

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа с. Окунёво»
Бердюжский район Тюменская область

УТВЕРЖДЕНА

решением педагогического
совета МАОУ СОШ с.Окунёво
протокол №1 от 31.08.2020г.

Директор  И.П.Кукушкина

Программа
дополнительного образования
по спортивно-оздоровительной деятельности
дошкольного возраста.

Автор программы: воспитатель МАОУ СОШ с.Окунёво

Аверина Галина Анатольевна

Название программы: «Березка»

Срок реализации программы: 1 год

Программа рассчитана на детей в возрасте: 5-7 лет

Группа работает 1 раз в неделю 25 мин. (дети 5-6 лет); 30мин. (дети 6-7 лет)

Всего 36 занятий за учебный год.

Рекомендуемый минимальный состав группы- 15 человек

с.Окунёво

2020г.

Содержание.

1. Пояснительная записка.

2. Цель, задачи.

3. Учебно-тематический план.

4. Организационно-педагогические условия реализации программы.

5. Планируемые результаты.

6. Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы.

6.1 Форма занятий;

6.2 Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса;

6.3 Форма подведения итогов.

7. Оценочные и методические материалы:

7.1 Формы контроля (Мониторинг),

7.2 Критерии отслеживания усвоения программы ,

7.3 Литература.

1. Пояснительная записка.

Сегодня “развивающемуся обществу нужны современно образованные, нравственные, предприимчивые люди, которые могут самостоятельно принимать ответственные решения в ситуации выбора, прогнозируя их возможные последствия, способны к сотрудничеству, отличаются мобильностью, динамизмом, конструктивностью, обладают развитым чувством ответственности за судьбу страны” (из “Концепция модернизации Российского образования”).

Сотрудничество, мобильность, динамизм, конструктивность, ответственность – это именно те личностные качества, которые формируются у детей в результате систематических занятий по танцевальным программам.

Актуальность данной образовательной программы характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на образовательные услуги в области танцевального искусства. Дети начинают танцевать уже в дошкольном возрасте, так как родители справедливо считают, что ребенок, который умеет танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников.

В образовательных учреждениях всегда высока потребность в услугах танцевально-хореографических коллективов. Любое культурно-массовое мероприятие без этого не обходится. Без танца концерт, шоу, конкурс, фестиваль выглядят блекло. Красочные танцевальные композиции уместны всегда и в любом мероприятии любого формата (развлекательное, познавательное, патриотическое).

Такой интерес и востребованность в дополнительных образовательных услугах привела меня к созданию образовательной программы танцевального кружка «Березка».

Образовательная программа дополнительного образования детей «Березка» предоставляет широкие возможности обучения основам танцевального искусства, дает возможность ввести детей 5–7 лет в мир танца, с помощью игровых технологий познакомить с некоторыми жанрами, видами и стилями танца. Программа поможет дошкольникам творчески развиваться и проявить себя посредством пластики, ритмики и импровизации. Программа направлена на формирование и развитие у воспитанников таких физических данных, как подвижность, выносливость, сила, ловкость, на развитие танцевальных данных: гибкости, пластичности, танцевального шага и т. п. Развивается также и познавательный интерес. Умело подобранные упражнения, пляски, игры, воспитывают у детей правильное отношение к окружающему миру, углубляют представление о жизни и труде взрослых, различных явлениях природы.

У детей формируется умение передавать услышанный музыкальный образ в пластике. Дети впервые могут одеть сценический костюм, подготовленный специально к танцевальному номеру. С непосредственным участием

родителей дети выступают на своих первых концертах и праздниках. Все это, несомненно, содействует усилению воспитательного эффекта, проводимого в комплексе семьи и образовательного учреждения.

2.Цель программы– развитие творческих способностей дошкольников посредством танцевального искусства.

Задачи:

Обучающие:

- обучить простейшим элементам классического и народного танца;
- обучить элементам музыкальной грамоты;
- познакомить детей с историей возникновения и развития танца.

