

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
детский сад общеразвивающего вида № 25
(МДОУ д/с общеразвивающего вида № 25)
301600, Россия, Тульская обл., Узловский р-он, г.Узловая, ул.Гагарина, д.27
Телефон (48731) 6-62-06

Согласована
с Советом родителей
председатель Совета родителей
_____ В.Ю.Норкина

Принята
Педагогическим советом
Протокол
от 30.08.2018 г. № 4

Утверждена
Приказом по МДОУ
д/с общеразвивающего вида № 25
30.08.2018 г. № 58-д
Заведующий _____ Е.А. Зверева

«ПОТАНЦУЙ & КО»

рабочая программа

по танцевально-ритмической деятельности

для детей старшего дошкольного возраста

муниципального дошкольного образовательного учреждения

детского сада общеразвивающего вида № 25

Автор:
Инструктор по физической культуре
Н.В. Антонова

Узловая 2018 г.

Содержание

1 Пояснительная записка.....	3
2 Актуальность программы.....	4
3 Возрастные особенности контингента воспитанников.....	5
4 Цели и задачи программы.....	6
5 Особенности реализации программы.....	9
9 Ожидаемые результаты.....	9
10 Список литературы.....	9

Пояснительная записка

Рабочая программа по танцевально-ритмической деятельности «Потанцуй&Ко» (далее Программа) является рабочей программой по развитию двигательных и физических способностей детей старшего дошкольного возраста посредством организации дополнительных занятий ритмикой и хореографией.

Программа разработана Антоновой Н.В., инструктором по физической культуре муниципального дошкольного образовательного учреждения детского сада общеразвивающего вида №25.

Нормативно-правовую базу Программы составляют:

- закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года № 273-ФЗ;
- Приказа Минобрнауки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»);
- ФЕДЕРАЛЬНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ УЧРЕЖДЕНИЯМ В ЧАСТИ ОХРАНЫ ЗДОРОВЬЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ И ВОСПИТАННИКОВ, УТВЕРЖДЕННЫЕ ПРИКАЗОМ МИНИСТЕРСТВА ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ ОТ 28 ДЕКАБРЯ 2010 Г. № 2106;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"»;
- Лицензия на осуществление образовательной деятельности от 23.11.2015;
- Устав муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада общеразвивающего вида №25, утвержденный приказом комитета образования администрации муниципального образования Узловский район от 20.07.2015 № 114-д;

Программа определяет содержание и организацию образовательного процесса в части дополнительного содержания, формируемого участниками образовательного процесса, организуемого с учетом потребностей детей и запросов родителей.

Актуальность программы

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.

В настоящее время существует много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных - это танцевально-ритмическая гимнастика.

Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях.

Эффективность - в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную систему человека.

Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

В этой связи актуальной становится проблема разработки программы с использованием нетрадиционных разнообразных форм, средств методов физического, эстетического и музыкального воспитания детей.

Возрастные особенности контингента воспитанников.

Содержание программы реализуется 2 года, начиная со старшего дошкольного возраста.

Возрастные особенности детей шестого года жизни.

Возраст 5— 7 лет характеризуется активизацией ростового процесса: изменяются пропорции тела, совершенствуются движения, двигательный опыт детей расширяется, активно развиваются двигательные способности, заметно улучшается координация и равновесие. У детей активно развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но все еще слабыми остаются мелкие мышцы, особенно кистей рук. Поэтому воспитатели уделяют особое внимание развитию мелкой моторики. Углубляются представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, о значении гигиенических, закаливания, занятий спортом, утренней гимнастики. Дети проявляют интерес к своему здоровью, приобретают сведения о своем организме и практические умения по уходу за ним.

Происходят большие изменения высшей нервной деятельности. В течение шестого года жизни совершенствуются основные нервные процессы — возбуждение и особенно торможение. Это благотворно сказывается на возможностях саморегуляции. Эмоциональные реакции в этом возрасте становятся более стабильными, уравновешенными. Дети активно обращаются к правилам при регулировании своих взаимоотношений со сверстниками, *формируются социальные представления морального плана.*

Но в целом способность к произвольной регуляции своей активности все еще выражена недостаточно и требует внимания взрослых.

Возрастные особенности детей седьмого года жизни.

Движения детей седьмого года жизни отличаются достаточной скоординированностью и точностью. Дети лучше ориентируются в пространстве, хорошо различают направление движения, скорость, смену темпа и ритма. Заметно увеличилось проявления волевых усилий при выполнении отдельных упражнений,

стремление добиться хорошего результата. Проявляются личные интересы мальчиков и девочек в выборе физических упражнений и подвижных игр.

Цели и задачи программы

Цель программы:

Формировать у детей физические и творческие способности через развитие музыкально-ритмических и танцевальных движений.

Задачи:

Образовательные:

- через образы дать возможность выразить собственное восприятие музыки;
- расширение музыкального кругозора, пополнение словарного запаса;
- умение отмечать в движении метр (сильную долю такта), простейший ритмический рисунок;
- тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность.

Развивающие:

- развитие координации, гибкости, пластичности, выразительности и точности движений;
- умение ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой;
- координация и укрепление опорно-двигательного аппарата;
- приобщение к совместному движению с педагогом.

Воспитательные:

- воспитание у детей интереса к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроения;
- психологическое раскрепощение ребенка;
- воспитание умения работать в паре, коллективе.

Принципы

индивидуализации (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);
систематичности (непрерывность и регулярность занятий);
наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);
повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

Методические приемы

Игровой метод. Основным методом обучения хореографии детей дошкольного возраста является *игра*, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста.

Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на занятии, а о том, чтобы пронизывать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

Наглядный метод – выразительный показ под счет, с музыкой.

Метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

Словесный метод. Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

Особенности реализации программы

В предлагаемой программе предусмотрены различные формы работы с детьми, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика.

В танцевально-ритмическую гимнастику входят:

«*Игроритмика*». Она является основной для развития чувства ритма и двигательных способностей детей. Это свободное, красивое и координационно правильное выполнение движения под музыку.

«*Игрогимнастика*» служит основой для освоения ребёнком различных видов движений. Это строевые, общеразвивающие, акробатические упражнения и дыхательная гимнастика, упражнение на расслабление мышц и укрепление осанки.

Раздел «*Игротанцы*» направлен на формирование у детей танцевальных движений через разучивание танцевальных шагов и элементов хореографических упражнений в народных, бальных и современных танцах.

Нетрадиционные виды упражнений

«*Игропластика*» основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости.

«Игровой стретчинг» - это специально подобранные упражнения на растяжку мышц, проводимые с детьми в игровой форме. Благодаря стретчингу увеличивается подвижность суставов, мышцы становятся более эластичными и гибкими, дольше сохраняют работоспособность. Стретчинг повышает общую двигательную активность.

Упражнения стретчинга направлены на формирование правильной осанки. Кроме этого развивается эластичность мышц, воспитывается выносливость и старательность.

«Пальчиковая гимнастика» предполагает развитие мелкой моторики и координации движений рук. Такие упражнения улучшают память, мышление и развивают фантазию.

Закаливанию и оздоровлению детского организма помогает «игровой самомассаж», с помощью которого у ребёнка развивается навык собственного оздоровления.

«Музыкально-подвижные игры». Здесь используются приёмы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования-все то, что требуется для достижения цели занятия.

«Игры-путешествия». Во время их проведения организуются все виды подвижной деятельности для закрепления умений и навыков, приобретённых ранее. Играя, ребята спланируют, реализуют свои мечты о путешествиях.

«Креативная гимнастика» предусматривает целенаправленную работу педагога по применению нестандартных упражнений и специальных заданий для развития фантазий, творческой инициативы, способностей, познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощенности.

СТРУКТУРА ЗАНЯТИЯ

Занятие состоит из подготовительной (вводной), основной и заключительной частей и начинается с поклона.

Вводную часть составляют упражнения и движения динамического характера, воздействующие на весь организм: ходьба, бег, прыжки. Затем следует основная часть, в которой реализуются задачи этапов обучения. Третья часть занятия — музыкально-ритмическая – наиболее динамична. Здесь включены танцевальные движения, творческие задания, танцевальные композиции, хороводы, задания на построение и перестроение. В этой части задания дети самостоятельно могут создавать музыкальные образы.

Упражнения распределяются с учетом возрастания физиологической нагрузки в основной части занятия: в подготовительной части объединяются упражнения простые по координации, малые по амплитуде и выполняемые в медленном умеренном темпе; постепенное увеличение этих параметров движения и темпа приводит к усилению нагрузки в основной части; в заключительной части нагрузка постепенно снижается.

Музыка на занятии доступна восприятию ребенка. Используются детские песни, песни из мультфильмов, эстрадные и классические произведения.

Музыкальные стили и темп на протяжении занятия меняются, но основной темп – умеренный.

В циклограмму совместной деятельности старшей и подготовительной групп введено по два занятия в неделю. Они проходят во второй половине дня в блоке совместной деятельности. Их продолжительность составляет:

-в старшей группе – не более 20 минут;

-в подготовительной группе – не более 25 минут.

Группа формируется из числа воспитанников соответствующих возрастных групп с учетом индивидуальных способностей и склонностей воспитанников и пожеланий родителей. Наполняемость групп:

-1-й год обучения (дети старшей группы) – не более 15 человек;

-2-й год обучения (дети подготовительной группы) – не более 15 человек.

Ожидаемые результаты

К концу срока реализации программы дети могут в движении выразить характер музыки, самостоятельно создать музыкальный образ, отличить в движении метр и простейший ритмический рисунок. У детей скоординированные, грациозные и выразительные движения; хорошо развиты гибкость, пластичность, выразительность и точность; умение выполнять движения совместно с педагогом. У детей выражен интерес к занятиям, они раскрепощены, умеют работать в паре и в коллективе, а так же понимают и исполняют ритмические движения в соответствии с характером музыки, знают и различают основные направления хореографического искусства – классический, балетный, современный танец.

Условия реализации программы.

Для реализации данной программы необходимы:

Оборудованный балетными станками и зеркалами физкультурный зал;

Наличие специальной танцевальной формы (чешки, футболка, юбка-для девочек, шорты-для мальчиков);

Наличие музыкального инструмента (пианино);

Концертмейстер (владение фортепиано для ритмического, классического и народного танцев);

Музыкальный материал для проведения занятий (нотный материал по ритмическому, классическому и народно-сценическому танцам);

Наличие аудиоаппаратуры с флеш-носителем;

Наличие музыкальной фонотеки;

Наличие танцевальных костюмов;

Наглядные пособия и методические разработки, специальная литература;

Наличие мультимедийной установки;

Наличие индивидуальных ковриков для игрового стретчинга.

Работа с родителями

Включает в себя:

Ознакомительное собрание в начале года (сентябрь);

Консультации ;

Открытые занятия (один раз в квартал);

Отчетный концерт (май).

Список литературы

- 1 Баринова М.А. Рабочая программа дополнительного образования по хореографии «Азбука танца».
- 2 Буренини А.И. Рабочая программа по хореографии «Ритмическая мозаика».
- 3 Зарецкая Н., Роот З. «Танцы в детском саду» Москва 2003.
- 4 Смелова О.А. Рабочая программа дополнительного образования по хореографии «Веселый каблучок».
- 5 Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Дополнительная образовательная программа «Танцевально - игровая гимнастика СА-ФИ-ДАНСЕ».