гимнастика» представлены образно – танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Физические упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на занимающихся, решают конкретные задачи.

Раздел «Игропластика» основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости занимающихся. Здесь используются элементы древних гимнастических движений, выполняемые в игровой сюжетной форме.

Раздел «Пальчиковая гимнастика» служит для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию.

Раздел «Музыкально – подвижные игры» содержит упражнения, применяемые практически на всех занятиях. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования – все то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий.

Раздел «Игры – путешествия» (или сюжетные занятия) включает все виды подвижной деятельности, используя средства предыдущих разделов. Данный материал служит основой для закрепления умений и навыков, приобретенных ранее, помогает сплотить ребят, дает возможность стать кем мечтаешь, побывать где захочешь и увидеть что пожелаешь.

Раздел «Креативная гимнастика» предусматривает целенаправленную работу педагога по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы. Благодаря этим занятиям создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощенности.

Рабочая программа

2.3.1. Календарно – тематическое планирование

планируемая фактическая дата	Неделя	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
октябрь	1,2	<p><i>Строевые упражнения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • построение в колонну, шеренгу по команде (образно – двигательные упражнения «солдатики) • приставные шаги в сторону • шаг с подскоком <p><i>Игроритмика</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • хлопки в такт музыки 	<p>Построение врассыпную</p> <p><i>Танцевальные шаги</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • шаг с носка, на носках <p><i>Общеразвивающие упражнения без предмета:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • основные упражнения прямыми и согнутыми руками и ногами, выполняемые под музыку • основные движения туловищем и головой <p><i>Музыкально – подвижная игра «Найди свое место»</i></p>	<p><i>Упражнения на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные:</i></p> <p>поднимание рук - на вдохе, свободное опускание - на выдохе</p>
	3,4	<p><i>Музыкально – подвижная игра «Нитка – иголка»</i></p> <p><i>Строевые упражнения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях (вправо, влево, в круг, от центра) <p><i>Игроритмика</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • ходьба сидя на стуле • хлопки в такт музыки 	<p><i>Общеразвивающие упражнения с воздушными шарами</i></p> <p><i>Танцевальные шаги</i></p> <p>Комбинации из танцевальных шагов</p> <p><i>Подвижная игра «У медведя во бору»</i></p>	<p><i>Упражнения на укрепление осанки, стоя спиной к опоре.</i></p> <p>Релаксация «Спокойный сон»</p>
	5,6	<p><i>Строевые упражнения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • построение в шеренгу, в круг • приставные шаги в сторону • шаг с подскоком 	<p><i>Танцевально – ритмическая гимнастика</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • упражнения с султанчиками • «У оленя дом большой» <p><i>Подвижная игра «У медведя во бору»</i></p>	<p><i>Имитационно – образные упражнения на осанку</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • «столбик» • «палочка»
	7,8	<p><i>Сюжетное занятие «Осенняя прогулка»</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Ритмический танец «Листопад»</i> 2. <i>Общеразвивающие упражнения с осенними листьями</i> 3. <i>Танцевальная композиция «Домик для ребят», «Звезды»</i> 4. <i>Музыкально – подвижная игра «Солнышко и дождик»</i> 5. <i>Игра «Подуй на осенний листочек»</i> 		
		Итого: 8 занятий		

