Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 12«Ромашка»

**Дополнительная общеобразовательная программа**

**«Са-Фи-Дансе»**

**(на основе использования Программы «Детство»)**

**Танцевально-игровая гимнастика**

Программа рассчитана на 2 года

Возраст детей 3-5 лет

Разработчик: Гаврилова Л.О.

Углич, 2023

**Содержание**

1. Целевой раздел программы………………………………………………….…
   1. Пояснительная записка…………………………………………………….…
   2. Цель и задачи Программы………………………………………………..…..
   3. Принципы Программы…………………………………………………….….
   4. Планируемые результаты реализации Программы……………………...…
2. Содержательный раздел программы…………………………………….……
   1. Интеграция образовательных областей в Программе…………………...…
   2. Методы и приемы, используемые на занятиях……………………….....….
3. Организационный раздел программы…………………………………….…..
   1. Планирование работы по Программе………………………………….……
   2. Организация работы с родителями в процессе реализации программы……………………………………………………………….......
   3. Материально-техническое обеспечение программы……………………...
   4. Организационно-методическое обеспечение Программы……………..…
4. Методические пособия………………………………………………….....…
5. **Целевой раздел программы**
   1. Пояснительная записка

Одно из направлений работы ДОУ – это физическое развитие ребенка. Именно в дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, умственного нравственного и физического развития ребенка.

Дошкольное воспитание играет значительную роль в жизни общества, создавая условия для дальнейшего развития человека, а гармоничное развитие невозможно без физического воспитания.

Учить детей движениям не только нужно, но и необходимо. У детей 5-го года возросли физические возможности. Движения их стали значительно уверенными и разнообразными.

В средней группе особенно важно наладить двигательный режим. В программе «Са – Фи – Дан-се» представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений креативная гимнастика.

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Так, в танцевально - ритмическую гимнастику входят разделы: игроритмика, игрогимнастика и игротанец. Нетрадиционные виды упражнений представлены игропластикой, пальчиковой гимнастикой, игровым самомассажем, 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 освоение упражнений, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

|  |  |
| --- | --- |
| Группа детей 3-5 лет | |
| Время | День недели |
| 15.30 – 15.50 | среда |

* 1. Цель и задачи Программы

**Цель:**Содействие всестороннего развития личности дошкольников средствами танцевально – игровой гимнастики. Развитие творческих способностей детей.

**Задачи первого года обучения:**

1. Укрепление здоровья детей

- способствовать систематизации роста и развития опорно – двигательного аппарата;

- формировать правильную осанку;

- содействовать профилактике плоскостопия;

- содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения сердечно – сосудистой и нервной системы организма.

1. Развитие психомоторных способностей дошкольников

- развивать мышечную силу, гибкость, выносливость;

- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания.

**Задачи второго года обучения:**

1. Укрепление здоровья детей

- развитие мышления, воображения, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;

- формировать навык самостоятельности выражения движений под музыку;

- развивать инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи, трудолюбия.

* 1. Принципы Программы

- занятия составляются согласно педагогическим принципам возрастания и чередования нагрузки. Согласно требованиям по физическому и музыкально – ритмическому воспитанию ребенка;

- систематичность и последовательность (любая новая ступень в обучении детей опирается на уже освоенное в предыдущем);

- динамичность (интеграция задач в разные виды деятельности);

- психологическая комфортность;

- наглядность (мультимедийные презентации, иллюстративный материал).

1.4Планируемые результаты реализации Программы

Дети:

- систематическое занятие танцевально – ритмической гимнастикой;

- помогут естественному развитию организма ребенка и привитию потребности заботиться о здоровье;

- разовьют опорно – двигательный аппарат, сердечно – сосудистую, дыхательную и нервную систему;

- увеличивают жизненную емкость легких, улучшают физическую, интеллектуальную работоспособность;

- укрепляет осанку и свод стопы;

- сформируют у дошкольников навыки самостоятельного выражения движений под музыку, инициативу, трудолюбие.

