Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования

«Центр дополнительного образования для детей»

Большеигнатовского муниципального района Республики Мордовия

Принята на заседании методического Утверждаю: (педагогического) совета №1 Директор МБУДО « ЦДОДД » от «1» сентября 2022 г \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Ю.А.Гуревичева

Протокол № 1 « »\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая

программа физкультурно-спортивной направленности

**«Веселые ритмы**»

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Срок реализации: 1 год

**Автор-составитель:**

Федосеева Надежда Борисовна

педагог дополнительного образования

с.Большое Игнатово, 2022

**Пояснительная записка.**

В программном обеспечении дополнительного образования с 1990 года используется программа А.И.Бурениной «Ритмопластика», которая направлена на развитие музыкальных и ритмических способностей детей, но не рассчитана на развитие координации и оздоровление детей с помощью хореографии. Именно эти обстоятельства вызвали необходимость создания программы «веселые ритмы» для дошкольников.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающаяпрограмма «Веселые ритмы» в дальнейшем именуемая (Программа) имеет физкультурно-спортивную направленность. В программе учтены требования к современному дополнительному образованию оздоровительная, физическая, творческая и эмоционально-познавательная активность детей дошкольного возраста.

Нормативные основания для создания Программы, разработаны в соответствии с нормами, установленными следующей законодательной базой:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ с последними изменениями от 14.07.2022г.;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 ноября 2018г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (зарегистрирована Министерством юстиции РФ от 29.11.2018г., регистрационный №52831);

- Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СанПин 2.4.4.3648-20);

- Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр дополнительного образования для детей» Большеигнатовского муниципального района Республики Мордовия от 15.02.2019г.№67.

- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г.№ 467 «Об утверждении Целевой модели развития системы дополнительного образования детей».

- Приказ Министерства образования Республики Мордовия от 04.03.2019 г. № 211 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Республике Мордовия».

***Актуальность данной Программы***– заключается в формировании духовно – нравственной и гармонично развитой личности, пробуждении мотивации занятием хореографией, раскрытии индивидуальных творческих способностей, приобщении к концертным выступлениям, способствующих положительной самооценке, а главное в сохранении и укреплении здоровья дошкольника.

Для дошкольников хореография, как правило, начинается с развития чувства ритма, с изучения простых танцевальных движений под музыку, выполнения пластических этюдов, которые сопровождаются мимикой и жестами, связанными с эмоциональными впечатлениями ребенка.

Систематические занятия хореографией дают возможность выходу физической и эмоциональной энергии ребенка, помогают сформировать правильную осанку, приобрести индивидуальные исполнительские навыки, развить гибкость, улучшить координацию движений, что способствует оптимизации роста и укреплению опорно-двигательного аппарата дошкольника.

Игровые моменты повышают физическую активность, дети становятся ловкими, хорошо координированными, физически совершенными,а значит,здоровыми, закаленными, эмоционально богатыми и эстетически развитыми.

Во время занятий с дошкольниками обязательно используются элементы игры, что позволяет им не только весело и жизнерадостно познавать мир, расширяя свой музыкальный кругозор, но и накапливать социальный и интеллектуальный опыт, благодаря чему у ребенка формируется четкая поведенческая структура.

**Отличительные особенности и новизна Программы.**

***Педагогической целесообразностью*** данной Программы является возможность использования познавательных и воспитательных задач, которые способствуют формированию и развитию  творческих ииндивидуальных способностей дошкольников, чувства прекрасного, эстетического вкуса, нравственности.

Стремясь к максимальной эффективности занятий, необходимо осуществлять строгий отбор содержания материала, предлагаемого к изучению. Основными критериями отбора хореографических движений служат возрастные физиологические и психологические особенности детей дошкольного возраста, уровень влияния движений на формирование правильной осанки, развитие координации.

Учёт индивидуальных и возрастных особенностей дошкольников на занятиях хореографией является неотъемлемой частью организации образовательного процесса. Поэтому педагогу необходимо первоначально выявить потенциальные задатки индивидуально у каждого ребенка, а в дальнейшем развивать интерес и уровень хореографических задатков с тем, чтобы подвести ребенка к совершенно новому творческому уровню посредством хореографии.

Дошкольный возраст является периодом интенсивного роста, поэтому дети в возрасте (5 -7 лет) располагают значительными резервами развития.На этом возрастном этапе дети отличаются достаточно высоким уровнем произвольной формой памяти, умственного развития, мышления, воображения, опираясь на которые можно побуждать ребенка слушать, запоминать, анализировать и повторять за педагогом движения.