Планируемая и фактическая дата	№	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
Ноябрь	1,2	<i>Креативная гимнастика</i> Импровизация движений под музыку <i>Музыкально – подвижная игра «Эхо»</i>	<i>Подвижная игра «Перемена мест»</i> <i>Ритмический танец. «Лавота»</i> Построение в круг. «Галоп шестерками» на приставном шаге. <i>Подвижная игра «Квас»</i>	<i>Пальчиковая гимнастика</i> Выполнение фигурок из пальчиков <ul style="list-style-type: none"> • бинокль • лодочка • цепочка
	3,4	<i>Строевые упражнения:</i> Построение в круг <i>Игроритмика</i> Поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет	<i>Танцевальные шаги</i> Композиция из танцевальных шагов. Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком <i>Танцевально – ритмическая гимнастика</i> «Снежинки» <i>Ритмический танец: «Танец сидя»</i> <i>Подвижная игра «Чехарда»</i>	<i>Креативная гимнастика «Море волнуется»</i>
	5,6	<i>Креативная гимнастика «Создай образ»</i> Игровые задания для развития пластической выразительности при создании образа	<i>Общеразвивающие упражнения с гантелями</i> <i>Игропластика</i> Специальные упражнения для развития силы мышц Морские фигуры <ul style="list-style-type: none"> • морская звезда • морской конек • краб • дельфин <i>Ритмический танец. «Все спортом занимаются»</i>	<i>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки:</i> имитационно – образные упражнения «вороны»
	7,8	Сюжетное занятие «В мире сказок и приключений» 1. Сказочный лес: <ul style="list-style-type: none"> • переход через речку • по болоту • в пещере 2. Сказочная зарядка 3. Танцевальная композиция «Бабка-Ежка» 4. Музыкально – подвижная игра «Волшебный платочек»		
		Итого: 8 занятий		

Планируемая и фактическая дата	№	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
Декабрь	1,2	<i>Строевые упражнения:</i> Построение в шеренгу и колонну по распоряжению <i>Игроритмика</i> Различие динамики звука	<i>Игропластика</i> Специальные упражнения для развития гибкости – морские фигуры <ul style="list-style-type: none"> • улитка • морской лев • медуза • уж <i>Ритмический танец.</i> «Рок-н-ролл» <i>Музыкально – подвижная игра</i> «Отгадай, чей голосок»	<i>Дыхательные упражнения</i> <ul style="list-style-type: none"> • «Насос» • «Волны шипят» • «Ныряние» • «Подуем»
	3,4	<i>Строевые упражнения:</i> Перестроение из одной шеренги в несколько до ориентира <i>Игроритмика</i> Бег по кругу и ориентирам («змейкой»)	<i>Акробатика</i> Комбинации акробатических упражнений вобразно – двигательных действиях: <ul style="list-style-type: none"> • «Ванька – встанька» • «Мальвина – балерина» • «солдатик» <i>Танцевально – ритмическая гимнастика</i> «Хоровод» <i>Музыкально – подвижная игра</i> «Мы веселые ребята»	<i>Акробатика</i> Комбинации акробатических упражнений в образно – двигательных действиях: <ul style="list-style-type: none"> • «ласточка» • «березка»
	5,6	<i>Строевые упражнения:</i> Построение в рассыпную <i>Игроритмика</i> Выполнение общеразвивающих упражнений под музыку, с акцентом на сильную долю такта – основного движения наклона, приседа, маха и т.д.)	<i>Хореографические упражнения</i> <ul style="list-style-type: none"> • танцевальные позиции рук • полуприседы • подъемы на носки <i>Ритмический танец.</i> «Мы пойдем сначала вправо» <i>Танцевально – ритмическая гимнастика</i> «Воздушная кукуруза» <i>Музыкально – подвижная игра</i> «Два мороза»	<i>Релаксация</i> «На облаке»
	7,8	<i>Сюжетное занятие «Путешествие в зимний сказочный лес»</i> 1. Ходьба, бег, прыжки, поскоки между снежинками 2. Танцевальная композиция со снежинками 3. Музыкально – подвижная игра <ul style="list-style-type: none"> • «Снежки» • «На оленьих упряжках» • «Снежные карусели» 		
		Итого: 8 занятий		