Развивающие:

- способствовать снятию мышечного и психологического торможения посредством танцевального движения;
- формировать правильную осанку, корректировать фигуру ребенка;
- формировать интерес к танцевальному искусству;
- развить музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
- развить воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- развить познавательный интерес, любознательность и умение творчески мыслить;
- развивать художественный вкус.

Воспитательные:

- воспитать культуру поведения и общения;
- воспитать умение ребенка работать в коллективе;
- заложить основы становления эстетически развитой личности.

3. Учебно-тематический план.

Месяц	Репертуар/Материалы	Программное содержание
<p>Сентябрь (1-5) 02.09, 09.09, 16.09, 23.09, 30.09.</p>	<p>Диагностика физической подготовленности детей для выявления моторно-одаренных детей с высоким уровнем развития основных двигательных навыков и умений.</p> <p>2. Вводная беседа о танце. Разминка (бодрый шаг, легкий бег друг за другом и в рассыпную). Дыхательная гимнастика «Ладочки»</p> <p>Ознакомление с позициями ног, рук. Ознакомление с видами ходьбы: прогулка (спокойная ходьба), «топотушки» (шаг на всей ступне), хороводный шаг, шаги и кружение с припаданием. Игровой самомассаж, релаксация.</p>	<p>Выявить одаренных детей с высоким уровнем развития основных двигательных навыков и умений.</p> <p>Совершенствовать умение ритмично двигаться с характером музыки.</p> <p>Познакомить с основными позициями ног, рук и с видами ходьбы.</p> <p>Развивать умение хорошо ориентироваться в пространстве.</p>
<p>Октябрь (6-9) 07.10, 14.10, 21.10, 28.10.</p>	<p>Разминка(бодрый и спокойный шаг, легкий бег, ходьба на носочках).</p> <p>Дыхательная гимнастика «Погончики» Прыжки на двух ногах: подскок на правой и левой ноге, прыжки с отбрасыванием ног назад и выбрасыванием ног вперед, ковырялочка на подскоке. Танцевальные движения: пружинка, пружинка с поворотом, каблучок.</p> <p>2. Разминка (бодрый шаг, легкий бег друг за другом и в рассыпную). Дыхательная</p>	<p>Продолжать учить ритмично двигаться в соответствии с характером музыки.</p> <p>Совершенствовать умение выполнять подскоки на правой и левой ноге, прыжки, ковырялочку.</p> <p>Упражнять в выполнении танцевальных движений.</p> <p>Воспитывать интерес к танцевальному искусству.</p>

	<p>гимнастика «Ладшки» Специальные упражнения: укрепление позвоночника методом поворотов и наклонов в стороны – «маятник», «месяц», «муравей», «стрекоза», «лисичка», «орешек». Игра- этюд: (для развития внимания и слуха) «Жмурки с голосом», «Кто ушел?», «Встреча эмоций», «Заряд бодрости». Игровой самомассаж, релаксация.</p>	
<p>Ноябрь (10-12) 11.11, 18.11, 25.11.</p>	<p>1. Разминка (шаг с носка, прямой галоп) Дыхательная гимнастика «Насос» Разучивание позиций ног: «бабочка» (1 п.), «стрекоза» (2 п.), «елочка» (3 п.), « стрелочка» (4 п.), «лодочка» (6 п.). Танцевальные движения: притоп – веселый каблучок, «ковырялочка» на прыжке, сложный каблучок, сложная «ковырялочка», «гармошечка». Ритмические фантазии: гимнастика с мячами «Капли дождя». Игровой самомассаж, релаксация.</p> <p>2. Разминка (бодрый и спокойный шаг, легкий бег, ходьба на носочках). Дыхательная гимнастика «Погончики» Разучивание позиций рук: «луна» (подг. п.), «кораблик» (1 п.), «звездочка» (2 п.), «солнце» (3 п.). Разучивание видов шагов: спокойная ходьба, «топотушки», боковой приставной шаг, переменный шаг, перекрестный шаг. Прыжки</p>	<p>Продолжать учить ритмично двигаться в соответствии с характером музыки. Учить выполнять танцевальные движения; разучить позиции рук, виды шагов. Поощрять инициативу детей.</p>

