Муниципальное бюджетное
дошкольное образовательное учреждение детский сад № 41 «Рябинушка»

ПРИНЯТО:
протокол заседания
Педагогического совета
от 04.04.2022г. № 4

СОГЛАСОВАНО:
решением Управляющего совета
от 05.04.2022г. № 3

УТВЕРЖДЕНО:
приказом от 11.04.2022г. № ДС 41-11-115/2
И.о. заведующего МБДОУ №41 «Рябинушка»
Е.В. Киямова

Подписано электронной подписью
Сертификат:
22EFED9CE13F5D752120BF77DE47CF174FF0C475
Владелец:
Киямова Елена Владимировна
Действителен: 15.07.2021 с по 15.10.2022

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Спортивные танцы»

На 2021-2022 учебный год

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Количество часов в год: 76

Педагог реализующий программу:

Кроитору Сабина Юрьевна

Сургут 2022г.

Аннотация

Обучение детей по данной рабочей программе, предполагающей изучение основ танцевальной культуры, умение красиво и пластично двигаться под различные танцевальные ритмы и темпы музыки, сопутствует физическому развитию и повышению уровня общего образования и культуры детей.

Танец как никакое другое искусство обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста. Что же касается непосредственно детей, то танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне.

В танце развивается чувство ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта, что безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Программа «Спортивные танцы» по содержанию является физкультурно- спортивной направленности; по функциональному предназначению - учебно-познавательной; по форме организации - кружковой; по времени реализации — годичной.

Программа составлена на основе парциальной программы «Танцы на мячах» Е. Г. Сайкина, С.В. Кузьмина, и парциальной программы «Танцы под музыку для детей дошкольного возраста» Ж.Е. Фирилёва, А.И. Рябчиков.

ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Название программы	"Спортивные танцы"
Направленность программы	Физкультурно-спортивная
Ф.И.О. педагога, реализующего образовательную программу	Кроитору Сабина Юрьевна, педагог дополнительного образования
Год разработки	2021 год
Где, когда и кем утверждена дополнительная общеобразовательная программа	
Цель	Создание условий для развития творческих способностей детей, физического совершенствования посредством обучения детей спортивным танцам.
Задачи	1. Развивать физические качества (быстрота, выносливость, гибкость и ловкость), формировать правильную осанку, укреплять здоровье детей; 2. Развивать художественно - образное восприятие, фантазию, способность к импровизации; 3. Укреплять и сохранять здоровье детей; 4. Развить у детей активность и

	самостоятельность, коммуникативные способности;
Ожидаемые результаты освоения программы	К концу обучения по программе «Спортивные танцы» воспитанники будут **знать**: правила поведения на занятиях, требования, предъявляемые к танцорам; историю и особенности зарождения и развития спортивного танца; ритмическое строение музыки с ее размером, частями и фразами; способы и особенности движений, передвижений; приемы и способы формирования правильной осанки и танцевального стиля; основы общей и специальной физической подготовки; основные принципы танцевальных передвижений; терминологию разучиваемых движений. **уметь:** технически правильно исполнять базовые фигуры программы; двигаться под музыку в

	соответствии с характером музыкального произведения; действовать синхронно и выразительно в группе.
Сроки реализации программы	Учебный период (сентябрь -май)
Количество часов в неделю/ год	2 раза в неделю по 30 мин.
Возраст обучающихся	5-7 лет
Формы занятий	подгрупповые занятия (5-9 человек)
Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)	Технические средства: компьютер, магнитофон, видеокамера. Информационные средства: книги, аудиозаписи, дидактический и иллюстрационный материал, спортивный инвентарь
Методическое обеспечение	1. Кожухова Н.Н.. Рыжкова Л.А.. М.М. Самодурова М.М. Воспитатель пофизической культуре в дошкольных учреждениях. «Академия». 2002г. 2. Яковлева Л.В. Юдина Р.А.. Программа 3. «Старт». Физическое развитие и здоровьедетей 3 – 7 лет. «Владос» 2004г. 4. Шебеко В.Н. Шишкина В.А.. Ермак Н.Н. Методика

	физического воспитания в дошкольных учреждениях. «Университет» 1998г. 5. Андреишина В.М. и др. Программа «Север». Программа воспитания детей старшего дошкольного возраста. 1999г. 6. Чупаха И.В., Пужаева Е. З., Соколова И.Ю Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе. Москва. «Илекса». 2001г. 7. Ж.Е. Фирилёва, Е.Г. Сайкина. «Са-фи-денсе». Танцевально-игровая гимнастика длядетей. Санкт-Петербург. «Детство-пресс».2003. 8. Ж.Е. Фирилёва, Е.Г. Сайкина. «Фитнес-данс» лечебно-профилактический танец. Санкт-Петербург. «Детство-пресс». 2007.