Планируемая и фактическая дата	№	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
Январь	1,2	Акцентированная ходьба с махом руками, сгибание пальцев рук в кулак и разгибание <i>Креативная гимнастика.</i> Творческая игра «Кто я?»	<i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Я танцую»</i> <i>Ритмический танец. «Каравай»</i> <i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Кузнечики»</i> <i>Музыкально – подвижная игра «Совушка»</i>	<i>Игропластика.</i> Специальные упражнения на развитие силы мышц <ul style="list-style-type: none"> • «змея» • «ежик»
	3,4	<i>Строевые упражнения:</i> «Солдатики» <i>Игроритмика</i> Выполнение общеразвивающих упражнений под музыку с притопом под сильную долю такта	<i>Танцевально – ритмическая гимнастика «С платочками»</i> <i>Ритмический танец. «Цветные ленточки»</i> <i>Музыкально – подвижная игра «Ленточки – хвосты»</i>	<i>Пальчиковая гимнастика</i> «Дружат наши пальчики»
	5,6	Сюжетное занятие «Аты – баты мы солдаты!» <ol style="list-style-type: none"> 1. Парад военных 2. Упражнения с флажками «Сигнальщики» 3. Полоса препятствий 4. Ритмический танец «Салютики» 		
	7,8	<i>Строевые упражнения:</i> <ul style="list-style-type: none"> • передвижение по кругу шагом и бегом Бег по кругу и по ориентирам <i>Игроритмика</i> Удары ногой на каждый счет и через счет	<i>Танцевальные шаги.</i> Сочетание приставных и скрестных шагов в сторону <i>Общеразвивающие упражнения с мягкими игрушками</i> <i>Ритмический танец. «Веселые игрушки»</i> <i>Музыкально – подвижная игра «Золотые ворота»</i>	<i>Креативная гимнастика</i> Специальные игровые задания «Магазин игрушек»
		Итого: 8 занятий		

Планируемая и фактическая дата	№	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
Февраль	1,2	<p><i>Строевые упражнения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • построение в шеренгу • повороты переступанием, по распоряжению в образно – двигательных действиях «Лыжники» <p><i>Хореографические упражнения</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • поклон для мальчиков • реверанс для девочек 	<p><i>Игропластика</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • «велосипед» • «морская звезда» • «орешек» • «кобра» <p><i>Танцевально – ритмическая гимнастика</i> «Часики»</p> <p><i>Ритмический танец.</i> Полька «Добрый жук»</p>	<p><i>Игропластика</i></p> <p>Упражнения для развития гибкости</p> <ul style="list-style-type: none"> • «волшебник» • «змея» • «котенок» • «по-турецки»
	3,4	<p>Сюжетное занятие «Мамин день»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Танцевальная композиция</i> «Букет для мамы» 2. <i>Ритмический танец</i> «Сюрприз» 3. <i>Пластические этюды</i> «Фигуры» 		
	5,6	<p><i>Игра</i> «Поезд»</p> <p><i>Игроритмика.</i></p> <p>На воспроизведение динамики звука. Увеличение круга – усиление звука, уменьшение круга – уменьшение звука.</p>	<p><i>Общеразвивающие упражнения</i> с обручами.</p> <p><i>Танцевально – ритмическая гимнастика</i> «Воробьиная зарядка»</p> <p><i>Ритмический танец</i> «Зарядка - Латина»</p> <p><i>Музыкально – подвижная игра</i> «Аквариум»</p>	<p><i>Игропластика.</i> Круговые движения кистями и пальцами рук</p> <ul style="list-style-type: none"> • «оса» • «вертолет»
	7,8	<p><i>Строевые упражнения:</i></p> <p>Построение в рассыпную</p> <p><i>Общеразвивающие упражнения без предмета.</i> Сочетание упоров с движениями ногами (упор присев, упор сидя, упор стоя на коленях, упор лежа)</p>	<p><i>Акробатические упражнения.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • группировка в положении сидя, лежа • перекаты вперед, назад • перекаты вправо, влево <p><i>Танцевально – ритмическая гимнастика</i> «Аэробика»</p> <p><i>Ритмический танец</i> «Макарена»</p> <p><i>Музыкально – подвижная игра</i> «Пятнашки» (с домиками)</p>	<p><i>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки</i></p> <p>Контрастные движения руками на напряжение и расслабление</p>
		Итого: 8 занятий		