	<p>на двух ногах: подскоки, галоп, «качели», «ножницы». Портерная гимнастика: «поплавок», «качалочка», «лягушка». Постановка танца.</p>	
<p>Декабрь (13-17) 02.12, 09.12, 16.12, 23.12, 30.12.</p>	<p>1.Разминка (шаг с носка, прямой галоп) Дыхательная гимнастика «Насос» Позиции ног (закрепление). Позиции рук (закрепление): «луна», «кораблик», «звездочка», « солнце». Виды шага (закрепление): «топотушки», хороводный шаг, боковой хороводный шаг, высокий шаг, переменный шаг, перекрестный шаг, шаг с притопом. Прыжки на двух ногах: подскоки, галоп, «ножницы», вертушка. Танцевальные движения (закрепление): «пружинка», «пружинка» с поворотом, притоп - веселый каблучок, «ковырялочка» на прыжке, сложная «ковырялочка», сложный каблучок, «гармошечка». Игровой самомассаж, релаксация. 2. Разминка (шаг с носка, боковой галоп) Дыхательная гимнастика «Погремся» Ритмические фантазии: упр. с султанчиками, «Полет радужных салютиков». Портерная гимнастика (закрепление): «поплавок», «качалочка», «лягушка», «кошечка». Музыкальная игра «Медведь и пчелы» С. Насауленко. Игровой самомассаж, релаксация.</p>	<p>Совершенствовать умение ритмично двигаться в соответствии с характером музыки, начинать движения с началом музыки и заканчивать с ее окончанием. Развивать умение выполнять подскоки, галоп, вертушку. Совершенствовать танцевальные движения, доставлять детям радость. Побуждать детей играть в музыкальную игру.</p>

<p>Январь (18-19) 20.01, 27.01,</p>	<p>1.Разминка (шаг с носка, боковой галоп) Дыхательная гимнастика «Погончики» Позиция ног (совершенствование) Позиция рук (совершенствование); разучивание: «кулачки на бочок», «полочка». Виды шага (совершенствование); ознакомление: галоп вперед, боковой шаг- крестик Прыжки на двух ногах (совершенствование); ознакомление: боковой галоп лицом и спиной в круг по одному и в парах, «веревочка» Музыкально ритмическая композиция «Цыплята». Игровой самомассаж, релаксация. 2.Разминка (шаг с носка, прямой галоп) Дыхательная гимнастика «Насос» Разучивание элементов народного танца. Специальные упражнения: веселый тренинг («Соедини ладошки», «Цапля»). Игра-этюды (для развития творческого воображения) «Конькобежцы», «Белые снежинки» Музыкально ритмическая композиция «Чунга-Чанга» Игровой самомассаж, релаксация.</p>	<p>Совершенствовать ходьбу, боковой галоп. Поощрять детей передавать в движении музыкальный образ. Закреплять навыки ориентирования в пространстве. Побуждать детей придумывать движения для танца, соответствующие характеру музыки. Совершенствовать боковой галоп лицом и спиной в круг по одному и в парах.</p>
<p>Февраль (20-23) 03.02, 10.02, 17.02, 24.02.</p>	<p>1.Разминка (шаг с высоким подниманием бедра) Дыхательная гимнастика «Кошка» .Позиция ног (совершенствование): 1 – 4, 6 позиций. Позиция рук (совершенствование): 1 –3 позиций. Виды шага (разучивание): семенящий</p>	<p>Закреплять умение самостоятельно ориентироваться в пространстве; при ходьбе соблюдать осанку, положение рук, при галопе легкость и ритмичность. Совершенствовать позиции ног и рук, танцевальные</p>