Содержание

1. Пояснительная записка 9
Новизна 9
Актуальность 9
Педагогическая целесообразность 12
Организационно-педагогические условия 13

2. Цель и задачи реализации программы 14
Планируемые результаты освоения программы 15
Формы аттестации 15
Оценочные материалы 17
Оценка качества освоения программы 18

3. Учебный план 20
Учебно-тематический план 22
Календарный учебный график 23

4. Содержание программы 23
Рабочая программа учебного модуля «Фитбол-гимнастика» 25
Рабочая программа учебного модуля «Ритмические танцы» 27

5. Методическое обеспечение программы 29
Описание форм и методов 38
Материально-техническое обеспечение 38
Наглядно-дидактический материал 39

6. Список литературы 40

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно–спортивной направленности по физическому воспитанию «Спортивные танцы» разработана для детей дошкольного возраста 5 -7 лет и направлена на приобщение детей к миру танца. Занятия спортивными танцами помогают творчески реализовать потребность ребёнка в движении, ибо бесконечное разнообразие движений позволяет развивать не только чувство ритма, укреплять скелет, мускулатуру, осанку, но и стимулирует память, внимание, мышление и воображение ребёнка. Занятия танцам не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности дошкольника.

Законодательно – нормативное обеспечение программы

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций, постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13»;
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования, приказ МОиН РФ от 30 августа 2013 г. № 1014;

-Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»

-Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

-Приказ Министерства просвещения РФ от 30 сентября 2020 г. №533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г.№196».

Новизна

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, фитбол – гимнастика, пластика, спортивный танец, который включает в себя акробатические элементы, сценическое движение и даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Ее отличительными особенностями является: - активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий. Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм.

Рабочая программа разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию к учебной деятельности в ДОУ, возрастных особенностях детей.

Актуальность

Хореографическое искусство - значимая часть духовной культуры человека и одна из составляющих его творческого саморазвития и эстетического сознания. Формирование эстетического вкуса средствами

занятий хореографии как части образовательного и воспитательного процесса, выступает как одна из конкретных возможностей раскрытия личности подрастающего человека.

Программа кружка «Спортивные танцы» разработана с учѐтом особенностей психомоторного развития старших дошкольников, уровня их физической подготовленности и направлена на формирование двигательной культуры.

Спортивные танцы, выразительное движение под музыку, элементы гимнастики, фитбол -гимнастики дают возможность каждому ребѐнку окрепнуть физически, научиться выполнять движения легко и качественно, развивать артистические способности и способность переживать эмоциональныйподъѐм.

Овладевая разнообразными движениями, дети совершенствуют двигательные навыки, у них формируется чувство ритма пространственная ориентировка и координация, улучшается осанка, повышается жизненный тонус. Большое значение имеют занятия спортивными танцами для развития творческих способностей детей.

Занятия в кружке позволяют приобретать различные двигательные умения и навыки, развивать эмоционально-волевую сферу, формировать этические установки, создают возможность для выбора идеалов духовности и созидательного творчества. Дети приобретают хорошую физическую форму, укрепляют здоровье, развивают грацию, развивают пластику. Воспитывается музыкальность и чувство ритма, чувство красоты. Обучение по данной программе позволяет средствами коллективной творческой деятельности способствовать общекультурному развитию детей, удовлетворению естественной потребности в общении и движении, всестороннему раскрытию творческого потенциала личности, социально значимого проявления индивидуальности каждого в условиях коллектива.

Обучение танцам предполагает приобретение знаний и навыков в области хореографии, формирование художественного вкуса, сочетает

средства музыкального, физического, эстетического развития. Занятия танцам учат детей слушать и воспринимать музыку, передавать в движении её образы, эмоциональное состояние, развивать музыкально - двигательные навыки эстетический вкус, общаться посредством движения, работать в команде, сосредотачиваться, импровизировать.

В программу заложена идея приобщения детей к танцевальной культуре с помощью обучения их основам хореографии и современных танцев. Танцы затрагивают музыкальную, спортивную, творческую сферы жизни и относятся к группе сложно координированных видов деятельности. Танцевальное искусство, давая выход энергии детей, наполняет их бодростью, удовлетворяет потребность в празднике, в игре.

Танцы для дошкольников построены на изучении основных средств выразительности (движения и позы, мимика, пластика, ритм и темп), которые связаны с эмоциональными впечатлениями маленького человека от окружающего мира. Детский танец начинается с ритмики, где изучаются простые движения, формируются навыки передачи с помощью движения эмоциональных оттенков (танцуем спокойно, плавно, бодро, весело или резко), навыки выполнения движений в различных темпах. Часто занятия похожи больше на игру.