Планируемая и фактическая дата	№	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
Март	1,2	Музыкально-подвижная игра на закрепление навыка построения в колонну, шеренгу, круг.	Танцевально – ритмическая гимнастика «Аэробика» Танцевальные шаги <ul style="list-style-type: none"> прыжки с ноги на ногу, другую сгибая назад Ритмический танец. «Шуточный рок-н-ролл» Музыкально – подвижная игра «Горелки»	Игропластика. Упражнения для развитие мышечной силы в заданиях.
	3,4	Музыкально – подвижная игра «Замри-отомри» Игроритмика <ul style="list-style-type: none"> ходьба на каждый счет и через счет с хлопками построение по ориентирам 	Танцевальные шаги Переменный и русский хороводный шаги Общеразвивающие упражнения с гантелями Ритмический танец «Бабка-Ежка» Музыкально – подвижная игра «Усни-трава»	Креативная гимнастика. Специальные игроздания «Художественная галерея»
	5,6	Сюжетное занятие «Космическое путешествие» <ol style="list-style-type: none"> Танцевальная композиция « Земля в иллюминаторе», «Роботы» Ритмический танец «Сюрприз» Музыкально – подвижная игра «Усни-трава» 		
	7,8	Танцевальные шаги: <ul style="list-style-type: none"> шаг галопа вперед и в сторону Музыкально – подвижная игра «Ж своим флажкам» Строевые упражнения: <ul style="list-style-type: none"> перестроение в две колонны в два круга 	Танцевально – ритмическая гимнастика «С платочком» Ритмический танец «Кремена» Подвижная игра «День – ночь» Танцевально – ритмическая гимнастика «Приходи сказка» Ритмический танец «Русский хоровод» Музыкально – подвижная игра «Ручейки и озера»	Упражнения на расслабление мышц <ul style="list-style-type: none"> «медузы» «звездочка» Игропластика. Специальные упражнения на развитие мышечной силы <ul style="list-style-type: none"> «укрепи животик» «укрепи спинку»
		Итого: 8 занятий		

Планируемая и фактическая дата	№	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
Апрель	1,2	<i>Музыкально-подвижная игра</i> на закрепление навыка построения в колонну, шеренгу, круг.	Танцевально – ритмическая гимнастика «Аэробика» <i>Танцевальные шаги</i> <ul style="list-style-type: none"> прыжки с ноги на ногу, другую сгибая назад <i>Ритмический танец.</i> «Шуточный рок-н-ролл» <i>Музыкально – подвижная игра</i> «Горелки»	<i>Игропластика.</i> Упражнения для развитие мышечной силы в заданиях.
	3,4	<i>Музыкально – подвижная игра</i> «Замри-отомри» <i>Игроритмика</i> <ul style="list-style-type: none"> ходьба на каждый счет и через счет с хлопками построение по ориентирам 	<i>Танцевальные шаги</i> Переменный и русский хороводный шаги <i>Общеразвивающие упражнения</i> с гантелями <i>Ритмический танец</i> «Бабка-Ежка» <i>Музыкально – подвижная игра</i> «Усни-трава»	<i>Креативная гимнастика.</i> Специальные игроздания «Художественная галерея»
	5,6	<i>Танцевальные шаги:</i> <ul style="list-style-type: none"> шаг галопа вперед и в сторону <i>Музыкально – подвижная игра</i> «К своим флажкам»	<i>Танцевально – ритмическая гимнастика</i> «С платочком» <i>Ритмический танец</i> «Кремена» <i>Подвижная игра</i> «День – ночь»	<i>Упражнения на расслабление мышц</i> <ul style="list-style-type: none"> «медузы» «звездочка»
	7,8	<i>Строевые упражнения:</i> <ul style="list-style-type: none"> перестроение в две колонны в два круга 	<i>Акробатические упражнения.</i> Вертикальное равновесие на одной ноге с различными движениями рук <i>Танцевально – ритмическая гимнастика</i> «Приходи сказка» <i>Ритмический танец</i> «Русский хоровод» <i>Музыкально – подвижная игра</i> «Ручейки и озера»	<i>Игропластика.</i> Специальные упражнения на развитие мышечной силы <ul style="list-style-type: none"> «укрепи животик» «укрепи спинку»
		Итого: 8 занятий		
Итого 56 занятий				

2.3.2. Проведение занятий по Программе.

