

Поволжское управление министерства образования и науки Самарской области
государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
основная общеобразовательная школа №20 имени В.Ф.Грушина
города Новокуйбышевска городского округа Новокуйбышевск Самарской области
структурное подразделение «Детский сад «Василек»

Принята на заседании
педагогического совета
от «27» VI 2023 г.
Протокол № 9

УТВЕРЖДЕНО

Приказом от «13» VII 2023 г.

№ 374-00

Директор ГБОУ ООШ №20

г. Новокуйбышевска

О.И. Беседина



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«КЛУБ-НИКА»**

направленность: физкультурно-спортивная

Возраст обучающихся: 6-7 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик:
Аисова Нурия Хайдаровна,
инструктор по физической культуре

г. Новокуйбышевск, 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы дошкольного образования.

Дошкольный возраст — один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека. В период от трех до семи лет ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период. В последнее время в дошкольных учреждениях все чаще стали применять нетрадиционные средства физического воспитания детей: упражнения ритмической гимнастики, игрового стретчинга, танцев и другие. Наиболее популярной является ритмическая гимнастика, истоки которой берут свое начало в глубокой древности — античной Греции и Древней Индии. Уже тогда ценились оба ее компонента — гимнастика и ритмический танец. В настоящее время существуют много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных — это танцевально-игровая гимнастика. Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях. Эффективность — в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно - сосудистую, дыхательную и нервную системы человека. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения танцевально-игровой гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных. Оно обогащает духовный мир, помогает ребёнку раскрыться как личности. Органическое соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным.

Программа дополнительного образования для детей «КЛУБ-НИКА» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Возможности применения упражнений танцевально-игровой гимнастики довольно широки и под умелым руководством педагога могут быть использованы в дошкольных учреждениях. В этой связи **актуальность программы «КЛУБ-НИКА»** определяется необходимостью физического воспитания дошкольников с использованием нетрадиционных эффективных разнообразных форм, средств и методов физического, эстетического и музыкального воспитания. Дополнительная образовательная программа «КЛУБ-

НКА» является модифицированной и разработана на основе программы Ж.Е. Фирилевой, Е.Г. Сайкиной «САФИ-ДАНСЕ».

Содержание дополнительной программы **педагогически целесообразно**, поскольку расширяет содержание основной общеобразовательной программы по физическому и музыкальному воспитанию в дошкольном учреждении. Изучение танцевально-игровой гимнастики способствует знакомству обучающихся с богатейшим хореографическим фольклором нашей страны, воспитанию любви к родине, к своей нации.

Отличительной особенностью программы является то, что основными разделами являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и 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 образовательно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, оптимизирует эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

Цель и задачи программы дошкольного образования.

Цель: содействие всестороннему развитию личности дошкольника, способного к творческому самовыражению, средствами танцевально-игровой гимнастики.

Задачи:

Обучающие:

- сформировать навыки выразительности, пластики движений и жестов в танцах, играх, упражнениях на основе социокультурных ценностей страны;
- способствовать овладению навыков самостоятельного выражения движений под музыку;
- обеспечивать возможность эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в играх, упражнениях.

Развивающие:

- развивать физические качества (выносливость, гибкость, ловкость, равновесие), формировать правильную осанку, укреплять здоровье детей;

- развивать чувство ритма, музыкальный слух, память, внимание, умение согласовывать движения с музыкой;
- развивать творческие и коммуникативные способности;
- способствовать развитию мышления, воображения, находчивости и познавательной активности, расширению кругозора.

Воспитательные:

- воспитывать чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия;
- воспитывать ценностное отношение обучающегося к здоровому образу жизни;
- формировать умение вести себя в группе во время движения, чувство такта, культурные привычки в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

На современном этапе в соответствии с ФГОС работа выстроена через интеграцию образовательных областей.

Принципы:

- принцип культуросообразности: построение и/или корректировка универсального эстетического содержания программы с учётом региональных культурных традиций;
- принцип сезонности: построение и/или корректировка познавательного содержания программы с учётом природных и климатических особенностей данной местности в данный момент времени
- принцип систематичности и последовательности: постановка и/или корректировка задач эстетического воспитания и развития детей в логике «от простого к сложному», «от близкого к далёкому», «от хорошо известного к малоизвестному и незнакомому»;
- принцип цикличности: построение и/или корректировка содержания программы с постепенным усложнением и расширением от возраста к возрасту;
- принцип оптимизации и гуманизации учебно-воспитательного процесса;
- принцип развивающего характера художественного образования;
- принцип природосообразности: постановка и/или корректировка задач художественно-творческого развития детей с учётом «природы» детей - возрастных особенностей и индивидуальных способностей;
- принцип интереса: построение и/или корректировка программы с опорой на интересы отдельных детей и детского сообщества (группы детей) в целом.

