Автономное дошкольное образовательное учреждение

«Юргинский детский сад Юргинского муниципального района»

Утверждено: на заседании педагогического совета протокол № от « » _____2022 года	Утверждаю: Директор АДОУ «Юргинский детский сад Юргинского муниципального района» _____ О.Н. Арсентьева « »._____.2022 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ МОДИФИЦИРОВАННАЯ ПРОГРАММА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«СА – ФИ - ДАНСЕ»

Программа рассчитана на детей от 3 – 4 лет
Срок реализации программы: 1 год

Разработал:
руководитель по физическому

развитию детей

Алексеева Светлана Николаевна

с. Юргинское, 2022 г.

Содержание.

1.1 Направленность……. 3-4
1.2 Новизна…… 4
1.3 Актуальность……. 5-6
1.4 Педагогическая целенаправленность……..6-7
1.5 Цели и задачи…….7-8
1.6 Отличительные особенности……8-9
1.7 Возраст обучающихся……9
1.8 Сроки реализации……9
1.9 Формы и режим занятия……..9
1.10 Ожидаемый результат…….9-10
1.11 Формы подведения итогов…….10-11
2. Материально-технические условия……..11
3. Учебный план……12
3.1 Календарно-тематическое планирование……12-13
4. Оценочные и методические нормативы……14
5. Оборудование и материально-технические условия
для обеспечения программы……15
6. Литература……16

«От красивых образов мы перейдем к красивым мыслям, от красивых мыслей к красивой жизни и от красивой жизни к абсолютной красоте».

Платон

1.1 Направленность

В последние годы выросла потребность в эффективных методиках воспитания детей дошкольного возраста. Музыкально-ритмическое воспитание оказывается одним из стержневых видов деятельности. Сегодня уже не надо доказывать необходимость музыкально-ритмических занятий с детьми, их благотворное влияние на психоэмоциональное состояние детей. Движение под музыку- это средство творческого, музыкального развития детей. Данная программа направлена на создание условий для развития артистичности и внутренней свободы ребенка средствами музыкально-ритмических и танцевальных движений.

Ритмика – это ритмические движения под музыку, и именно она является начальным этапом освоения искусства танца. Танец - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях танцами дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству. Танец – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия его потенциальных возможностей и самореализации. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным и красивым. Занятия ритмикой и танцем развивают физические качества, музыкальный слух, память, внимание, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют такие физические недостатки как сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д. Вырабатываются такие свойства движения как мягкость, пружинистость, энергичность,

пластичность; укрепляется организм ребенка, улучшается осанка. Музыкальный ритм способствует упорядочению движений и облегчает владение ими. При правильном отборе музыкально-ритмических движения укрепляют сердечные мышцы, улучшают кровообращение, дыхательные процессы, развивают мускулатуру. Танец обучает правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству, улучшает состояние здоровья. Танец является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, положительных эмоций, способствует повышению работоспособности и психологической разрядке. Особенно ярко проявляется взаимосвязь музыки и движений у детей. Известно, что при помощи движений ребенок познает мир. Выполняя различные движения в играх, танцах дети расширяют свои познания о действительности. Ведущей целью программы дошкольного образования является создание благоприятных условий для полноценного проживания ребёнком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями. Поэтому содержание одной из приоритетных задач нашего дошкольного учреждения направлено на охрану жизни и укрепление здоровья, улучшение физического развития, формирование у дошкольников основы культуры здоровья и приучать видеть, создавать прекрасное. В нашем дошкольном учреждении проявился большой интерес детей, а так же их родителей к танцевальной деятельности, понимая это, мы разработали дополнительную образовательную модифицированную программу оздоровительной направленности «Са-Фи-Дансе», чтобы была возможность раскрытия творческого потенциала каждого ребенка в процессе занятий танцами.

1.2. Новизна

Новизна программы заключается в том, что она создана с учетом специфики образовательного процесса в детском саду. Программа ставит перед собой задачи не только достичь правильного хореографического исполнения, но и раскрыть пластическую выразительность и органику у воспитанников. Программа гибко реагирует на специфику и учитывает тематику основного образовательного процесса за счет подбора, упражнений, репертуара, насыщенности и темпоритма проведения занятий, анализа уже имеющихся навыков у детей.