Построение занятий.

Основа учебной программы — в ее вариативности, единстве обучения, воспитания и решения оздоровительных задач. Занятия составляются согласно педагогическим принципам, по своему содержанию должны соответствовать возрастным особенностям и физическим возможностям занимающихся. Учебный материал в них распределяется согласно принципу возрастания и чередования нагрузки. Согласно требованиям по физическому и музыкально-ритмическому воспитанию ребенка, занятия составляют единую систему обучения и отвечают современным требованиям к технологии построения и проведения учебных занятий. Структура проведения занятий— общепринятая, и состоит из трех частей: вводной, основной и заключительной. Деление на части относительно. Каждое занятие — это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

Вводная часть занимает от 5 до 15% общего времени и зависит от решения основных задач. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребенка — его центральную нервную систему, различные функции — к работе: разогреть мышцы, связки и суставы, создать психологический и эмоциональный настрой, сосредоточить внимание. Начинать его рекомендуется с поклона, маршировки, разминки.

Основная часть длится от 70% до 85% общего времени. В этой части решаются основные задачи, формируются двигательные умения и навыки, идет основная работа над развитием двигательных способностей: гибкости, мышечной силы, быстроты движений, ловкости, выносливости и др. На этой стадии дается большой объем знаний, развивающих творческие способности детей, достигается оптимальный уровень физической нагрузки. В основную часть занятия могут входить все средства музыкально-ритмических упражнений.

Заключительная часть длится от 3% до 7% общего времени. В том случае если в основной части имеет место большая физическая нагрузка, время заключительной части увеличивается. Это создает условия для постепенного снижения нагрузки и обеспечивает постепенный переход от возбужденного к относительно спокойному состоянию детей. В заключительной части занятия используются упражнения на расслабление мышц. Если урок направлен преимущественно на разучивание нового материала и требует от детей максимального внимания, то необходима эмоциональная разрядка. В этом случае в заключительной части следует проводить музыкально-подвижные игры малой интенсивности (ходьба с речитативом, с песней, полюбившиеся детям ритмические танцы и другие задания).

Организация проведения занятий

Любое занятие следует начинать с организованного входа в зал, желательно под музыку. Затем осуществляется построение и детям сообщается задача — чем они будут заниматься, что узнают нового, чему научатся на данном занятии. Если в конце занятия дети ответят на вопросы педагога, то поставленные задачи можно считать почти выполненными. Каждое занятие в календарном планировании программы «Са-фи-дансе»

представляет собой единство содержательных, методических и организационных элементов. Нарушение этого единства приведет к снижению эффективности занятия и поставит под сомнение возможность решения педагогических задач. Цель и общие задачи в программе реализуются путем постановки частных задач на каждое занятие, в формулировке которых педагог должен отразить конечный результат данного занятия. Частные задачи должны быть взаимосвязаны между собой и отвечать на вопросы: с чем знакомится ребенок? Что развивается или в дальнейшем совершенствуется в нем? Для проведения занятия педагогу необходимо владеть различными методами организации деятельности воспитанников и способами проведения упражнений. Это построения, перестроения и передвижения, использование гимнастических снарядов, предметов и другого вспомогательного инвентаря. Рекомендуется проводить занятия в сопровождении рассказов, речитативов, во время которых педагог предлагает детям выполнить цепь последовательных упражнений. Так создается ряд знакомых каждому ребенку образов, воображаемая игровая и ролевая ситуация, сюжет, правила для действий с предметами и без них. В сюжетных занятиях предварительная подготовка создаст благоприятные условия для их проведения и освоения программного материала. Для этого можно заранее подготовить отличительные знаки, эмблемы, жетоны, а для подведения итогов занятий и награждения — грамоты, значки, медали. Особое значение в проведении занятий имеет статус педагога, его речь, эмоциональный настрой, доброжелательное отношение к окружающим, активное участие в выполнении своей задачи. Все это создает атмосферу праздника и вызывает положительные эмоции участников. При правильной, четкой организации занятие имеет хорошую общую и моторную плотность.