**Критерииоценки:**

|  |  |
| --- | --- |
| Первого года обучения | Второго года обучения |
| 1. Знают назначения спортивного зала и правила поведения в нем. | 1. Дети знают о назначении отдельных упражнений танцевально – ритмической гимнастики. |
| 1. Умеют ориентироваться в зале, строиться в шеренгу. | 1. Умеют выполнять простейшие упражнения, построения, перестроения. |
| 1. Умеют выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений первого года обучения под музыку. | 1. Умеют ритмично двигаться в различных музыкальных темпах. |
| 1. Овладевают навыками ритмической ходьбы. | 1. Знают основные танцевальные позиции рук и ног. |
| 1. Умеют топать, хлопать в такт музыки. | 1. Умеют выполнять простейшие двигательные задания по креативной гимнастике этого года. |
| 1. Умеют в музыкальной игре представить различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры). |  |

1. **Содержательный раздел программы**
   1. Интеграция образовательных областей в Программе

Программа составлена с учетом интеграции пяти образовательных областей: социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, физическое развитие, художественно-эстетическое развитие.

|  |  |
| --- | --- |
| **Образовательная область** | **Реализуемые цели и задачи** |
| Социально-коммуникативное развитие | Развитие и общение ребенка со взрослыми и сверстниками, становление самостоятельности, развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания |
| Познавательное развитие | Развитие интереса детей, любознательности, развитие воображения и творческой активности. |
| Речевое развитие | Обогащение активного словаря, развитие речевого творчества. |
| Физическое развитие | Приобретение опыта в двигательной деятельности, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на гибкость, ловкость, быстроту выполнения основных движений, ходьбу, бег, мягкие прыжки, повороты. |
| Художественно-эстетическое развитие | Восприятие музыки (ритм, такт, фольклора, стимулирование сопереживания персонажам). |

* 1. Методы и приемы, используемые на занятиях:

|  |  |
| --- | --- |
| Словесные | Беседа, чтение художественной литературы, наблюдения. |
| Наглядные | Показ, демонстрация, рассматривание иллюстраций. |
| Практические | Дидактические, подвижные, настольные, сюжетно-ролевые игры. Инсценирование, театрализация, приемы разрешения проблемно-игровых ситуаций. |

Приемы и методы организации учебно – воспитательного процесса:

- игровой метод;

- наглядный метод;

- метод аналогий (с животным и растительным миром);

- словесный метод;

- практический метод.

Методические приемы варьируются в зависимости от используемого хореографического материала (игра, пляска, упражнение, хоровод и т.д.), его содержания; объема программных умений; этапа разучивания материала; индивидуальных особенностей каждого ребенка. Все приемы и методы направлены на то, чтобы хореографическая деятельность детей была исполнительской и творческой.

Ведущей формой организации является групповая деятельность.

Организация занятия:

|  |  |
| --- | --- |
| Основная часть занимает 15 минут  Виды занятий:  игры - путешествия;  экспериментальная и практическая деятельность;  театрализованные игры;  экскурсии;  дидактические игры, как основная часть занятий.  Формы занятий:  - традиционное занятие;  - тематическое занятие;  - сюжетное занятие;  - игровое занятие;  - занятие – импровизация;  - итоговое занятие. | Заключительная часть занимает 3 минуты  Подведение итогов занятия - общий круг. |

1. **Организационный раздел программы**
   1. Планирование работы по Программе

Программа рассчитана на 36 периодов и 36 часов образовательной деятельности.

Ожидаемое минимальное (количество детей – 7 человек).

Ожидаемое максимальное (количество детей – 12 человек).

Ожидаемые результаты первого года обучения.

Нормы оснащения детей средствами обучения при проведении образовательной программы и интенсивность их использования.

Материально – техническое оснащение занятий:

- музыкальный и спортивный залы;

- музыкальный центр;

- зеркала;

- стеллажи для хранения атрибутов (ленточки, султанчики и т.д.);

- фонотека с музыкальными произведениями для проведения музыкальных подвижных игр, танцевально – ритмической гимнастики и ритмических танцев;

- форма для занятий и костюмы для выступлений;

- канцтовары для подготовки материалов для проведения сюжетных уроков: ватман, краски, фломастеры, карандаши, цветная бумага, клей, скотч.

3.2 Организация работы с родителями в процессе реализации Программы

Формой подведений итогов реализации программы являются:

1. Выступление на спортивном празднике в детском саду.
2. Выступление перед родителями на собраниях.
3. Участие в конкурсах между группами.
   1. Материально – техническое обеспечение программы

**Характеристика разделов программы «Са – Фи – Дан – се»**

1. Раздел «Игроритмика»

- является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся.