	<p>плавающий шаг, хороводный шаг косичка. Музыкальная -ритмическая композиция «Танцуйте сидя» Игровой самомассаж, релаксация. 2. Разминка: шаг с носка, прямой галоп). Дыхательная гимнастика «Ладочки». Прыжки на одной ноге: «часики», «веревочка». Танцевальные движения: «моталочка», сложная «ковырялочка» , сложный каблучок, верёвочка, вертушка. Психогимнастика: «Хрустальная вода». Портерная гимнастика: «поплавок», «качалочка», «бабочка», «лягушка». Музыкальная -ритмическая композиция «Танцуйте сидя» Игровой самомассаж, релаксация.</p>	<p>движения «моталочка», «ковырялочка». Доставлять детям радость.</p>
<p>Март (24-28) 03.03, 10.03, 17.03, 24.03, 31.03.</p>	<p>Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, подскоки) Дыхательная гимнастика «Обними плечи». Игровой самомассаж, релаксация. Основы народного танца: Разучивание элементов танца «Морячка», «Бабушки-старушки».</p>	<p>Познакомить детей с русскими народными плясовыми мелодиями. Закреплять умение выполнять легкий подскок друг за другом, в парах. Развивать умение двигаться в соответствии с текстом и характером музыки; выполнять танцевальные движения ритмично и красиво.</p>
<p>Апрель (29-32) 07.04, 14.04, 21.04, 28.04.</p>	<p>Разминка (шаг с носка, боковой галоп) Дыхательная гимнастика «Погончики» . Основы сюжетно-образного танца: Разучивание танца «Люли-люли», Разучивание танца «Бухенвальдский набат».</p>	<p>Развивать умение двигаться в соответствии с текстом и характером музыки; выполнять танцевальные движения ритмично и красиво. Поощрять желание использовать музыкальные игры в повседневной жизни.</p>

	Музыкальная игра «Займи место».	
Май (33-36) 05.05, 12.05, 19.05, 26.05.	Разминка (шаг с высоким подниманием бедра). Дыхательная гимнастика «Кошка» .Разучивание танца «Вальс выпускников», подготовка к зачетному концерту «Ура, каникулы!». Музыкальная игра «Лиса и зайцы».	Совершенствовать умение выполнять движения выразительно, менять их со сменой частей музыки и музыкальных фраз. Закреплять полученные навыки. Вызывать у детей радостное настроение.

4. Организационно-педагогические условия реализации программы.

Программа предполагает проведение 1 занятия в неделю во 2 половине дня.
Среда - 16.30

Продолжительность занятия — 25-30 минут (старшая + подготовительная группы)

Количество участников – 15 человек. **Занятий в год** — 36 часов

Структура занятия состоит из трех частей:

I часть включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.

II часть включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений. По длительности – 2/3 общего времени занятия.

III часть включает музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 2–3 минуты.

Формы контроля: открытое занятие в конце года, выступления на утренниках, участие в развлечениях.

5. Планируемые результаты.

- Показ танцев различных жанров(вальс, полька, русские народные, современные).
- Владеть навыками передачи эмоционально-образного содержания танцев, используя движения и пластику
- Самостоятельно придумывать и показывать импровизированные движения используя жест, мимику, пластику движений.
- Уметь выразить свои эмоции языком танца
- С желанием участвовать в любом виде деятельности.
- Передавать полученный опыт малышам.

Целевые ориентиры на этапе:

Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений

Дети знакомятся с танцевальной азбукой:

- постановка корпуса;
- упражнения для рук, кистей, и пальцев;
- упражнения для плеч;
- упражнения для головы;
- упражнения для корпуса;

Дети знакомятся с элементами танцевальных движений:

- ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;
- бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой;
- топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой;
- хлопки;
- упражнения с атрибутами (мяч, погремушка)

Дети знакомятся с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве:

- упражнения и игры по ориентации в пространстве;
- построение в круг;
- построение в линию;
- построение в две линии.

Выполнение упражнений по ориентации в пространстве.

Партерная гимнастика (упражнения на полу)

Дети знакомятся с элементами партерной гимнастики:

- упражнения для развития гибкости;
- упражнения для стоп;
- упражнения для развития растяжки;
- упражнения для позвоночника.

Танцевальные этюды, игры, танцы

- дети составляют этюды на основе изученных танцевальных элементов;
- сочиняют танцевальные этюды;
- разучивают танцы;
- знакомят сверстников с музыкальными играми;
- применяют игры на занятиях.