Методика обучения

В совершенстве овладеть огромным разнообразием движений, комбинаций и целых комплексов упражнений, входящих в Программу, возможно лишь при условии правильной методики обучения.

Целостный процесс обучения, танцам можно условно разделить на три этапа:

- начальный этап — обучение упражнению, танца (отдельному движению);
- этап углубленного разучивания упражнения, танца;
- этап закрепления и совершенствования упражнения, танца.

Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, а дети пытаются воссоздать увиденное, опробывают упражнение, элемент танца. Название упражнения, вводимое педагогом на начальном этапе, создает условия для формирования его образа, активизирует работу центральной нервной системы детей. Показ упражнения или отдельного движения должен быть ярким, выразительным и понятным, желательно в зеркальном изображении. Показ упражнения, определенного движения в танце является наиболее существенным звеном процесса обучения для дошкольников, где восприятие движений в большей степени связано со зрительным анализатором. Правильный показ создает образ-модель будущего движения, формирует представление о нем и о способе его выполнения.

Объяснение техники исполнения упражнения дополняет ту информацию, которую ребенок получил при просмотре. Объяснение должно быть образным и кратким, с использованием гимнастической терминологии. В дальнейшем, при проведении комплексов упражнений, краткая подсказка в виде термина сразу же воссоздает образ движения у обучаемых — они легко вспоминают отдельные элементы в общей композиции. Первые попытки опробования упражнения имеют большое значение при дальнейшем формировании двигательного навыка. Воспитанник впервые выполняет упражнение на основе тех представлений, которые он получил. Важно, чтобы между ощущениями первой попытки и уже создавшимся представлением об упражнении (на основе его названия, показа и объяснения) не было больших расхождений. По первым попыткам выполнения упражнения педагог может судить, как обучаемый понял свою задачу, и в зависимости от этого планировать дальнейший путь обучения. При обучении несложным упражнениям (например, основные движения руками, ногами, головой, туловищем, простейшие прыжки и др.) начальный этап обучения может закончиться уже на первых попытках. При обучении сложным движениям (например, разнонаправленные движения руками, ногами, головой в упражнениях танцевального характера) педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения. Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять расчлененный метод. Например, изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе и только после этого продолжить дальнейшее обучение упражнению. Если упражнение нельзя разделить на составные части, применяется целостный метод обучения. В танцевально-игровой гимнастике его можно использовать, выполняя упражнение в медленном темпе и четком ритме, без музыкального сопровождения или под музыку, но на два, четыре, восемь и большее количество счетов. При необходимости следует подобрать подводящие упражнения или, применяя подготовительные упражнения, создать основу для опробования изучаемого упражнения. Для начального обучения упражнения используются ориентиры, ограничители. Так, при перестроении в колонну по трое ориентиром для направляющих могут являться кегли, а при ходьбе «змейкой» ограничителями будут кубики. Педагог должен использовать разнообразные методические приемы обучения двигательным действиям. Так, образные сравнения, приводимые педагогом в объяснении того или иного движения, помогают детям правильно его осваивать, так как создают у детей особое настроение, что вызывает желание активно действовать, сопереживать. Положительные эмоции при игровом обучении, похвала активизируют работу сердца, нервной системы ребенка. Нельзя вести обучение на фоне отрицательных эмоций. Необходимо увлекать, заинтересовывать ребят — только тогда обучение движениям будет эффективным. Успех начального этапа обучения зависит также от умелого и своевременного предупреждения и исправления ошибок. Это дополнительные и ненужные движения, несоразмерность мышечных усилий и излишняя напряженность основных мышечных групп, значительное отклонение от направления и амплитуды движений, искажение общего ритма упражнения. Данные ошибки являются характерными на стадии формирования умения. Исправлять ошибки необходимо, начиная с более грубых. При удачном выполнении упражнения целесообразно его повторить несколько раз, закрепив тем самым предварительное представление о нем.