Главная задача педагога – создать условия, способствующие раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала детей, научить сознательному отношению к своим движениям, помочь детям проникнуть в мир музыки и танца.

Программа «Спортивные танцы» направлена на:

- ❖ Развитие физических данных, координации движений, ловкости, общей выносливости, выработки осанки и красивой походки;
- ❖ Развитие чувства ритма, музыкального слуха, выработку навыков исполнения движений в разных темпах;
- ❖ Раскрытие через танец красоты, многообразия и эстетики движения;
- ❖ Создания эмоционального настроя, выразительности;

❖ Обогащения двигательного опыта, освоение различных танцевальных направлений;

❖ Развитие фантазии и творческого воображения, образного мышления и желания импровизировать, умения придумывать и оценить танец;

❖ Формирование способности концентрировать внимание, воспитание дисциплинированности, самостоятельности и самоконтроля;

❖ Воспитание культуры поведения и формирование межличностных отношений в коллективе, выработка навыков коллективной творческой деятельности.

Педагогическая целесообразность программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия.

Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

Организационно-педагогические условия

К организационным условиям относятся: ориентация на творческую деятельность и формирование мотивации как фактора развития креативно-мыслящей личности в учебном процессе.

Реализация программы рассчитана на 2 года при объёме: 72 академических часов (периодичность занятий – с сентября по май).

Время проведение занятий: 2 раз в неделю не боле 30 минут. Обязательно на занятии применяются, упражнения на растяжку, разминка, динамические паузы, дыхательная гимнастика, перерывы.

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы- 5-7 лет, количество детей в одной группе -9.

На обучение по дополнительной общеобразовательной программе «Спортивные танцы» принимаются все желающие дети.

Программа разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию к учебной деятельности в ДОУ, возрастных особенностях детей.

Принципы реализации программы:

1. Принцип систематичности и последовательности от простого к сложному.
2. Принцип повторения умений и навыков - один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы и мышечная память.
3. Принцип индивидуально-дифференцированного подхода, вариативность заданий, дозировки.
4. Принцип доступности -позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.
5. Принцип успешности заключается в том, что на первом этапе формирования здоровья ребенок получает задания, которые он способен успешно выполнить.
6. Принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Для реализации данных принципов необходимо:

- ✓ верить в себя и в своих воспитанников;
- ✓ принимать их такими, какими они есть;

- ✓ видеть в каждом ребёнку личность.

Формы организации деятельности: группами, парами, индивидуально. **Формы проведения занятий:** занятие-игра, конкурсы, эстафеты, практическое занятие.

Цель и задачи реализации программы

Цель: Создание условий для развития творческих способностей детей, физического совершенствования посредством обучения детей спортивным танцам.

Задачи программы:

Образовательные:

- ❖ обучать танцевальным движениям;
- ❖ формировать интерес к хореографическому искусству, через раскрытия его многообразия и красоты;
- ❖ развивать физические качества (быстрота, выносливость, гибкость и ловкость), формировать правильную осанку, укреплять здоровье детей;

Развивающие:

- ❖ развивать чувство ритма;
- ❖ изучать основы конкретного ритмического рисунка танцев;
- ❖ развивать внимание, настойчивость, воображение;
- ❖ развивать художественно - образное восприятие, фантазию, способность к импровизации;

Оздоровительные:

- ❖ укреплять и сохранять здоровье детей;

Воспитательные:

- ❖ воспитывать чувство прекрасного;
- ❖ формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми;
- ❖ развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности;

❖ воспитывать волевые качества для выступления на сцене.

Планируемые результаты освоения программы

К концу обучения по программе «Спортивные танцы» воспитанники будут **знать**:

- правила поведения на занятиях, требования, предъявляемые к танцорам;
- историю и особенности зарождения и развития спортивного танца;
- ритмическое строение музыки с ее размером, частями и фразами;
- способы и особенности движений, передвижений;
- приемы и способы формирования правильной осанки и танцевального стиля;
- основы общей и специальной физической подготовки;
- основные принципы танцевальных передвижений;
- терминологию разучиваемых движений.

уметь:

- технически правильно исполнять базовые фигуры программы;
- двигаться под музыку в соответствии с характером музыкального произведения;
- действовать синхронно и выразительно в группе.

Формы промежуточной аттестации

К формам аттестации относятся текущий контроль и промежуточная аттестация, которая включает в себя занятия, наблюдения.