Возрастные особенности воспитанников старшей и подготовительной групп

Одним из любимых видов музыкальной деятельности детей в возрасте от шести до семи лет по – прежнему остается слушание музыки (как вокальной, так и инструментальной). Определенный слуховой опыт позволяет дошкольнику активно проявлять себя в процессе слушания музыки. Восприятию музыки продолжает помогать иллюстрации. Ребенок способен запоминать, узнавать называть многие знакомые ему произведения, что свидетельствует о состоявшемся развитии музыкальной памяти. Однако необходимо помнить, что у ребенка еще продолжается процесс развития органа слуха. Барабанная перепонка нежна и легко ранима, окостенение слухового канала и височной кости не закончилось, поэтому музыка не должна быть громкой и продолжительной по звучанию. Ребенок по-прежнему проявляет интерес к пению, любит петь вместе со сверстниками и взрослыми, а также самостоятельно. Осознанно использует в пении средство выразительности: музыкальные (высота звука, динамические оттенки) и внемузыкальные (выразительная мимика). Правильно пропевает мелодии отдельных, небольших фраз песни, контрастные низкие и высокие звуки, соблюдает несложный ритмический рисунок. Певческий диапазон в пределах нот «РЕ – ЛЯ» первой октавы. Голосовой аппарат ребенка не сформирован, связки очень тонкие, дыхание слабое и короткое, дикция у многих детей остается нечеткой, но несмотря на это дошкольника можно успешно обучать пению. Продолжается дальнейшее физическое развитие ребенка, он изменяется внешне, становится более стройным, пропорционально сложенным, в области музыкально – ритмических движений у него появляются новые возможности: движения под музыку делаются более легкими и ритмичными, удаются довольно сложные движения, качество исполнения движений повышается. Вместе с тем возможности воспитанников этого возраста в музыкально – ритмической деятельности по – прежнему остаются сравнительно небольшими: легкость движений относительна, синхронность движений в паре, в подгруппе вызывает затруднения, выразительность движений не достаточна, длительность игры и пляски не продолжительна. Однако все это не снижает интерес воспитанников и их возможности в освоении музыкальных игр, танцев, хороводов. Ребенок проявляет большой интерес к овладению игрой на детских музыкальных инструментах и игрушках. В этом возрасте дошкольники лучше, чем малыши разбираются в тембровых, звуковысотных, динамических особенностях звучания различных инструментов, могут их сравнивать, выделять из многих других. К этому времени у воспитанников улучшается координация движения руки,

обогащается слуховой опыт, 6 поэтому они уже способны воспроизводить элементарные ритмические рисунки.

Сроки реализации программы дошкольного образования (продолжительность образовательного процесса, этапы).

Целевая аудитория и возраст детей.

Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «КЛУБ-НИКА» предполагает контингент обучающихся в возрасте от 6 до 7 лет.

Сроки реализации. Продолжительность образовательного процесса - 1 год.

Зачисление детей для обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе осуществляется на основе добровольности.

Общий срок освоения программы определяется содержанием программы:

Стартовый уровень

108 часов на весь период обучения, 36 недель, 9 месяцев, 1 год; ежегодный режим занятий: 1 раз в неделю, 1 академический час.

Запланированное количество учебных часов и календарный период времени реален и необходим для освоения Программы «КЛУБ-НИКА».

Форма обучения – очная.

Форма организации деятельности. Занятия проводятся в групповой форме. Группы формируются по возрастному принципу. Допускаются совместные занятия детей разного возраста в одной группе.

Режим занятий:

Занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность занятия 30 минут. Во время занятия применяются, упражнения на растяжку, разминка, динамические паузы, дыхательная гимнастика, перерывы.

При дистанционной форме работы продолжительность занятия не превышает 30 минут (с учетом самостоятельной работы).

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности:

Будут знать:

- Умеют выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений третьего года обучения под музыку.

- Владеют навыками по различным видам передвижений по залу и имеют определенный запас движений в общеразвивающие и танцевальные упражнения.

- Умеют передавать характер музыкальных произведений в движении (веселый, грустный, лирический, героический).