Этап углубленного разучивания упражнения, танцевального движения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основная задача этапа сводится к уточнению двигательных действий, пониманию закономерностей движения, особенно усовершенствованию ритма, свободного и слитного выполнения упражнения. Основным методом обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения. Расчленение движения происходит только в случае уточнения его деталей. Количество повторений в одном занятии увеличивается по сравнению с предыдущим этапом. Процесс разучивания существенно ускоряется, если удастся обеспечить занимающихся срочной информацией о качестве его выполнения. К таким приемам в танцевально- ритмических упражнениях можно отнести: использование звуковых ориентиров (хлопков, отражающих ритмическую характеристику упражнения или специально подобранной музыки, музыкальный размер которой способствует лучшему исполнению упражнения). Успех на этапе углубленного разучивания упражнения зависит и от активности обучаемых. Повышению активности детей способствуют изменение условий выполнения упражнения, постановка определенных двигательных задач. С этой целью применяется соревновательный метод с установкой на лучшее исполнение. Другим эффективным методом является запоминание упражнения с помощью представления — «идеомоторной тренировки». В этом случае дети создают двигательные представления изучаемого упражнения сначала под музыку, а затем и без нее. Это содействует быстрому освоению упражнения, уточнению его деталей, двигательных действий. Только тогда, когда выполнение изучаемого упражнения отвечает характерным его особенностям, стилю исполнения, создает определенную школу движений, можно считать, что этап формирования основ двигательного навыка закончен.

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его в умение высшего порядка. Здесь применяется весь комплекс методов предыдущего этапа, однако ведущую роль приобретают методы разучивания в целом — соревновательный и игровой. По мере многократного повторения упражнения двигательный навык формируется в основном варианте. Задача педагога на этом этапе состоит не только в закреплении двигательного навыка у детей, но и в создании условий для формирования движений более высокого уровня, выполнение которых можно было бы использовать в комбинации с другими упражнениями. Здесь необходимо, совершенствуя качество исполнения упражнения, формировать индивидуальный стиль. Этап совершенствования упражнения можно считать завершенным лишь только тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей. Только после этого данное упражнение можно применить с другими, ранее изученными упражнениями, в различных комбинациях, комплексах и танцах.

3. Организационный раздел (условия образовательной деятельности)

3.1. Особенности организации, развивающей предметно-пространственной образовательной среды

Занятия проводятся в музыкальном зале, оснащенном необходимым оборудованием, которые соответствуют гигиеническим и эстетическим требованиям.

Развивающая предметно-пространственная среда музыкального зала обеспечивает полноценное развитие личности детей во всех основных образовательных областях на фоне их эмоционального благополучия и положительного отношения к миру, к себе и к другим людям и полностью соответствует требованиям Программы.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает игровую, познавательную, речевую, двигательную и творческую активность, учитывает интеграцию образовательных областей.

Развивающая предметно-пространственная среда для детей дошкольного возраста:

- Содержательно насыщена (дидактическими, развивающими играми, картотеками словесных игр), дает возможность творческому самовыражению.
- Трансформируемая, т. е. изменяема в зависимости от замысла и интересов дошкольников, от образовательной ситуации, обеспечивает возможность общения и совместной деятельности детей (оборудована ширмами, детскими театральными костюмами, атрибутами для постановок, игрушками - персонажами).
- Полифункциональная, дает возможность использовать предметы и материалы в разных видах детской деятельности и применять в соответствии с замыслом детей.
- Вариативное пространство учитывает интересы мальчиков и девочек.
- Безопасная для детского использования.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала в развитии детей в детском саду, приспособлена для реализации Программы, в соответствии с особенностями данного возрастного этапа, с учетом индивидуальных особенностей детей и приоритетным направлением работы педагога.