1.3. Актуальность

Музыкально-спортивные танцы - 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, формирует его художественное «я» как составную часть орудия общества. 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 с предметами и без них, 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 танце, ритмике движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. Искусство танца – это синтез эстетического и физического развития человека. Общеразвивающие упражнения, упражнения ритмопластики, партерной гимнастики, элементы танца исполняются под музыкальное сопровождение. Образность, различный характер музыки, многообразие её жанров повышает эмоциональность детей, питает воображение. Увлекательно, в процессе игры, выполняя различные движения и упражнения, укрепляется опорнодвигательный аппарат, формируется правильная осанка, развиваются координация движений и ориентация в пространстве. Проблема развития творческих способностей у детей состоит в том, что необходимо продолжать развивать у дошкольников музыкально-ритмические и танцевальные движения, заложенные природой, т.к. музыкально-ритмическое творчество может успешно развиться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности. Музыкально-ритмическая деятельность привлекает детей своей эмоциональностью, возможностью активно выразить свое отношение к музыке в движении. Система упражнений выстроена от простого к сложному, с учетом всех необходимых музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения при условии многократного

повторения заданий, что помогает успешному выполнению требований Программы.

1.4. Педагогическая целенаправленность

Дошкольный возраст – важный период формирования человеческой личности. Именно в детском возрасте формируются основы физического и психического здоровья детей. В общей системе образования и воспитания физическое развитие детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия формируются здоровье, общая выносливость и работоспособность, жизнедеятельность и другие качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности. Формирование физических качеств, двигательных умений и навыков тесно связано с психическим здоровьем ребенка, с воспитанием эстетических чувств и нравственно – волевых черт личности. Задачи физического воспитания должны решаться в комплексе и взаимосвязи с задачами умственного, нравственного, эстетического и трудового воспитания. Приоритетным направлением в работе с детьми дошкольного возраста должно быть физическое воспитание дошкольников, направленное на повышение сопротивляемости детского организма к неблагоприятным факторам внешней и внутренней среды, усвоение теоретических знаний из области физической культуры, формирование двигательных умений и навыков, развитие физических и психических качеств и способностей, интереса и потребности в физическом совершенствовании, всестороннем формировании личности ребенка. Физическое воспитание дошкольников должно предусматривать систему физических упражнений, приносящих ребенку положительные эмоции, исключение стрессовых ситуаций и страха перед выполнением движений; достаточную интенсивность и большое разнообразие двигательных действий; многовариативность форм физкультурно – оздоровительной работы и активного отдыха детей, возможность индивидуального и дифференцированного подхода к подбору упражнений; частую смену нагрузок и отдыха в режиме дня ребенка; преемственность в деятельности детей разных возрастных групп дошкольной образовательной организации; гибкий график проведения оздоровительных мероприятий в зависимости от состояния здоровья, утомления, климатических и погодных условий; сезонность применения физических упражнений; ежедневное проведение занятий по физической культурой; взаимосвязь задая физического воспитания с другими сторонами воспитания. Организационными формами

работы по физической культуре в дошкольной образовательной организации являются: физкультурные занятия; физкультурно – оздоровительная работа в режиме дня (утренняя гимнастика, подвижные и спортивные игры, физкультминутки, закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями); активный отдых (физкультурные досуги, спортивные праздники, Дни здоровья, туристические походы); самостоятельная двигательная деятельность детей; работа с семьей. Успешное решение задач физического воспитания возможно лишь при осуществлении индивидуального подхода к детям во взаимосвязанной работе дошкольной образовательной организации и семьи. Все формы и виды работы взаимосвязаны и дополняют друг друга. В совокупности они создают необходимый двигательный режим, обеспечивающий ежедневные занятия ребенка физической культурой. Основой физического здоровья ребенка следует считать уровень развития и особенности функционирования его органов и систем. Уровень развития обусловлен программой, которая природой заложена в каждом ребенке и опосредована его базовыми потребностями. Именно удовлетворение доминирующих базовых потребностей является условием индивидуально – гармоничного развития ребенка. Современный педагог, работая с дошкольниками, призванный заботиться о здоровье ребенка, не вправе относиться к нему как к уменьшительной копии взрослого человека, так как каждому возрастному периоду свойственны свои особенности строения и функционирования. В начале года на группах провожу диагностику, с целью выявить уровень физического развития. К каждому занятию пишется план организации всех видов деятельности, это играет огромную роль. Он помогает видеть перспективу, способствует равномерной работе в течении года, позволяет своевременно подготовится к занятию, обдумать методические приемы обучения. Одну из задач физкультурных занятий вижу в создании атмосферы удовлетворенности от любимого вида деятельности.

1.5. Цели и задачи

Цель программы: - обучение детей творческому исполнению танцевальных движений и передаче образов через движения, формирование социально значимых личностных качеств и развитие творческих способностей посредством ритмики и танца.