Во время обучения хореографией в этой возрастной категории каждый ребенок требует индивидуального подхода, с учетом его индивидуальных особенностей.

При организации учебно-воспитательногопроцесса педагог должен быть в какой-то мере психологом и уметь разобраться в яркой индивидуальности детей, хорошо знать и понимать психологические закономерности в формировании его личности.

***Новизна*** данной Программы выражается в создании культурно-эстетической среды для успешного развития дошкольников и заключается в индивидуальном подходе к каждому ребенку, в работе с подгруппами детей, в учете их возрастных особенностей, обеспечении оптимальной физической нагрузки, способствующих успешному личностному росту.

***Отличительной особенностью***этой программы является комплексность. Программа построена на принципах последовательного, поэтапного, систематического и непрерывного обучения.

Межпредметность - это современный принцип обучения, который влияет на отбор и структуру учебного материала целого ряда предметов, усиливая системность знаний обучающихся, активизирует методы обучения, ориентирует на применение комплексных форм организации обучения, обеспечивая единство учебно-воспитательного процесса и интеграцию предметов художественно – эстетического цикла на уровне межпредметных связей.

Форма интегрированного занятия в процессе обучения хореографией позволяет сформировать положительную мотивацию при обучении таких предметов как музыка, физкультура, математика, ИЗО, МХК.

Интегрированные занятия развивают у дошкольников интерес, активизируют умственную деятельность, способствуют гармоничному развитию и расширению кругозора и жизненного опыта.

Занятия хореографией и физической культурой неразрывно связаны между собой. Такие интегрированные занятия дополняют теорию физической культуры, укрепляют здоровье, формируют мышечный аппарат и осанку детей, что способствует подготовке к дальнейшей организации здорового образа жизни.

Занятия хореографией помогают понять определённые математические термины: при построении в одну шеренгу (это прямая), в колонну по два, по три - (параллельные прямые), в круг - (окружность), диагональ.

Связь хореографии и музыки способствует развитию эмоциональной сферы дошкольников и приобщает к духовно-нравственным ценностям.

Комплексное обучение лежит в основе творческого подхода к научной, художественной деятельности человека в современных условиях и способствует оптимизации, интенсификации учебной и педагогической деятельности.

Программа рассчитана на 1 год обучения при постоянном составе детей, на 4 часа в неделю – 144 часа в год.

Возраст обучающихся: 5-7 лет.

Наполняемость учебной группы: 12-15 чел. Уменьшение численности продиктовано необходимостью проведения индивидуально-групповой работы с детьми.

По форме занятия – групповые, преимущественно с одновозрастным составом.

Продолжительность занятий зависит от увлеченности детей. Условием успешной организации занятий является их оптимальный темп, обеспеченный сменой различных видов деятельности, чередованием активных и пассивных форм познания.

**Цель и задачи программы.**

**Цель**: создание условий для полноценного физического и эстетического развития ребенка, воспитание творческой личности и формирование индивидуальной культуры.

**Задачи:**

***Обучающие:***

* сформировать правильную осанку, ходьбу.
* научить двигаться в соответствии с характером музыки.
* слышать сильную долю в музыке.
* выполнять образные, простейшие танцевальные движения.
* разучить основные танцевальные элементы, движения.

***Воспитывающие:***

* воспитывать эмоциональный отклик на музыку;
* помочь понять музыку и вызвать желание двигаться в соответствии с динамикой и тембром музыки;
* вызвать у детей хорошее настроение от музыкально-ритмических движений;
* воспитать в детях положительно нравственные устои.

***Развивающие:***

* развивать у ребенка интерес к танцу в игровой форме, используя сюжетно-ролевые этюды;
* укреплять мышечный аппарат;
* развивать музыкальные способности;
* развивать навыки координации движений;
* развивать пространственную ориентировку;
* развивать творческие способности, используя знакомые движения в свободных этюдах, играх.

**Учебный план**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование раздела** | **Количество часов** | | |
|  | **всего** | **практика** | **Теория** |
| 1. «Азбука хореографии» | 64 | 62 | 2 |
| 2. «Партерный экзерсис» | 80 | 77 | 3 |
| Итого: | 144 | 139 | 5 |