- Овладевают навыками ритмической ходьбы. Умеют исполнять ритмические и бальные танцы и комплексы упражнений под музыку, а также двигательные задания по креативной гимнастике.

Критерии и способы определения результативности:

Диагностика

		1		2		3		4		5		6	
№ п/пп	Фамилия Имя ребенка	нк	кг	нк	кг	нк	кг	нк	кг	нк	кг	нк	кг

Диагностика:

1. Умение выполнять шаги вперед назад, влево, вправо
2. Умение воспитанников сочетать шаги с хлопком
3. Выполнение прыжков на одной, двух ногах
4. Согласовывать действия одного ребенка с действиями всех детей.
5. Совершенствование движений детей в такт музыки

Вывод

№1 _____

Вывод

№2 _____

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) используется исключительно для решения следующих образовательных задач:

- 1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- 2) оптимизации работы с группой детей.

Формы подведения итогов реализации программы дошкольного образования:

Текущий контроль уровня усвоения материала осуществляется по результатам выполнения детьми практических заданий.

- проверка правильности выполнения игровых заданий и упражнений на занятиях;
- проверка выполнения индивидуальных заданий;
- педагогическая диагностика (2 раза в год);
- открытое занятие по итогам года (1 раз в год) и показ отдельных номеров на массовых мероприятиях.

Учебно-тематическое планирование программы «КЛУБ-НИКА»

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности и правила поведения.	1	1		Педагогическое наблюдение
2.	Название раздела	Танцевально-игровые упражнения			
2.1.	Тема 1. «Радуга желаний» Эвелина Лашук	3		2	
2.2.	Тема 2. «Танец под дождём»	2		2	Показ отдельных номеров на массовых мероприятиях
2.3.	Тема 3. «Учитель танцев»	2		2	
2.4.	Тема 4. «Наша Родина Россия»	2		2	
2.5.	Тема 5. «Новогодние снежинки» Барбарика	2		2	Показ отдельных номеров на массовых мероприятиях
2.6.	Тема 6. «Не уроните шарик» Барбарика	2		2	Показ отдельных номеров на массовых мероприятиях
2.7.	Тема 7. Флешмоб «Выглянуло солнышко»	2		2	
2.8.	Тема 8. «Скакалочка»	6	1	5	Проверка правильности выполнения игровых заданий и упражнений
2.9.	Тема 9. Флешмоб	6	1	5	

	«Песня о России»				
2.10	Тема 10. «Хула-хуп»	6	1	5	Проверка правильности выполнения игровых заданий и упражнений
2.11	Итоговое занятие	2		2	Итоговый концерт
	ИТОГО	36	4	31	

Календарно-тематическое планирование программы «КЛУБ-НИКА»

№	Название темы	Содержание деятельности
	Вводное занятие. Техника безопасности и правила поведения.	Знакомство с детьми. Рассказ о том, чем мы будем заниматься, объяснение правил поведения на занятиях. Понятия «правильная осанка», «здоровый образ жизни». Правила гигиены.
1.	«Радуга желаний» Эвелина Лашук	Дать основные понятия о танцевальных шагах, позициях рук и ног, постановке корпуса.
2.		
3.	«Учитель танцев»	Шуточный танец. ТИУ выполнение движений в соответствии с музыкой и словами.
4.	«Наша Родина Россия»	Упражнения с флажками. Разучивание шагов, соединение движений рук и ног.
5.	«Новогодние снежинки» Барбарики	Упражнение с «снежным шариком».
6.	«Не уроните шарик» Барбарики	Упражнение с большим надувным мячом.
7.	Флешмоб «Выглянуло солнышко»	Объяснение понятия «танцевальное творчество». Строевые упражнения. Танцевальные шаги. Ритмический танец. Музыкально-подвижные игры. Танцевально-ритмическая гимнастика.
8.	«Скакалочка»	ТИГ – со скакалкой, умение сочетать движения со скакалкой.
9.	Флешмоб	Объяснение понятия «эмоциональный

	«Песня о России»	образ». Знакомство с элементами хореографических упражнений. Строевые упражнения. Танцевальные шаги. Ритмический танец.
10.	«Хула-хуп»	ТИГ - с обручем умение сочетать движения ног с движением рук, использование обруча.
11.	Итоговое занятие	Итоговый концерт. Участие в открытом занятии для родителей.