Задачи программы:

Развитие музыкальности:
- развитие способности чувствовать настроение и характер музыки;
- развитие чувства ритма;
- развитие музыкальной памяти.

Развитие двигательных качеств и умений:
- развитие точности, координации движений;
- развитие гибкости и пластичности;
- формирование правильной осанки;
- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении
под музыку:
- привитие основных навыков в умении слушать музыку и передавать в движениях её образное содержание;
- развитие творческого воображения и фантазии;
- развитие способности к импровизации;

Развитие и тренировка психических процессов:
- развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;
- развитие восприятия, внимания, памяти;

Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:
- воспитание таких качеств, как внимание, целеустремлённость, собранность, работоспособность, коллективизм;
- воспитание умения сопереживать другому;
- воспитание умения вести себя в группе во время движения;
- воспитание чувства такта.

Укрепление здоровья детей:
- укрепления иммунитета за счет физических упражнений и двигательной активности.

1.6. Отличительные особенности

Отличительной особенностью программы является комплексность подхода при реализации учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы. Данная комплексность основывается на следующих принципах:

- развитие воображения ребёнка через особые формы двигательной активности (изучение простейших танцевальных движений с предметами и без них, составляющих основу детских танцев);
- формирование осмысленной моторики, которое предполагает развитие координации ребёнка и способность на определённом этапе изучения танцевальных движений не только узнавать мелодию и ритм танца, но и умение реализовывать их в простейших комбинациях танцевальных движений с предметами и без них;
- формирование у детей способностей к взаимодействию в паре и в группе, навыкам выступления, умению понимать друг друга в процессе исполнения танца с предметами и без них;
- формирование навыков коллективного взаимодействия и взаимного уважения при постановке танцев и подготовке публичного выступления.

1.7. Возраст обучающихся

Данная программа предусматривает построение процесса обучения по спирали с усовершенствованием на каждом этапе до качественно нового уровня знаний. Программа предназначена для обучения детей 3-4 лет.

1.8. Сроки реализации программы

Программа рассчитана на 1 учебный год

1.9. Формы и режим занятий

Форма обучения – групповые занятия.
Продолжительность – 30 минут.

1.10. Ожидаемый результат

Обучая дошкольников по данной программе, к концу занятий мы добиваемся следующих результатов:
Дети владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих, танцевальных и гимнастических упражнениях. Могут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.). Владеют основными хореографическими,

гимнастическими упражнениями по программе обучения. Умеют исполнять музыкально-спортивные танцы и комплексы упражнений под музыку.

1.11. Формы подведения итогов

-выступления детей на открытых мероприятиях;
-открытые занятия для родителей.
-диагностика.
Мониторинг танцевально-ритмической деятельности. Исследование развития детей в танцевально - ритмической деятельности проводится в начале и в конце обучения.
Беседа с детьми проводится с целью выявить степень заинтересованности детей танцевально-ритмической деятельностью.
Вопросы:
1. Любишь ли ты слушать музыку?
2. Есть ли у тебя дома магнитофонные записи с детскими песнями, музыкальными сказками?
3. Любишь ли ты петь, танцевать? (Что ты любишь больше?)
4. Какая самая любимая твоя песня? Танец?
5. Поете ли вы вместе с мамой, папой?
6. Танцуете ли вы с мамой, папой?
7. Когда ты был последний раз в театре, на представлении? Что смотрел?
8. Как ты думаешь, для чего людям нужны музыка и танец?

Анкетирование родителей проводится с целью уточнить заинтересованность ребенка к танцевально - ритмической деятельности и выявить отношение семьи к этому роду деятельности.
Вопросы:
1. Любит ли ребенок слушать музыку? Какую музыку предпочитает?
2. Какое самое любимое музыкальное произведение вашего ребенка? А ваше?
3. Любит ли он под эту музыку двигаться, танцевать?
4. Понимает ли он содержание песен?
5. Передает ли в движении характер музыки, ритм?
6. Насколько эмоционально реагирует ваш ребенок на музыку?
7. В чем это выражается?
8. Стремится ли ребенок поделиться своими впечатлениями и переживаниями с вами? Как вы на это реагируете?
9. Каково ваше участие в музыкальном развитии ребенка: есть ли дома

