

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА КОГАЛЫМА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ «ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА» ГОРОДА КОГАЛЫМА

Принята на заседании
Методического совета
протокол № 6
от 19.05.2023г.



Утверждаю
Директор МАУ ДО «ДТТ»
Н.А. Михалик
Приказ от 19.05.2023г. № 225

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

физкультурно-спортивная направленность

стартовый уровень

«ЗВЁЗДОЧКА»

Возраст учащихся: 5 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Дедович Оксана Николаевна,
педагог дополнительного
образования

Содержание программы

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы «Звёздочка»	
1.1. Пояснительная записка	стр. 3
1.2. Цель и задачи программы	стр. 3
1.3. Содержание программы.	стр. 4
1.4. Планируемые результаты.	стр.5
2. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы «Звёздочка»	
2.1. Календарный учебный график	стр. 5
2.2. Условия реализации программы	стр.6
2.3. Формы аттестации	стр.6
2.4. Методические материалы	стр.7
3. Список литературы	стр.9

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы «Звёздочка».

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Звёздочка» разработана для оказания платных образовательных услуг.

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Уровень освоения: стартовый.

Вид деятельности – ритмика.

Актуальность программы определяется спросом родителей на раннее физическое, ритмическое и музыкальное развитие дошкольников. Дошкольник включен во все многообразие художественных видов деятельности. Он поет, танцует. Это создает возможность для проявления специальных способностей, в том числе музыкальных. Возможность выразить свои чувства в танце, внимательно слушая музыку, в огромной степени способствует эмоциональному, духовному, физическому развитию дошкольника.

Адресатом программы являются дошкольники в возрасте от 5 лет без ОВЗ.

Объём программы – 56 учебных часов.

Форма обучения – очная. В рамках реализации программы в период временных ограничений, связанных с эпидемиологической или климатической ситуацией занятия, могут быть организованы в дистанционном режиме.

Форма организации образовательной деятельности – групповая. Максимальное количество учащихся в одной группе – 15 детей, минимальное – 10 детей.

Виды занятий: собственно обучающие, общеразвивающие, воспитательные.

1. Собственно обучающие занятия – это занятия по передаче знаний, по осмыслению знаний и их закреплению, по формированию умений и применению знаний на практике, по обобщению и систематизации знаний. Формы занятий: учебно-практические занятия, тренировочные занятия (отработка умений и навыков), теоретические занятия.

2. Воспитательные занятия – это занятия по формированию положительного психологического климата в детском коллективе, не всегда связаны с учебной дисциплиной. Формы занятий: конкурсы, посвящения, праздники и т.д.

3. Общеразвивающие занятия – это занятия по формированию и развитию личностных качеств ребёнка. Формы занятий: экскурсии, концерты, коллективные дела.

Срок освоения программы - 1 год. Продолжительность одного учебного года – 7 месяцев.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 академическому часу. Продолжительность одного занятия 25 минут. Недельная нагрузка на 1 группу учащихся – 2 часа.

1.2. Цель и задачи программы.

Цель программы: создание условий для раскрытия индивидуальных возможностей и творческих способностей ребёнка в процессе занятий ритмикой.

Задачи программы:

- 1) обучить танцевальным элементам;
- 2) формировать навыки правильного и выразительного движения;
- 3) развивать общую физическую подготовку (силу, выносливость, ловкость, координацию движения);
- 4) развивать танцевальные данные (выворотность, гибкость, прыжок, шаг, устойчивость),
- 5) развивать ритмичность, музыкальность, артистичность и эмоциональную выразительность;
- 6) воспитывать трудолюбие, умения общаться в коллективе.

1.3. Содержание программы.

Учебный план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие: организационные вопросы, инструктаж по технике безопасности	1	1		Тестирование
2.	Элементы хореографии	7	1	6	Опрос. Зачётные
3.	Образно-игровые упражнения	5		5	Зачётные упражнения.
4.	Строевые упражнения	4	0,5	3,5	Опрос. Зачётные
5.	Танцевально-ритмическая гимнастика	6	1	5	Опрос. Зачётные упражнения
6.	Игропластика	6	1	5	Опрос. Зачётные
7.	Музыкально-подвижные игры	5	-	5	Зачётные упражнения.
8.	Дыхательная гимнастика	3	0,5	2,5	Опрос. Зачётные упражнения
9.	Пальчиковая гимнастика	2	-	2	Зачётные упражнения
10.	Игровой самомассаж	4	-	4	Зачётные упражнения
11.	Игроритмика	6	-	6	Зачётные упражнения
12.	Креативная гимнастика	6		6	Зачётные упражнения
	Итоговое занятие	1	-		Зачетное выступление. Концертно-исполнительская
	Всего	56 ч.	5	51	

Содержание учебного плана

Тема 1. Вводное занятие.