Итоговое занятие.

- дети показывают проученный материал на родительских собраниях
- участвуют в концертах для детей и родителей.

6.Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы.

6.1Форма занятий.

- комбинированное занятие -10;
- практическое занятие -15;
- игра, праздник, конкурс -4;
- репетиция-4;
- концерт, открытое занятие – 3.

6.2Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса.

Формы организации деятельности воспитанников на занятии:

- фронтальная;
- в парах;
- групповая;
- индивидуально–групповая;
- ансамблевая.

Хореографическая деятельность включает выполнение следующих заданий:

- музыкально-ритмические упражнения на освоение, закрепление музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения;
- пляски: парные, народно-тематические;
- игры: сюжетные, несюжетные с пением, музыкально-дидактические;
- хороводы;
- построения, перестроения;
- упражнения с предметами: шарами, лентами, цветами, мячами и пр.;
- задания на танцевальное и игровое творчество.

Методы организации образовательного процесса:

- словесный (устное изложение, беседа и т. д.);
- наглядный (показ видеоматериалов, иллюстрации, наблюдение, показ педагогом);
- практический (упражнения).

Приемы:

- игра;
- беседа;
- показ видеоматериалов;
- показ педагогом;
- наблюдение.

ТСО.

1.Музыкальный центр - 1 шт.

2.Диски с муз. произведениями

3.Телевизор - 1 шт.

4. Усилительная колонка - 2 шт.

5. Атрибуты для танцев:

-платочки

- шапочки

-цветы

-палочки

-кубики

-ленты на палочках

-обручи

6.3Форма подведения итогов.

- Занятия интегрированного типа;
- Развлечения;
- Театрализованные представления,
- Календарные праздники;
- Концерты ;
- Отзывы родителей, педагогов ДОУ.

7.Оценочные и методические материалы.

7.1Мониторинг.

Педагогический анализ (диагностика) проводится 2 раза в год (вводный – в сентябре, итоговый – в мае).

Цель диагностики: выявление уровня музыкального и психомоторного развития детей (начального уровня и динамики развития), эффективности педагогического воздействия.

Метод диагностики: наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий (на основе репертуара из «Ритмической мозаики»).

Методика выявления уровня музыкально-ритмического развития (разработана на основе методик А.Н. Зиминной и А.И. Бурениной).

Цель: выявление уровня развития чувства ритма.

Проведение: наблюдение за детьми в процессе выполнения специально подобранных заданий.

7.2Критерии отслеживания усвоения программы.

Критерии уровня развития чувства ритма:

1. Движение.

- передача в движении характера знакомого музыкального произведения (3-х частная форма):

Навыки и умения сформированы (5 баллов) – ребёнок самостоятельно, чётко производит смену движений, движения соответствуют характеру музыки;

Навыки и умения в стадии формирования (4 балла) – производит смену движений с запаздыванием (по показу других детей), движения соответствуют характеру музыки;

Навыки и умения не сформированы (3 балла) – смену движений производит с запаздыванием, движения не соответствуют характеру музыки.

-передача в движении характера незнакомого музыкального произведения (фрагмента) после предварительного прослушивания:

Навыки и умения сформированы (5 баллов) – движения соответствуют характеру музыки, эмоциональное выполнение движений;

Навыки и умения в стадии формирования (4 балла) - движения соответствуют характеру музыки, но недостаточная эмоциональность при выполнении движений;

Навыки и умения не сформированы (3 балла) – движения не соответствуют музыке, отсутствие эмоций при движении.

-соответствие ритма движений ритму музыки:

Навыки и умения сформированы (5 баллов) – чёткое выполнение движений;

Навыки и умения в стадии формирования (4 балла) – выполнение движений с ошибками;

Навыки и умения не сформированы (3 балла) – движение выполняется не ритмично.