фонотека детской музыки?
10. Смотрите ли по телевизору музыкальные программы вместе с ребенком? Обсуждаете ли их?
Ответы заносятся в таблицу, опираясь на ответы детей и родителей в виде баллов, оценивающих степень заинтересованности ребенка в танцевально-ритмической деятельности:
«1» - Низкий уровень. Поверхностный интерес к музыке, танцу, ритмике. Не предпринимает попытки выразить музыкальные образы в движении. Суждения и оценки по поводу музыкально - ритмической деятельности неглубокие, несодержательные, необъективные и немотивированные. Не использует движения под музыку в свободной деятельности.
«2» - Средний уровень. Интерес к музыкально - ритмической деятельности достаточно устойчив, но характеризуется частым переключением внимания. Предпринимает попытки выразить в движении музыкальные образы. Суждения и оценки по поводу музыкально - ритмической деятельности не всегда обоснованы. Самостоятельное, фрагментарное внесение танцевальных движений в свою деятельность.
«3» - Высокий уровень. Интерес к музыкально - ритмической деятельности глубокий и стойкий. Ритмика, танец, музыкальные двигательные игры — предпочитаемые виды деятельности. Суждения и оценки по поводу музыкально - ритмической деятельности мотивированы, объективны, содержательны. Самостоятельная музыкально - ритмическая деятельность систематическая и устойчивая.

2. Материально-технические условия.

Все занятия проводятся в музыкальном зале.
В зале имеется музыкальный центр (для использования дисков и флеш-носителей). Атрибуты для игр, танцев и упражнений. Диски и флеш-носители с музыкой (для воспитателей и родителей).

3. Учебный план

№ п/п	Наименование модуля программы	Количество занятий в месяц	Количество занятий за период обучения
1	Танцы	4	36
	Всего:		36

3.1. Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Название занятия	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		всего	теория	практика		
1	Вводное занятие «Что такое Са-фи-дансе»	1	1	-	Комплексное занятие	Беседа, тестирование, наблюдение
2	«Игроритмика»	3	1	2	Комплексное занятие, практическое занятие	Беседа, практическая работа
3	«Игрогимнастика»	5	1	4	Комплексное занятие, практическое занятие	Беседа, анализ, практическая работа
4	«Игротанцы»	6	0,5	5,5	Комплексное занятие, практическое занятие	Беседа, наблюдение, практическая работа
5	«Танцевально – ритмическая гимнастика»	5	-	5	Практическое занятие	Практическая работа, наблюдение
6	«Игропластика»	4	0,5	3,5	Комплексное занятие, практическо	Беседа, наблюдение, практическа

					е занятие	я работа
7	«Пальчиковая гимнастика»	4	-	4	Практическое занятие	Практическая работа, наблюдение, анализ
8	«Игровой массаж»	4	-	4	Практическое занятие	Практическая работа, наблюдение
9	«Игры - путешествия»	3	-	3	Практическое занятие	Практическая работа, анализ
	Итоговый танец	1	-	1	Практическое занятие	Практическая работа
	ИТОГО	**36**	**4**	**32**		

4. Оценочные и методические нормативы

Поскольку дополнительная образовательная модифицированная программу оздоровительной направленности «Са-Фи-Дансе» рассчитана для детей дошкольного возраста и имеет общекультурный уровень усвоения, а дети в этом возрасте уже более усидчивы, терпеливы, но все же любознательны. Поэтому, чтобы сохранить интерес к занятиям применяются различные методы и формы обучения:

1. Беседа - позволяет психологически подготовить детей к физическим нагрузкам.
2. Рассказ и показ – с их помощью раскрывается художественно-эстетическое содержание изучаемого материала.
3. Объяснение - позволяет добиться грамотного исполнения танцевальных движений.

5. Оборудование и материально-технические условия для обеспечения программы.

- мячи (по количеству детей)
-ленты на кольцах (по количеству детей)
-султанчики (по количеству детей)
-платочки (по количеству детей)
-шапочки (для игр)
-обручи (по количеству детей)
-ленты на палочках (по количеству детей)
-элементы костюмов

6. Литература

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической ластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста) – СПб.: ЛОИРО, 2000.
2. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие – М.: Владос, 2003.
3. «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой в соответствии с ФГОС ДО.
4. Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. Москва 2007г.
5. Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика» (комплексы упражнений для детей 3-7 лет) – М.:МОЗАЙКА_СИНТЕЗ,2014.-128с.
6. Л.А.Соколова комплексы сюжетных гимнастик для дошкольников. – Спб.:ООО»ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2013.-80с.
7. Мухина В.С. «Детская психология» 2005г.
8. Программа дошкольного образования «Са-Фи-Дансе» автор Ж.Е. Фирилёва, Е.Г.Сайкина
9. Рожно Е.А. «Рабочая программа ПДОУ «Са – Фи - Данс», муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Ростова – на – Дону «Детский сад № 84», https://www.dou84.ru/images/Platnie_uslugi/rab_program_sa-fi-dance.pdf, (15.07.2022 г.)