Теория: организационные вопросы, инструктаж по технике безопасности Правила внутреннего распорядка в кружке, решение организационных вопросов, расписание занятий, техника безопасности на занятии, в «ДДТ», спортивная форма.

Тема 2. Элементы хореографии.

Теория: танцевальные позиции ног: I.П.П; танцевальные позиции рук (подг., I.П.П); выставление ноги на носок, пятку в разных направлениях; полуприседы; комбинации хореографических упражнений.

Практика: «Балет», «Рисуем солнышко на песке», «Цветочек», «Лебеди», «Совы», «Ветер и деревья», «Пружинка», поклон «Приветствие».

Тема 3. Образно-игровые упражнения.

Практика: «Медведи и медвежата», «Пингвины», «Раки» (спиной назад), «Гуси и гусеницы», «Слоны», «Бежим по горячему песку» (острый бег), «Зайцы», «Белки» (прыжки и поскоки), «Лягушата», «Лошадки» (прямой галоп) Тема 4. Строевые упражнения.

Теория: Построение в шеренгу и в колонну; перестроение в круг; бег по кругу и по ориентирам «змейкой»; перестроение из одной шеренги в несколько; перестроение «расческа».

Практика: «Солдаты», «Матрешки на полке», «Звери в клетках», «Хоровод», «Хитрая

лиса»,

«У каждого свой домик», «Поздороваемся», «Поменяемся местами». Тема 5. Танцевально - ритмическая гимнастика.

Теория: : Показ образно-танцевальные композиции;

Практика: «Чебурашка», «Я на солнышке лежу», «Петрушки», «Куклы».

Тема 6. Игропластика.

Теория: Показ упражнения группировка в положении лежа и сидя; перекаты вперед-назад;

Практика: «Камушки», «Кочки», «Улитка», «Побежали пальчики», «Яблочко», «Бревнышко», «Бабочка». «Верблюд», «Корзинка», «Змея», «Пантеры», «Рыбка», «Бегемоты».

Тема 7. Музыкально-подвижные игры.

Практика: Игры на определение динамики музыкального произведения; игры для развития ритма и музыкального слуха; подвижные игры; игры-превращения; «Карлики и великаны», «Круг, колонна, шеренга», «Автомобили», «Воробы и журавли», «Поздороваемся», «Собачка в конуре», «Ракета»; «Соседи»; «Шапочка» .

Тема 8. Дыхательная гимнастика.

Теория: показ упражнений способствующие формированию различных типов дыхания;

Практика: «Ветер»; «Воздушный шар»; «Насос»; «Подышите одной ноздрей»; «Паровоз»; «Гуси шипят»; «Волны шипят»; «Нырание»; «Подуем».

Тема 9. Пальчиковая гимнастика.

Практика: «Мыртышки»; «Бабушка кисель варила»; «Жук»; «Паучок»; «Чашка»; «Червячок». Тема 10. Игровой самомассаж.

Практика: «Лепим лицо»; «Упругий живот»; «Ушки»; «Ладочки»; «Красивые руки»; «Быстрые ноги».

Тема 11. Игроритмика.

Практика: «Хлопушки», «Гопотушки», «Лошадки бьют копытом», «Ловим комаров», «Пушистые снежинки».

Тема 12. Креативная гимнастика.

Практика: «Море волнуется раз»; «Зеркало»; «Угадай кто я»; «Раз, два, три замри», «Ледяные фигуры».

Тема 13. Итоговое занятие.

Формы аттестации/контроля: Зачетное выступление. Концертно-исполнительская деятельность.

1.4. Планируемые результаты.

В результате реализации данной образовательной программы

Учащиеся будут знать: взаимосвязь движения, ритма и музыки; название основных музыкально-ритмических движений и их элементов; правила гигиены тела, тренировочной одежды; терминологию партерного экзерсиса; правила сценического поведения.

Учащиеся будут уметь: понимать и различать музыкальные размеры и ритмы; определять и использовать основные рисунки, направления в движении; исполнять этюды, танцевальные композиции и танцы; исполнять упражнения партерного экзерсиса; красиво и правильно исполнять двигательные элементы; быстро и чётко реагировать на замечания педагога; координировать движения.

2. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы «Звёздочка»

2.1. Календарный учебный график

Начало учебного года 1 октября, окончание учебного года – 30 апреля. Продолжительность учебного года – 30 недель. Не рабочие дни: 4 ноября, 1-8 января, 23 февраля, 8 марта.

Октябрь		Ноябрь		Декабрь		Январь		Февраль		Март		Апрель	
01	2	05	2	03	2	14	2	04	2	04	2	01	2
08	2	12	2	10	2	21	2	11	2	11	2	08	2
15	2	19	2	17	2	28	2	18	2	18	2	15	2
22	2	26	2	24	2			25	2	25	2	22	2
												29	2
8 часов		8 часов		8 часов		6 часов		8 часов		8 часов		10 часов	
56 часов													

2.2. Условия реализации программы

Материально-технические условия реализации программы:

1. Зал для занятий хореографией.