**Содержание программы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование тем | Теория | Практика | Формы занятий | Методическое обеспечение |
| Введение в хореографию. | Знакомство с детьми. Игра «Здравствуйте». Рассказ о танце. Беседа-диалог: почему детям необходимо танцевать?  Беседа о культуре поведения. Инструктаж по технике безопасности на занятии, о правилах работы с танцевальными атрибутами | Ознакомительное  Занятие | беседа;  занятие-путешествие | инструкции;  сценарный план проведения занятия;  дидактический материал, подобранный в соответствии с возрастными и психологическими особенностями детей, уровнем их развития и способностями |
| Танцевать могут все: имитационные и плясовые движения | Знакомство с танцевальным образом | На занятиях дети обучаются разнообразным образно-игровым движениям, раскрывающим понятный образ, настроение или состояние (трусливый зайчик, хитрая лиса и т.д.). Изучают простейшие элементы народных плясок, доступных по координации, например, поочередное выставление ноги на пятку, притоп одной ногой и т.д. | Творческие занятия | конспекты занятий; дидактический материал (карточки); |
| Ритмическая гимнастика | ознакомление с музыкальным ритмом; | обучающиеся изучают - различные танцевальные шаги и движения по Программе; учебно-тренировочные упражнения формируют хорошую осанку, гибкость, ритмичность.  Во время тренировочных занятий в методической работе используется метод показа и словесный. | занятие-объяснение; учебно-тренировочное занятие | конспекты занятий; дидактический материал (карточки);  методика диагностики усвоения обучающимися учебного материала;  музыкальный материал (фонограммы);  музыкальный центр |
| Музыкально-ритмическая координация | объяснение задания; | Обучающиеся изучают упражнения на координацию. В методической работе используется метод показа и словесный. | занятие-объяснение; учебно-тренировочное занятие | Музыкальный центр;  музыкальный материал (фонограмма); |
| Графическое перестроение | объяснение задания; | Изучение фигурной маршировки;  - построение простых танцевальных рисунков. Развивать умения ориентироваться в пространстве: уметь строить круг; перестраиваться в пары; самостоятельно находить свободное место в зале, используя ориентиры - чаще всего используется словесный метод и принцип наглядности (графический рисунок). | практические занятия | Музыкальный центр;  музыкальный материал (фонограмма); дидактический материал – карточки |
| Партерный экзерсис с элементами игры | ознакомление с партерным экзерсисом | Изучают - упражнения для укрепления мышц спины;  - упражнения для укрепления брюшного пресса;  - упражнения на развитие выворотности;  - упражнения на развитие шага. Упражнения на полу позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Партерный экзерсис также способствует укреплению мышечного аппарата, исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают выработать выворотность ног, развивать гибкость и эластичность стоп.  В работе используется принцип постепенного повышения требований и увеличения объема и интенсивности физических нагрузок (от простого к сложному). | занятие-объяснение; учебно-тренировочное занятие | Компьютер;  музыкальный материал (фонограммы);  иллюстративный материал; дидактический материал – карточки (загадки) |
| Импровизация в танце и игре | Знакомятся с эмоциями | На занятиях дети исполняют знакомые движения в игровых ситуациях под музыку; развивают воображение, умение выражать различные эмоции в мимике и пантомимике: радость, грусть, веселье и т.д., разнообразные по характеру настроения, например: «Рыбки легко и свободно резвятся в воде», «Кукла не хочет быть марионеткой,  она мечтает стать настоящей балериной» и др. | творческие занятия; занятия с элементами импровизации; | Компьютер;  музыкальный материал (фонограммы);  иллюстративный материал; |
| Постановка танцевальной композиции:  «Матрешки», «Дружба», «В стране цветов», «Ожившие куклы», «Гномики», «Моя любимая игрушка», «Лягушата».  (по выбору педагога) | ознакомление с сюжетом танца | Танцевальные композиции построены в соответствии с изученным танцевальным материалом и на основании диапазона возможностей обучающихся. Изучение танцевальных элементов, танцевальных комбинаций, которые в дальнейшем будут использованы для постановки танца. Изучение графического перестроения танца. | постановка танца;  практические занятия | Музыкальный центр;  музыкальный материал (фонограмма);  атрибуты к танцу (по необходимости) |
| Репетиционная работа | объяснение | Работа над техникой исполнения движений. Отработка танцевальных комбинаций. Отработка ансамблевого исполнения. Работа над выразительным и эмоциональным исполнением танца. Репетиции в костюмах. | репетиционные занятия;  практические занятия; | Музыкальный центр;  музыкальный материал (фонограмма);  атрибуты к танцу;  костюмы и головные уборы |
| Концертная деятельность | знакомство со сценической площадкой; беседа о культуре поведения во время концертов. | Содержание данного раздела предполагает работу во время открытых занятий, концертных выступлений на тематических праздниках, где обучающиеся показывают свои навыки, умения и творческие достижения, приобретенные за время обучения | Концертное выступление | Музыкальный центр;  компьютер;  музыкальное сопровождение  (фонограммы);  костюмы и головные уборы;  атрибуты к танцам |

**Календарный учебный график**

Годовой календарный учебный график учитывает в полном объёме возрастные психофизические особенности обучающихся и отвечает требованиям охраны их жизни и здоровья.