- координация движений и внимание («ритмическое эхо со звучащими жестами»):

Навыки и умения сформированы (5 баллов) – ребёнок выполняет все движения без ошибок;

Навыки и умения в стадии формирования (4 балла) – допускает 1-2 ошибки;

Навыки и умения не сформированы (3 балла) – не справляется с заданием.

2. Воспроизведение ритма.

-воспроизведение ритма знакомой песни под своё пение:

Навыки и умения сформированы (5 баллов) – ребёнок точно воспроизводит ритмической рисунок знакомой песни;

Навыки и умения в стадии формирования (4 балла) – воспроизводит ритм песни с 1-2 ошибками;

Навыки и умения не сформированы (3 балла) – неверно воспроизводит ритм песни.

-воспроизведение ритма песни шагами:

Навыки и умения сформированы (5 баллов) - верно воспроизводит ритм песни шагами на месте и по залу;

Навыки и умения в стадии формирования (4 балла) – верно воспроизводит ритм песни шагами на месте;

Навыки и умения не сформированы (3 балла) – допускает много ошибок или не справляется с заданием.

-воспроизведение ритмических рисунков в хлопках или на ударных инструментах («ритмическое эхо»):

Навыки и умения сформированы (5 баллов) – ребёнок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок;

Навыки и умения в стадии формирования (4 балла) – допускает 2-3 ошибки;

Навыки и умения не сформированы (3 балла) – не верно воспроизводит ритмический рисунок.

3. Творчество.

-сочинение ритмических рисунков:

Навыки и умения сформированы (5 баллов) – ребёнок сам сочиняет оригинальные ритмические рисунки;

Навыки и умения в стадии формирования (4 балла) – использует стандартные ритмические рисунки;

Навыки и умения не сформированы (3 балла) – не справляется с заданием.

-танцевальное:

Навыки и умения сформированы (5 баллов) – ребёнок чувствует характер музыки, ритм, передаёт это в движении; самостоятельно использует знакомые движения или придумывает свои; движения выразительны;

Навыки и умения в стадии формирования (4 балла) – чувствует общий ритм музыки, повторяет движения за другими, движения соответствуют характеру музыки;

Навыки и умения не сформированы (3 балла) – не чувствует характер музыки, движения не соответствуют музыке.

губ																	
Зла та																	
16. Тю мен цев а Дар ья	3		3		3		3		3		3		3		3		3

Выводы (сентябрь)

Диагностика на начало учебного года показала низкий уровень музыкального и психомоторного развития детей этой группы. У детей навыки и умения не сформированы. Многие ребята с заданием не справляются, движения выполняются не ритмично, дети допускают много ошибок. Дошкольники неверно воспроизводят ритмический рисунок, не чувствуют характер музыки, поэтому движения не соответствуют музыке. В группе так же занимается ребенок –инвалид. Навыки и умения находятся в стадии формирования у Полковникова Алексея.

Май.

7.3 Литература.

1. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). — 2-е изд., испр. и доп. — СПб.: ЛОИРО, 2000.
2. Затымина Т.А., Стрепетова Л.В. Музыкальная ритмика (Учебно-методическое пособие). Серия «Уроки мастерства». Москва. Изд. «Глобус», 2009г.
3. М. Ю Гоголева Логоритмика в детском саду старшая и подготовительная группа. Г. Ярославль. 2006.г
- 4.Аверина И. Е. «Физкультурные минутки и динамические паузы в ДОУ» М. «Айрис – пресс» 2005 г.
5. Бондаренко Л. «Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях» Киев 1985 г.
- 6.Ветлугина Н. А. «Эстетическое воспитание в детском саду» М. «Просвещение» 1985 г.
7. Захаров Р. «Сочинение танца» М. «Искусство» 1983 г.
- 8.Климов А. « Основы русского народного танца» М. 1994 г.
- 9.Михайлова М. А., Воронина Н. В. «Танцы, игры, упражнения для красивого движения» Ярославль «Академия Холдинг» 2000 г.
- 10.Слуцкая С. Л. «Танцевальная мозаика» М. «Линка – пресс» 2006 г.
11. Ткаченко Т. «Народный танец» М. «Искусство» 1975 г.