3.2. Система контроля результативности

Диагностические таблицы освоения детьми дополнительной образовательной общеразвивающей программы

№	Фамилия, имя ребенка	исполняет ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку, и двигательные задания по креативной гимнастике	владеет навыками ритмической ходьбы, умеют выполнять простейшие построения и перестроения;	умеет хлопать и топать в такт музыки, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах;	хорошо ориентируется в зале при проведении музыкально – подвижных игр и умеют представить различные образы;	знает правила безопасности при занятиях физическими упражнениями с предметами и без предметов;	владеет навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях;	выполняет специальные упражнения для согласования движений с музыкой.	передает характер музыкального произведения в движении;	Уровень развития
---	----------------------------	--	--	--	---	--	--	---	---	------------------

Уровни освоения программы

-  - высокий уровень
-  - средний уровень
-  - низкий уровень

Низкий уровень испытывает трудности при исполнении ритмических танцев и комплексы упражнений под музыку, владеет навыками ритмической ходьбы, умеют выполнять простейшие построения и перестроения; умеет хлопать и топать в такт музыки, затрудняется ритмично двигаться в различных музыкальных темпах; плохо ориентируется в зале при проведении музыкально – подвижных игр и не может представить различные образы; знает правила безопасности при занятиях физическими упражнениями с предметами и без предметов; владеет навыками по различным видам передвижений по залу; не передает характер музыкального произведения в движении; выполняет специальные упражнения для согласования движений с музыкой неуверенно.

Средний уровень исполняет ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку, но затрудняется в выполнении двигательных заданий по креативной гимнастике; владеет навыками ритмической ходьбы, затрудняется выполнять построения и перестроения; умеет хлопать и топать в такт музыки, ритмично двигаться может в медленном темпе; хорошо ориентируется в зале при проведении музыкально – подвижных игр и умеют представить различные образы; знает правила безопасности при занятиях физическими упражнениями с предметами и без предметов; владеет навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях; выполняет специальные упражнения для согласования движений с музыкой.

Высокий уровень исполняет ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку, и двигательные задания по креативной гимнастике; владеет навыками ритмической ходьбы, умеют выполнять простейшие построения и перестроения; умеет хлопать и топать в такт музыки, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах; хорошо ориентируется в зале при проведении музыкально – подвижных игр и умеют представить различные образы; знает правила безопасности при занятиях физическими упражнениями с предметами и без предметов; владеет навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях; передает характер музыкального произведения в движении; выполняет специальные упражнения для согласования движений с музыкой.

Аппарат контроля

В конце года воспитанник:

- исполняет ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку, и двигательные задания по креативной гимнастике;
- владеет навыками ритмической ходьбы, умеют выполнять простейшие построения и перестроения;
- умеет хлопать и топать в такт музыки, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах;
- хорошо ориентируется в зале при проведении музыкально – подвижных игр и умеют представить различные образы;
- знает правила безопасности при занятиях физическими упражнениями с предметами и без предметов;

- владеет навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях;
- передает характер музыкального произведения в движении;
- выполняет специальные упражнения для согласования движений с музыкой.

Итоги работы подводятся на итоговом занятии.

3.3. Материально-техническое обеспечение Программы

№	ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОГО ОБОРУДОВАНИЯ	КОЛИЧЕСТВО
1	МУЗЫКАЛЬНЫЙ ЦЕНТР	1
2	АТТРИБУТЫ: кегли, обручи, мячи разных размеров, скакалки, гимнастические палки, обручи, пособия для упражнений на дыхание, погремушки, платочки, шарфики.	По количеству занимающихся
4	ДЕКОРАЦИИ (для проведения сюжетных занятий)	
5	КОСТЮМЫ	

Список литературы

1. Буренина А. И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). — 2-е изд., испр. и доп. — СПб.: ЛОИРО, 2000. - 220 с.
2. Быкава А.И. и Осокина Т.И. Развитие движений у детей в детском саду. М.. Академия пед.наук РСФСР, 1968.
3. Ефименко Н.Н. Театр физического развития и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 1999. – 256с., илл. (электронная версия)
4. Кузнецов В.С. Колодницкий Г.А. Физические упражнения и подвижные игры: Методическое пособие. – М. : Издательство НЦ ЭНАС, 2005. – 152 с. – (Детский сад)
5. Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. Лечебно-профилактический танец Фитнес-Данс. – СПб.: «Детство-пресс», 2007.
6. Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. СА-ФИ-ДАНСЕ Танцевально – игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. – СПб.: «Детство-пресс», 352 с., ил. 2003