-количество учебных недель-36;

-количество учебных дней-252;

-дата начала и окончания учебного периода -01.09.2022г. по 31.05.2023г.

**Планируемые результаты.**

**По окончании изучения Программы обучающиеся будут:**

**знать:**

-основные позиции и положения рук и ног, головы и корпуса;

-танцевальные элементы на середине зала, изученные по Программе;

-название танцевальных элементов, изученных по Программе;

-название различных простых маршировок и перестроений;

**уметь**:

-следить за правильной осанкой, свободные руки держать на талии;

-слушать музыкальный материал и слышать музыкальный ритм;

-начинать и заканчивать движения одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы;

-выполнять различные простые маршировки и перестроения: «круг», линия, колонна

-координировать движения;

-выражать эмоции в мимике и пантомиме;

-владеть навыками культуры поведения;

**исполнять:**

-простые танцевальные элементы на середине зала: танцевальный шаг с носка, «ковырялочка», «каблучок», притоп, подскок;

-движения в характере и темпе музыки;

-танцевальные упражнения с использованием координационных движений;

-эмоционально и выразительно исполнять танцевальные элементы и танцевальные композиции на середине зала.

**Методическое обеспечение программы.**

На занятиях используются**основные методы**, направленные на достижение цели и выполнение задач:

-метод практического обучения, где осуществляется освоение простых танцевальных элементов, маршировок и перестроений;

-метод наглядного восприятия - способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям;

-метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы;

-метод словесный - словесные объяснения должны быть краткими, точными, образными и конкретными; необходимо обращать внимание на интонацию и на то, с какой силой сказано слово.

-метод стимулирования деятельности и поведения - соревнование, поощрение, создание ситуации успеха;

-игровой метод - включение элементов игры, которые создают хорошее эмоциональное настроение и отвечают задачам и содержанию занятий, возрасту и подготовленности детей;

-метод рефлексии – основан на индивидуальном переживании, самоанализе и осознании собственной ценности в реальной действительности.

Перечисленные методы помогают оживить занятие, придают ему эмоциональную окраску, обеспечивая развитие индивидуальности и самостоятельности, помогая заинтересовать каждого ребенка.

В педагогической работе используется ряд приемов, которыми педагог пробуждает у детей желание к творчеству.

Метод показа и словесный метод объединяются и подкрепляются методическим приемом - музыкальным сопровождением, что помогает детям согласовывать движения с музыкой.

В работе используется импровизационный метод, когда дети свободно и непринужденно двигаются под музыку, где каждый в движении выражает себя индивидуально.

По мере обучения используется концентрический метод, который заключается в том, что по мере усвоения детьми определенных движений, танцевальных композиций, ребенок вновь возвращается к пройденному материалу, но уже в более усложненных вариантах.

Методическое обеспечение направлено на решение программных задач, которые носят социально-значимый, общественно полезный характер и поддерживают социальные новации, формируют развитие личности.

Задача педагога состоит в создании атмосферы соревнования, которые обеспечивают реальные достижения и ведут к включению механизма самореализации.

**Материально – техническое обеспечение**.

-спортивный зал детского сада;

-технические средства: музыкальный центр, компьютер;

-USB-флеш-накопитель, CD- диски,

-наглядные пособия, дидактические материалы.

**Литература для педагогов:**

1. Бекина С.И. Музыка и движение (упражнения, игры и пляски для детей 5-6 лет). М.: изд. «Просвещение», 2003.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. М.: 2002.
3. Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Сценарии занятий по комплексному развитию дошкольников (младшая группа). – М.: Вако, 2005.
4. Зарецкая Н.В. Танцы в детском саду. М.: Айрис- пресс, 2006.
5. Роот З. Праздники в детском саду. Сценарии, песни и танцы.М.:

Айрис- пресс, 2006.

1. Фирилева Ж.Е. «Са-Фи-Дансе» танцевально-игровая гимнастика для

детей. СПб., 2001.

**Литература для детей и родителей**

1. Великович Э. Здесь танцуют. СПб.: 2002.
2. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 1997.

**Видеоматериал:**

DVD-disk. Мастер класс. В.Шершнёв «От ритмики к танцу».

**Интернет-ресурсы:**

[www.horeograf.com](http://www.horeograf.com)

<http://dancehelp.ru>