2. Раздел «Игрогимнастика»

- различные виды движений, строевые, общеразвивающие, акробатические упражнения.

3. Раздел «Игротанцы»

- направлены на формирование танцевальных движений.

4. Раздел «Танцевально – ритмическая гимнастика»

- представлены образно – танцевальные композиции.

5. Раздел «Игропластика»

- нетрадиционная методика мышечной силы и гибкости.

6. Раздел «Пальчиковая гимнастика»

- служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук.

7. Раздел «Игровой самомассаж»

- является основой закаливания и оздоровления детского организма.

8. Раздел «Музыкально – подвижные игры»

- здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, соревнования.

9. Раздел «Игры – путешествия»

- все виды подвижной деятельности для закрепления умений и навыков.

10. Раздел «Креативная гимнастика»

- предусматривает работу нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, мышления, самовыражения и раскрепощенности.

Занятия проводятся два раза в неделю.

Длительность занятий 15 – 20 минут под музыкальное сопровождение.

* 1. Организационно – методическое обеспечение Программы.

**Планирование занятий в группе 3-4 года**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел программы** | **количество** |
| 1 | «Игроритмика» | В течение года |
| 2 | «Игрогимнастика» | 6 часов |
| 3 | «Игротанцы» | В течение года |
| 4 | «Танцевально – ритмическая гимнастика» | 24 часа |
| 5 | «Игропластика» | По плану |
| 6 | «Пальчиковая гимнастика» | По плану |
| 7 | «Игровой самомассаж» | По плану |
| 8 | «Музыкально – подвижные игры» | По плану занятий |
| 9 | «Игры путешествия» | 6 часов |
| 10 | «Креативная гимнастика» | По плану занятий |
|  | Всего часов | 36 часов |

**Планирование занятий в группе 4-5 лет**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел программы** | **количество** |
| 1 | «Игроритмика» | В течение года |
| 2 | «Игрогимнастика» | 16 часов |
| 3 | «Игротанцы» | В течение года |
| 4 | «Танцевально – ритмическая гимнастика» | 24 часа |
| 5 | «Игропластика» | По плану занятий |
| 6 | Пальчиковая гимнастика | По плану занятий |
| 7 | «Игровой самомассаж» | По плану занятий |
| 8 | Музыкально – подвижные игры» | По плану занятий |
| 9 | «Игры – путешествия» | 6 часов |
| 10 | «Креативная гимнастика» | По плану занятий |
|  | Всего часов | 36 часов |

Отличительные особенности данной программы является тематическое планирование.

1. **Планирование занятий по месяцам (** Фирилева Ж.И., Сайкина Е.Г. Са – Фи – Дан – се «Танцевально – игровая гимнастика в детском саду»)

|  |  |
| --- | --- |
| Месяц | Занятия |
| Сентябрь | 1 – 2; 3 – 4; 5-6 |
| Октябрь | 7; 8 – сюжетный урок; 9 - 10 |
| Ноябрь | 11 – 12; 13 – 14; 15; 16 – сюжетный урок |
| Декабрь | 17 – 18; 19 – 20; 21 – 22; 23; 24 – сюжетный урок |
| Январь | 25 – 26; 27 – 28; 29; 30 – сюжетный урок |
| Февраль | 31 – 32; 33 – 34; 35 – 36; 37; 38 – сюжетный урок |
| Март | 39 – 40; 41 – 42; 43; 44 – сюжетный урок; 45 – 46; 47 – 48 |
| Апрель | 49 – 50; 51 – 52; 53; 54 – сюжетный урок; 55 – 56; 57 – 58; 59 - 60 |
| Май | 61 – 62; 63 – 64; 65; 66 – сюжетный урок; 67; 68 |

1. **Методические пособия**
2. Фирилева Ж.И. Са – Фи – Дан – се «Танцевально – игровая гимнастика в детском саду»
3. Филиппова С.О. «Мир движений мальчиков и девочек»
4. Ермак Н.Н. «Физкультурные праздники в детском саду»
5. Лысова В.Я. «Спортивные праздники и развлечения»
6. Мастюкова Е.М. «Коррекционно – педагогическая работа по физическому воспитанию»
7. Горькова Л.Г. «Занятия физической культурой в ДОУ»
8. Рунова М.А. «Дифференцированные занятия по физической культуре»
9. Ковалько В.И. «Азбука физкультминуток для дошкольников»