Структура проведения занятий по танцевально-игровой гимнастике

Структура проведения занятий по танцевально-игровой гимнастике — общепринятая, и состоит из трех частей:

- подготовительной,
- основной
- заключительной.

Деление на части относительно. Каждое занятие — это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

Подготовительная часть занимает до 15% общего времени и зависит от решения основных задач. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребенка — его центральную нервную систему, различные функции — к работе: разогреть мышцы, связки и суставы, создать психологический и эмоциональный настрой, сосредоточить внимание.

Для решения задач подготовительной части занятия в учебно - тематическом планировании представлены следующие средства танцевально-игровой гимнастики: игрогимнастика (строевые, общеразвивающие упражнения); игроритмика, музыкально-подвижные игры малой интенсивности, игры на внимание, игротанцы (танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы — несложные по координации или хорошо изученные), а также упражнения танцевально-ритмической гимнастики, отвечающие задачам подготовительной части занятия.

Начинать его рекомендуется со строевых упражнений с использованием элементов игроритмики и подключением игры. Но возможны и другие варианты конструирования занятий, по усмотрению педагога и с учетом условий работы. Однако при этом необходимо помнить об основных педагогических принципах систематичности, постепенности, доступности и 8 пр. Систему упражнений и игр надо строить от простого к сложному, от известного к неизвестному.

Основная часть длится от 70% до 85% общего времени. В этой части решаются основные задачи, формируются двигательные умения и навыки, идет основная работа над развитием двигательных способностей: гибкости, мышечной силы, быстроты движений, ловкости, выносливости и др. На этой стадии дается большой объем знаний, развивающих творческие способности детей, достигается оптимальный уровень физической нагрузки. В основную часть занятия могут входить все средства танцевально-игровой гимнастики: ритмические и бальные танцы, игропластика, креативная гимнастика и др.

Заключительная часть длится до 7% общего времени. В том случае если в основной части имеет место большая физическая нагрузка, время заключительной части увеличивается. Это создает условия для постепенного снижения нагрузки и обеспечивает постепенный переход от возбужденного к относительно спокойному состоянию детей. В заключительной части занятия используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки, игровой самомассаж. Если урок направлен преимущественно на разучивание нового материала и требует от детей максимального внимания, то необходима эмоциональная разрядка. В этом случае в заключительной части следует проводить музыкально-подвижные игры малой интенсивности (ходьба с речитативом, с песней, полюбившиеся детям ритмические танцы и другие задания).

Материально-техническое обеспечение программы дошкольного образования

Помещение. Занятия могут проводиться как в музыкальном, так и в физкультурном зале. Помещение должно быть проветрено, хорошо освещено, оборудовано в соответствии с нормами СанПиН.

Дидактическое обеспечение - оборудование и материалы:

- магнитофон,
- компакт-диски,
- ноутбук
- декорации (для проведения сюжетных занятий),
- костюмы.
- отличительные знаки, эмблемы, жетоны, фотографии,
- атрибуты: кегли, обручи, мячи разных размеров, скакалки, платочки, шарфики, косынки,
- грамоты, значки, медали (для подведения итогов занятий и награждения).

Список использованных источников:

1. Ж.Е.Фирилевой «СА-ФИ-ДАНСЕ»
2. Лифиц И.В. — Ритмика: Учебное пособие
3. Суворова Т.И «Танцевальная ритмика для детей» – М., 2001г., выпуск 1,2,3,4,5,6
4. Суворова Т.И. «Олимпийские танцы», выпуск 1,2

5. Нормативная и законодательная

6. 1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ
7. 2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 09.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
8. 3. Концепция развития дополнительного образования в РФ (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 года №678-р)
9. 4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 21.03.2022 №9 «О внесении изменений в

санитарно-эпидемиологические правила СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-1019)», утвержденные постановлением Главного государственного врача Российской Федерации от 30.06.2020 №16»(Зарегистрирован 24.03.2022 №67884)

- 10.5. Постановление Главного государственного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- 11.6. Приложение к письму министерства просвещения Российской Федерации от 15.04.2020 г. №СК-295/06 «Методические рекомендации «Об использовании государственных символов Российской Федерации при обучении и воспитании детей и молодежи в образовательных организациях, а также организациях отдыха детей и их оздоровления»
- 12.7. Приложение к письму министерства образования и науки Самарской области от 03.09.2015 «МО-16-09-01/826-ТУ «методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ»
- 13.8. Приказ министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 г. «262-од «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификата персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам»