

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №1 «Звёздочка» комбинированного вида»  
города Шиханы Саратовской области**

<b>Рассмотрено на педагогическом совете Протокол № 4 от 23.01.24г.</b>	<b>«Утверждаю» Заведующий МДОУ «Детский сад №1 «Звёздочка» комбинированного вида» _____ С.В. Федотова Приказ № 05/01 от 23.01.24г.</b>
--	--

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«СА-ФИ-ДАНСЕ»**

Для обучающихся 5-7 лет  
Срок реализации программы - 16 часов.

Разработчик программы: Педагог дополнительного образования:  
Караваева О.С.

## **I. Комплекс основных характеристик программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная программа «Са – Фи – Дансе» имеет **физкультурно – спортивную направленность.**

#### **Актуальность.**

Важнейший признак жизни - движение. Движение необходимо для развития человеческого организма, для его роста. Физические упражнения с раннего возраста закладывают мощный фундамент здоровья ребёнка на всю последующую жизнь.

Адресат программы: дети 5-7 лет

Сроки реализации программы: 16 часов

Режим работы: Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 академическому часу.

Количество детей в группе: 12 - 15 человек.

Форма обучения - очная.

### **1.2. Цель и задачи программы**

**Цель программы:** содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики.

#### **Задачи:**

#### **Обучающие:**

1. Дать представление о назначении отдельных упражнений танцевально – ритмической гимнастики, научить выполнять простейшие перестроения.
2. Обучит основным танцевальным позициям рук и ног.
3. Сформировать навыки выразительности, пластики движений и жестов в танцах, играх, упражнениях.
4. Предоставить возможность эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в играх, упражнениях.

#### **Развивающие:**

1. Развивать координацию, гибкость, пластику, общую физическую выносливость.

2. Развивать чувство ритма, музыкальный слух, память, внимание, умение согласовывать движения с музыкой.

3. Развивать творческие способности с помощью заданий на импровизацию, творческих этюдов.

#### **Воспитательные:**

1. Воспитывать умения эмоционального выражения творчества в движениях.

2. Воспитывать чувство товарищества, взаимопомощи.

### **1.3.Содержание программы**

#### **Учебный план**

	<b>Наименование разделов</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Формы аттестации/контроля</b>
.	Пальчиковая гимнастика	2	1	1	Наблюдение
.	Игровой самомассаж	3	1	2	Наблюдение
.	Игропластика	3	1	2	Творческое задание
.	Музыкально-подвижные игры	4	1	3	Творческое задание
.	Креативная гимнастика	4	1	3	Творческое задание
	<b>Итого:</b>	<b>16</b>	<b>5</b>	<b>11</b>	

#### **1.4. Планируемые результаты**

##### **Предметные результаты:**

- Обучающиеся имеют представление о назначении отдельных упражнений танцевально — ритмической гимнастики, выполняют простейшие построения и перестроения.

- Обучающиеся могут выразительно, пластично двигаться в танцах, играх, упражнениях.
- Обучающиеся выполняют основные танцевальные позиции рук и ног.
- Обучающиеся выполняют простейшие двигательные задания по креативной гимнастике.

#### **Метапредметные результаты:**

- У обучающихся развита координация, гибкость, пластика, выносливость.
- У обучающихся развиты чувства ритма, музыкальный слух, память, внимание.
- У обучающихся развиты творческие способности, они могут импровизировать, создавая творческие этюды.

#### **Личностные результаты:**

- У обучающихся развито чувство ритма, взаимопомощи, ответственность за исполнение танцевальных номеров, умение эмоционально выражать творчество в движениях.

### **1.5. Формы аттестации планируемых результатов, их периодичность.**

Для определения результативности освоения программы разработаны следующие формы аттестации:

#### **1. Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:**

- журнал посещаемости;
- фото и видеосъемка;

#### **2. Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:**

- участие в утренниках и концертах в ДОУ;

## II. Комплекс организационно-педагогических условий

На занятиях применяются педагогические технологии:

- Игровые
- Здоровьесберегающие

Методы и приёмы:

- Наглядные
- Словесные
- Практические

Формы организации работы

- индивидуальная
- в парах
- групповая

### 2.1. Условия реализации программы

	Наименование издания	Издательство	Год
Ж.Е.Фирилева, Е.Г. Сайкина	«Са-Фи-Дансе» Танцевально-игровая гимнастика для детей	«Детство-пресс»	2003 г
О.Б.Казина	«Веселая физкультура для детей и их родителей»	Академия Холдинг Ярославль	2005 г

### 2.2. Условия реализации программы. Материально-техническое обеспечение:

1. Характеристика помещений.

Музыкальный зал оснащен: аудиоаппаратурой, фортепиано, фонотекой.

2. Учебно-методическое обеспечение:

- пособия и атрибуты,
- музыкальные игрушки и детские музыкальные инструменты,
- музыкально-дидактические игры,
- маски и костюмы.
- обручи, кегли, флажки, ленточки, платочки, мячи, веревочки.
- современным нотным материалом.

### 2.3. Календарный план

№	Число	Группа	Время проведения занятий	Форма занятий	Тема занятий
1			15.15 -15.35	Групповое	Вводное занятие «Давайте познакомимся». Танцевально-ритмическая гимнастика «Ручки, ручки»
2			15.15-15.35	Групповое	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса. Игрогимнастика «Левой, правой». Пальчиковая гимнастика.
3			15.15-15.35	Групповое	Поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс. Танцевально- ритмическая гимнастика «Ручки, ручки» Игропластика.
4			15.15-15.35	Групповое	Ориентация в пространстве. Игры по перемещению в пространстве.Танцевально-ритмическая гимнастика «Беготня» Креативная гимнастика.
5			15.15-15.35	Групповое	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп). Танцевально-ритмическая гимнастика «В траве сидел кузнечик». Пальчиковая гимнастика
6			15.15-15.35	Групповое	<b>Занятие-путешествие «приключение»</b>
7			15.15-15.35	Групповое	Основные танцевальные правила. Постановка корпуса. Развитие чувства ритма. Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч,).Танцевально-ритмическая гимнастика «В траве сидел кузнечик»
8			15.15-15.35	Групповое	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп). Танцевально-ритмическая гимнастика «Ручки, ручки». Пальчиковая гимнастика Развитие эластичности мышц. Игровые элементы. Игровой самомассаж. Игροгимнастика «Чижик-пыжик»

9			15.15-15.35	Групповое	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, воротца, змейка. Танцевально-ритмическая гимнастика «Ниточка с иголочкой». Пальчиковая гимнастика.
10			15.15-15.35	Групповое	<b>Занятие-путешествие «Путешествие на веселом паровозике»</b>
11			15.15-15.35	Групповое	Синхронность и координация движений. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки. Танцевально-ритмическая гимнастика «Песенка-зарядка». Игропластика.
12			15.15-15.35	Групповое	Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч). Танцевально-ритмическая гимнастика «Антошка». Пальчиковая гимнастика.
13			15.15-15.35	Групповое	Танцевально-ритмическая гимнастика «Дождя не боимся». Игродимнастика «Прыг-скок». Креативная гимнастика
14			15.15-15.35	Групповое	<b>Весенняя зарисовка «Весна-красна»</b>
15			15.15-15.35	Групповое	Общеразвивающие упражнения «Танцуй, танцуй» Игродимнастика «Большие и маленькие». Пальчиковая гимнастика.
16			15.15-15.35	Групповое	Простейшие танцевальные элементы в форме игры. Танцевально-ритмическая гимнастика «Дождя не боимся». Игровой самомассаж.



## 2.4. Оценочные материалы

### Карта диагностики уровня развития ребенка по программе «Са-Фи-Дансе»

Способом определения результативности реализации дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы «Са-Фи-Дансе» является диагностика.

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

**Метод диагностики:** наблюдение за детьми в процессе занятий в условиях выполнения обычных и специальных подобранных заданий.

**Ф.И. ребенка** \_\_\_\_\_

**Группа** \_\_\_\_\_

Параметры	Начало занятий	Конец занятий	Динамика роста развития
Ритмика			
Пластика			
Внимание			
Память			
Координация движений			
Эмоциональность			
Музыкальность			
Творческие проявления			

**Ритмика** – умение двигаться в такт, выполнять движения под музыку соответственно ее характеру, ритму, темпу.

**Пластика** – мягкость, плавность и музыкальность движений рук, тела, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные упражнения.

**Внимание** – способность не отвлекаться от музыки и процесса движения.

**Память** – способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти: музыкальная, двигательная, зрительная. Как правило, детям необходимо 6-8 повторений композиции вместе с педагогом для запоминания последовательности упражнений.

**Координация движений** – точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (в ходьбе, общеразвивающих и

танцевальных движениях); правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе.

**Эмоциональность** – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове.

**Музыкальность** – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений в музыке (в процессе самостоятельного исполнения – без показа педагога).

**Творческие проявления** – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений. Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка самим процессом движения под музыку. Степень выразительности, оригинальности также оценивается педагогом в процессе наблюдения.

В результате наблюдений и диагностики педагог может подсчитать средний суммарный балл для общего сравнения динамики и развития ребенка на протяжении определенного периода времени.

**В** - Высокий уровень

**С** - Средний уровень

**Н** - Низкий уровень

### Список литературы для педагогов

1. Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста», Москва, «Мозаика-Синтез», 2017г.
2. О.В.Козырева, «Лечебная физкультура для дошкольников», Москва, «Просвещение», 2003 г.
3. О.Н. Моргунова «Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ», Воронеж, 2005 г.
4. И.Е. Аверина «Физкультурные минутки и динамические паузы в ДОУ». Москва, 2005 г.

### Список литературы для детей

1. Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина «Са-Фи-Дансе»  
Танцевально-игровая гимнастика для детей, Санкт-Петербург,  
«Детство-пресс», 2003 г.
2. О.Б. Казина «Веселая физкультура для детей и их родителей»  
Ярославль, Академия Холдинг, 2005 г.