Текущий контроль проводится 2 раза в год в форме контрольного занятия или наблюдений, выполнение дифференцированных практических заданий различных уровней сложности, форма фиксации – контрольный лист.

Промежуточная аттестация проводится 2 раза в год в виде выступлений на мероприятиях детского сада, фестивалях, конкурсах, концертах, форма фиксации – диплом или грамота.

Способами контроля над успешностью реализации программы являются контрольные занятия, на которых обучающиеся выполняют задания согласно пройденным темам и получают оценку: «низкий уровень» «средний уровень», «высокий уровень ».

Критерии уровня развития

Чувства ритма:

высокий – ребёнок самостоятельно, чётко производит смену движений, движения соответствуют характеру музыки;

средний – производит смену движений с запозданием (по показу других детей), движения соответствуют характеру музыки;

низкий – смену движений производит с запаздыванием, движения не соответствуют характеру музыки.

Соответствие ритма движений, ритму музыки:

высокий – чёткое выполнение движений;

средний – выполнение движений с ошибками;

низкий – движение выполняется не ритмично.

Координации движений и внимания

высокий – ребёнок выполняет все движения без ошибок;

средний – допускает 1-2 ошибки;

низкий – не справляется с заданием.

Танцевальных движений:

высокий – ребёнок чувствует характер музыки, ритм, передаёт это в движении; самостоятельно использует знакомые движения илипридумывает свои; движения выразительны;

средний – чувствует общий ритм музыки, повторяет движения за другими, движения соответствуют характеру музыки;

низкий – не чувствует характер музыки, движения не соответствуют музыке.

Оценочные материалы

К оценочным материалам относятся: наблюдение, диагностика, творческие выступления, занятия.

Таблица №1

№	Содержание деятельности	Количество детей, овладевших содержанием деятельности	
		Начало года	Конец года
1	Может пройти правильно в такт музыки, сохраняя красивую осанку,		
2	Имеет навык лёгкого шага		
3	Чувствует характер музыки и передаёт его в танцевальных движениях		
4	может контролировать свои движения, выполняет их осознанно, легко, красиво, качественно,		
5	Развиты психофизические качества: ловкость, быстрота, координация движений, умение ориентироваться в пространстве , чувство ритма, быстрота реакции.		
6	Прослеживается стойкий интерес к занятиям спортивными танцами и движениям под музыку		

Таблица №2

Уровни	*Начало*	*Конец*

	года	*Года*
Низкий –5 баллов		
Средний –10 баллов		
Высокий –15 баллов		

Оценка качества освоения программы

№ п/п	*Наименование модулей*	*Основные показатели оценки*	*Формы контроля и промежуточной аттестации*
1	Фитбол - гимнастика	Освоение простейших элементов фитбол – гимнастики. Дети умеют выполнять правила техники безопасности на занятиях, выполняют комплексы упражнений по фитбол – гимнастики, ритмические танцы и творческие задания на импровизацию движений	Текущий контроль в форме практических занятий, индивидуальных .
2	Ритмические танцы	Дети выполняют	Текущий контроль в

		танцевальное движение в строгом соответствии с темпом, ритмом и характером музыки, помнить порядок этих упражнений; - сохраняют правильную осанку во время исполнения любого движения и высокий уровень двигательной активности на протяжении всего занятия; умеют передавать движением характер музыки (грустный, веселый, торжественны)	форме тематических занятий, концертов Промежуточная аттестация в форме открытых занятий

Учебный план

Учебный план состоит из двух модулей разной направленности, которые имеют свои задачи, планируемые результаты и предусматривают формы аттестации по модулю.

№ п/п	Модуль	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Фитбол - гимнастика	36	6	36
2.	Ритмические танцы	36	6	30
Итого часов:		78	12	66

Учебно-тематический план

№ п/п	Модуль Тема	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	*Фитбол-гимнастика*	38	6	32
1.1	Вводное занятие		1	7
1.2	«Ушастый нянь»		1	5
1.3.	«Барселона»		1	5
1.4.	«Цыганочка»		1	5
1.6	«Весёлый мячик»		1	5

1.5	«Большая стирка»		1	5
2.	*Ритмические танцы*	38	6	32
2.1.	«Озорные мячики»		1	7
2.2.	«Мы дети твоя Россия»		1	5
2.3.	«Танец с шляпами»		1	5
2.4.	«Здравствуй, дедушка мороз»		1	5
2.5.	«Весеннее настроение»		1	5
2.6.	«Спортивные девчонки»		1	5
Итого часов:		*76*	12	64

Годовой календарный учебный график

на 2021-2022 учебный год

Регламент образовательного процесса: 2 раз в неделю

Режим работы кружка: понедельник - среда.

Продолжительность занятия- не более 30 минут

Начало учебного года	15.09. 2021г.
Продолжительность учебного года в (неделях)	38 недель
Продолжительность учебных недель в месяц	4 недели
Продолжительность занятий в неделю	2 занятия
Окончание учебного года	31.05.2022г.

Содержание программы

Особенности образовательной деятельности

Образовательная деятельность планируется в последовательности -теория – показ –практика, от простого к сложному. Программа рассчитана на детей в возрасте от 5 до 7 лет. Занятия проводятся подгруппой до 9 человек, два раза в неделю. Продолжительность занятий 25-30 минут. Всего 72 занятия в год. В начале года планируется обучение простым гимнастическим упражнениям, ритмическим, спортивным танцам, создаётся первоначальное представление о технике выполняемых упражнений. Обучение выполнению упражнений под музыкальное сопровождение. В течение года задания усложняются за счёт увеличения количества и многообразия движений, и усложнённого варианта выполнения спортивных танцев, ритмических движений элементов гимнастики. Улучшается качество выполнения детьми движений. Воспитывается осознанное отношение к своему здоровью, творческому самовыражению (импровизации).

В процессе занятий танцами у детей происходит перевоплощение, уходят в никуда страхи, снижается уровень агрессии, появляется возможность открывать и понимать себя, управлять своими эмоциями. Дети, являясь по своей природе творцами, в движении, в музыке способны воспринимать по-своему многообразие окружающего мира.

Работа детского коллектива всегда ценна тем, что дети приучаются подчинять свои личные желания интересам большинства, а в хореографическом коллективе у ребенка развивается не только чувства ритма, умение понимать музыку, согласовывать с ней движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность тела, но и находиться в общей «связке» с товарищами, чувствовать свою ответственность за качество исполнения танца, быть составной частью детского объединения. Качественное формирование гармоничной личности в хореографических коллективах становится возможным путем вхождения обучающихся детей в

креативные ситуации, где происходит их творческое развитие и совершенствование индивидуально-личностных качеств.

Танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста. Что же касается непосредственно детей, то танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне.

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии, ритмике движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Как известно, основными методами работы с детьми является игровая деятельность. Танец в сочетании с игрой помогает переработать напряжение чувств, а музыка способствует выражению радости и легкости исполнения движений. Именно музыкальные игры пользуются у детей большой любовью, вызывают у них веселое настроение, укрепляют жизненный тонус. Дети «вживаются» в разнотипные образы, проявляя своеобразный индивидуальный артистизм. Такая работа педагога с ребенком несет в себе ценностно-познавательный смысл, необходимый для личностного и общественного развития детей. Такое включение ребенка в активную хореографическую деятельность позволяет ему приобретать жизненный практический опыт, а также усваивать и осознавать социальные ценности.

Для танцевальной культуры характерно раскрытие прекрасного в природе ребенка, соединение реального и фантастического вымысла; хореографическая деятельность работает на становление личности, постепенно приобщает его к миру прекрасного. И потому систематические

занятия хореографией очень полезны для физического развития детей: у них улучшается осанка, устраняется ряд физических недостатков, укрепляются мышцы и связки, становятся подвижными суставы, совершенствуются движения. Дети, в отличие от взрослых, более успешно овладевают танцевальными движениями, возможностью выразить отношение к музыке в свободных движениях. Танец помогает отражать личностные особенности и поведенческие модели ребенка, структуру и характер его межличностных коммуникаций. Отсюда можно сделать вывод, что целенаправленная организация образовательной работы по хореографии в детском саду является необходимым фактором воспитательных возможностей в общей системе образования, обладает огромными возможностями для эстетического совершенствования ребенка, его гармоничного духовного и физического развития.

Методика проведения занятий

Структура проведения занятий общепринятая. Каждое занятие состоит из 3 частей: подготовительной, основной и заключительной.

Вводная часть занятия: задачи этой части – подготовить организм ребёнка, создать эмоциональный настрой. В неё входят строевые, общеразвивающие упражнения, танцевальные шаги, танцевально- ритмическая гимнастика

Основная часть: основная работа по развитию двигательных способностей. Даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей. В неё входят: ритмические танцы, пластика.

Заключительная часть: Используются упражнения на расслабления мышц, дыхательные упражнения, упражнения на укрепления осанки.

Рабочая программа учебного модуля «Фитбол - гимнастика»

Задачи модуля:

- научить приёмам самостраховки;

- дать представления о форме и физических свойствах фитбола, сформировать «чувства мяча»;

- учить правильной посадке на неподвижном мяче;

- разучить динамические упражнения на фитболе;

- учить самостоятельно выбирать способ для творческого совершенствования техники двигательных действий с мячом.

Ожидаемый результат модуля:

Дети будут:

- владеть разными техниками

- владеть техникой безопасности на занятиях фитбол – гимнастикой;

- уметь выполнять комплексы упражнений программы фитбол – гимнастики;

- уметь контролировать и оценивать результат деятельности;

- выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой;

- уметь импровизировать движения;

- уметь работать в коллективе.

Форма аттестации пройденного модуля – открытое мероприятие.

Учебно-тематический план учебного модуля «Фитбол - гимнастика»

№ п/п	Модуль Тема	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	*Фитбол-гимнастика*	38	6	32
1,1	Вводное занятие	*6*	1	7
1.2	«Ушастый нянь»	*6*	1	5
1.3.	«Барселона»	*6*	1	5
1.4.	«Цыганочка»	*6*	1	5
1.6	«Весёлый	*6*	1	5

	мячик»			
1.5	«Большая стирка»	*8*	1	5

Рабочая программа учебного модуля «Ритмические танцы»

Задачи модуля:

- учить детей воспринимать развитие музыкальных образов и выражать их в движениях, согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности.
- учить определять музыкальные жанры (марш, песня, танец), виды ритмики (игра, пляска, упражнение), различать простейшие музыкальные понятия (высокие и низкие звуки, быстрый, средний, медленный темп, громкая, умеренно громкая и тихая музыка и т. д.).
- учить оценивать собственное движение и движение сверстника, придумывать «свой» игровой образ, персонаж и «свою» пляску, комбинируя различные элементы физкультурных упражнений, танцевальных и сюжетно-образных движений.
- формировать красивую осанку, учить выразительным, пластичным движениям в игре, танце, хороводе и упражнении.

Ожидаемый результат модуля:

Дети будут:

- выполнять простейшие построения и перестроения;
- ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок;
- исполнять танцевальные композиции самостоятельно;
- выполнять простейшие двигательные задания (творческие игры, специальные задания);
- умеют выполнять самостоятельно специальные упражнения для

согласования движения с музыкой, владеют основами хореографических упражнений .

- исполнять выразительно ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку.
- импровизировать, используя оригинальные и разнообразные движения.

Форма аттестации пройденного модуля – творческие отчёты, практические занятия с участием родителей.

Учебно-тематический план учебного модуля «Ритмические танцы»

№ п/п	Модуль Тема	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
2.	*Ритмические танцы*	38	6	32
2.1.	«Озорные мячики»		1	7
2.2.	«Мы дети твоя Россия»		1	5
2.3.	«Танец с шляпами»		1	5
2.4.	«Здравствуй, дедушка мороз»		1	5
2.5.	«Весеннее настроение»		1	5
2.6.	«Спортивные		1	5

	девчонки»			

Методика проведения занятий

Структура проведения занятий общепринятая. Каждое занятие состоит из 3 частей: подготовительной, основной и заключительной.

Вводная часть занятия: задачи этой части – подготовить организм ребёнка, создать эмоциональный настрой. В неё входят строевые, общеразвивающие упражнения, танцевальные шаги, танцевально-ритмическая гимнастика

Основная часть: основная работа по развитию двигательных способностей. Даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей. В неё входят: ритмические танцы, пластика

Заключительная часть: Используются упражнения на расслабления мышц, дыхательные упражнения, упражнения на укрепления осанки,

Основные части	**Основные задачи**	**Основные средства**	**Методические особенности**
Вводная часть	Организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния; умеренное разогревание организма.	Строевые упражнения, прыжки, короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой	Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15%

		и др.	общего времени занятия.
Основная	Развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций.	Упражнения на силу, растягивание и расслабление; хореографическ ие упражнения; элементы современного ритмического танца; танцевальные композиции; постановочная работа.	На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.
Заключите	Постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов.	Спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на	На эту часть отводится 5-10% общего времени. Проводится краткий анализ достигнутых

льная		расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость, дыхательные упражнения	на занятии успехов в выполнении движений, что создает у детей чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться Советы по поводу недостаточно освоенных движений помогает сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

Занятия составлены согласно педагогическим принципам и по своему содержанию соответствуют возрастным особенностям и физическим возможностям детей, которые позволяют ребёнку не только в увлекательной форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные, физические способности, а так же способствуют социальной адаптации ребёнка

Музыкальный репертуар повторяется в течение года. Только работа над знакомым репертуаром даёт возможность добиться необходимого качества движения, поскольку для ребёнка важно быть уверенным в последовательности движений, ему легче исполнять пляску или упражнение, если он точно заполнил музыку (музыка звучит у него в голове).

Этапы реализации программы

Целостный процесс обучения можно условно разделить на ***три этапа:***

1.Начальный этап – обучение упражнению *(отдельному движению)*.

2.Этап углубленного разучивания упражнений.

3.Этап закрепления и совершенствования упражнения.

Начальный этап	Этап углубленного разучивания	Этап закрепления и совершенствования
- название упражнения; - показ; - объяснение техники; - выполнение упражнения.	- уточнение двигательных действий; - понимание закономерностей движения; - усовершенствование ритма; -свободное и слитное выполнение упражнения.	- закрепление двигательного навыка; - выполнение упражнений более высокого уровня; - использование упражнений в комбинации с другими упражнениями; - формирование индивидуального стиля.

1этап обучения –«характеризуется созданием предварительного представления об упражнении». На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, а дети пытаются воссоздать увиденное, опробывают упражнение, подражая педагогу.

Название упражнений, вводимое педагогом на начальном этапе, создает условия для формирования его образа, активизирует работу центральной нервной системы детей. Показ упражнения происходит в зеркальном изображении.

Объяснение техники исполнения упражнения дополняет ту информацию, которую ребенок получил при просмотре. Первые попытки опробования

упражнения имеют большое значение при дальнейшем формировании двигательного навыка.

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.

Успех начального этапа обучения зависит от умелого предупреждения и исправления ошибок. При удачном выполнении упражнения целесообразно его повторить несколько раз, закрепив тем самым предварительное представление о нем.

2 этап –«углубленного разучивания упражнения» характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основная задача этапа сводится к уточнению двигательных действий, пониманию закономерностей движения, усовершенствования ритма, свободного и слитного выполнения упражнения.

Главным условием обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения. Количество повторений в занятии увеличивается, по сравнению с предыдущим этапом. На этапе углубленного разучивания дети приобретают некоторый опыт в исполнении движений по показу педагога и запоминают несколько композиций. Все это способствует развитию у детей самостоятельно выполнять выученные упражнения в целом.

3 этап –«закрепления и совершенствования» характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его к творческому самовыражению в движении под музыку.

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. На этом этапе необходимо совершенствовать качество исполнения упражнений и формировать у детей индивидуальный стиль. Этап совершенствования упражнений 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. На занятиях хореографией подбор упражнений соответствует возможности и подготовленности детей.

В процессе изучения курса дети знакомятся с основами танцевального искусства, осваивают репертуар, показывают свое мастерство на детских праздниках и концертах

Описание тем

Месяц	Программное содержание	Репертуар	Предполагаемый результат	Форма проведения занятий
Сентябрь	Учить передавать в движениях предложенные образы. - развивать умение двигаться ритмично, в соответствии с характером, темпом музыки; .	«Ушастый нянь»	Умеют двигаться ритмично в соответствии с характером и темпом музыки	Занятие - игра
Октябрь	- Учить передавать с помощью движений, пластики образ маленьких человечков. - отрабатывать синхронность в движениях. -развивать пластичность движений -развивать ориентировку в пространстве, начиная все движения с правой стороны.	Танец «Барселона»	Выполняют движения синхронно	Практическое занятие

Ноябрь	- учить движения выполнять синхронно; - отрабатывать плавные движения ногами, мелким шагом двигаясь по кругу; - отработать прокатывание вперёд на мяче.	Танец «Цыганочка»	Умеют прокатываться на мяче вперед, движения выполняют синхронно	Отчётный концерт
Декабрь	Обучать детей движениям ритмического танца «Большая стирка», развивать гибкость, пластичность, умение ориентироваться по слуховым ориентирам; закрепить навык правильной осанки во время прыжков на мяче.	«Большая стирка»	Умеют сохранять правильную осанку; Движения выполняют в соответствии с темпом музыки	Занятие - сказка
Январь		«Здравствуй, дедушка Мороз»		
Февраль	учить детей движениям спортивного танцам с лентами, выполнять плавные движения с предметом; - приучать движения выполнять синхронно; - отрабатывать плавные	Мы дети твоя "Россия»	Умеют плавно выполнять движения, самостоятельно выполняют перестроения	Занятие - игра

	движения ногами, мелким шагом двигаясь по кругу; - самостоятельно выполнять перестроения в соответствии рисунка танца			
Март	Обучать детей движениям спортивного танца с мячом.	«Озорные мячики»	Умеют самостоятельно выполнять движения с мячом.	Практическое занятие
Апрель	Обучать детей движениям спортивного ритмического танца	«Весеннее настроение»		Занятие - путешествие
Май	учить плавным движениям руками; - самостоятельно выполнять перестроения в танце, синхронно выполняя движения.	«Спортивные ребята»	Самостоятельно выполняют движения, перестроения.	занятие

При обучении детей на занятиях можно использовать разные **формы объединения:** парами, небольшими группами, все вместе, каждый отдельно.

1.Массовая - занятия проводятся со всем танцевальным коллективом.

2.Групповая – занятия проводятся по группам с использованием дифференцированного подхода.

3.Индивидуальная – занятия проводятся с учетом возрастных и личностных особенностей.

Описание методов проведения занятий

1. Наблюдение – помогает получить на занятиях конкретный фактический материал по предмету или объекту наблюдения, выявить пассивных и активных детей, а также успешность усвоения новых знаний;

2. Беседа – применяется при индивидуальной, групповой работе и работе с родителями как консультирование;

3. Рассказ – используется при сообщении общих и новых знаний по хореографии;

4. Объяснение – применяется на каждом занятии, особенно при знакомстве с новыми движениями;

5. Наглядное демонстрирование – непосредственный показ педагогом новых элементов и движений для дальнейшего изучения с детьми.

6. Игровые приёмы.

7. Видеометод - просмотр видеоматериала о хореографическом искусстве, обучение на основе видеоматериала народной, классической и современной хореографии.

Материально-техническое обеспечение

- спортивный зал для занятий;
- фонотека музыкальных записей различного характера и стилей;
- коврики для выполнения упражнений на полу;
- атрибуты для танцев;
- мячи фитболы;
- мячи разных размеров;
- ленточки для спортивных танцев;
- гимнастические палочки;

Фонотека:

-сборник классической музыки «Маленькая ночная серинада»;

-шедевры инструментальной музыки «Прибой моря»;

-сборник инструментальной музыки «Времена года»;

-сборник детских песен студии «Барбарики»;

-шедевры классической музыки «Золотая классика»;

-сборник песен из детских кинофильмов и мультфильмов «Золотая коллекция»;

- сборник зарубежной эстрады.

6.Список литературы

1. Андреишина В.М. и др. Программа «Север». Программа воспитания детей старшего дошкольного возраста. 1999г.
2. Буренина А.И.. Ритмическая пластика для дошкольников. «Санкт - Петербург». 1994г.
3. Исаев А.А. Если хочешь быть здоров. Москва. «Физкультура и спорт». 1988г.
4. Е.Г. Сайкина, С.В. Кузьмина парциальная программа Фитбол – гимнастика для дошкольников «Танцы на мячах». Санкт – Петербург Детство – Пресс 2016 г.
5. Ж.Е. Фирелёва, А.И. Рябчиков, О.В. Загрядская .Танцы и игры под музыку для детей дошкольного возраста. Учебно – методическое пособие – СПб. Издательство «Лань», издательство «Планета музыки», Санкт – Петербург,Москва Краснодар. 2016 год
6. Ж.Е. Фирилёва, Е.Г. Сайкина. «Са-фи-денсе». Танцевально-игровая гимнастика длядетей. Санкт-Петербург. «Детство-пресс». 2003.
7. Ж.Е. Фирилёва, Е.Г. Сайкина. «Фитнес-данс» лечебно-профилактический танец.Санкт-Петербург. «Детство-пресс». 2007.
8. Иванов В.А.., Райбекас А.Я., Терешкина Т.И., Кириллова Е.П., Емельянчик Е.Ю., Гелецкий В.М., Высоцкий В.Л., Алехина Л.И. Статья: «О комплексном развитии физических качеств у детей 3-7 лет в режиме детского сада».
9. Кожухова Н.Н.. Рыжкова Л.А.. М.М. Самодурова М.М. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях. «Академия». 2002г.
10. Козлов И.М.. Профессор, доктор биологических наук. Статья: «Проблемы физического воспитания дошкольников». С.- Петербургская государственная академия Ф.К. им.П.Ф. Лесгафта
11. Пеганов Ю.А., Березина Л.А. Позвоночник гибок – тело молодо. Москва. «Советскийспорт». 1991г.
12. Чихачев Ю.Т. Физкультура для всех и каждого. Ленинград. «Знание». 1984г.

13. Чупаха И.В., Пужаева Е. З., Соколова И.Ю Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе. Москва. «Илекса». 2001г.
14. Шебеко В.Н. Шишкина В.А.. Ермак Н.Н.. Методика физического воспитания вдошкольных учреждениях. «Университет» 1998г.
15. Яковлева Л.В. Юдина Р.А.. Программа «Старт». Физическое развитие и здоровье детей3 – 7 лет. «Владос» 2004г.