2. Оборудование хореографического зала: фортепиано -1шт., стул - 1шт., стул для педагога -1 шт, музыкальный центр- 1шт.

3. Средства обучения:

	Количество штук на 1 группу	% использования от продолжительности программы
1. Мяч большой	15	100
2. Мяч маленький	15	100
3. Скакалки	15	100
4. Волшебный мешочек	1	100
5. Флажок	1	100

Психолого-педагогические условия реализации программы:

уважение к человеческому достоинству учащихся, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;

использование в образовательной деятельности форм и методов работы с учащимися, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям;

построение образовательной деятельности на основе взаимодействия педагога с учащимися, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;

поддержка положительного, доброжелательного отношения учащихся друг к другу и взаимодействия учащихся друг с другом в разных видах деятельности;

поддержка инициативы и самостоятельности учащихся;

возможность выбора учащимися видов активности;

защита учащихся от всех форм физического и психического насилия.

Кадровые условия: все три модуля программы реализует педагог дополнительного образования первой квалификационной категории, имеющий среднее профессиональное образование по специальности «Педагог-хореограф».

Финансовые условия реализации программы:

Прием на обучение по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе осуществляется на основании договора об оказании платных образовательных услуг.

2.3. Формы аттестации

Виды контроля:

Вводный контроль	Изучение стартового уровня знаний, умений и навыков по выбранной дисциплине, уровня мотивации к занятию творчеством.
Текущий контроль	Изучение уровня освоения тем образовательной программы.
Итоговый контроль	Изучение уровня освоения образовательной программы за весь период обучения
Промежуточная аттестация	Оценка качества освоения образовательной программы по итогам полугодия и учебного года.

Формы контроля:

Проверка теоретических знаний	Тестирование, устный опрос.
Проверка практической подготовки	Концертное выступление, зачёт

Вид контроля	Время проведения	Цель проведения контроля	Формы и средства выявления результата	Формы фиксации и предъявления результата
Стартовая диагностика	Сентябрь	Стартовый уровень знаний оценка исходного уровня знаний в начале учебного года.	Тестирование. Анкетирование.	Концертно-исполнительская деятельность.
Текущий контроль	проводится после каждой темы	оценка усвоения учащимися содержания конкретной программы (темы, раздела и т.д.) в период обучения.	Опрос. Зачётные упражнения.	Концертно-исполнительская деятельность.
Промежуточная аттестация	Декабрь	оценка качества усвоения учащимися содержания конкретной программы по итогам полугода.	Опрос. Зачётные упражнения.	Концертно-исполнительская деятельность.
Итоговый контроль	Апрель	оценка уровня достижений учащихся, заявленных в образовательных программах, по окончании всего курса образовательной программы.	Тестирование. Анкетирование.	Итоговое занятие.

При реализации программы с применением дистанционных образовательных технологий для проведения промежуточной аттестации и текущего контроля качества результатов освоения образовательной программы могут применяться формы добровольной самодиагностики приобретаемых знаний и компетенций, выполнение исследовательских, проектных или творческих работ, участие в конкурсах.

2.5. Методические материалы

Программа строится на применении игровых технологий, личностно-ориентированных технологий, педагогике сотрудничества детей и педагога.

Игровые технологии. Игра активизирует деятельность учащихся, способствует улучшению позиции ребёнка в коллективе и созданию доверительных отношений между детьми. Через игру педагог постепенно увлекает ребёнка в мир искусства и, тем самым, формирует его мотивацию. Развивающие игры способствуют развитию внимания, памяти, мышления, умению сравнивать, сопоставлять, находить аналогии; будят воображение и фантазию. В игре ребёнок учится самостоятельности, приобщается к нормам и ценностям общества.

Личностно-ориентированные технологии позволяют видеть в ребёнке уникальную личность, уважать её, понимать, принимать, верить в неё; создавать личности «ситуацию успеха», атмосферу одобрения, поддержки и доброжелательности; предоставлять возможность и помощь детям в самореализации, в положительной деятельности.

Педагогика сотрудничества детей и педагога позволяет организовать совместную развивающую деятельность, скреплённую взаимопониманием, проникновением в мир друг друга, совместным анализом хода и результатов деятельности.

Методы обучения:

Метод танцевального показа – это такой способ обучения, при котором педагог демонстрирует танцевальную композицию или элементы и анализирует их.

Метод устного изложения учебного материала – с его помощью педагог сообщает детям знания об истории и современном состоянии хореографии. ритмики Рассказывает об отдельных танцах и танцевальной музыке. Показывая и разъясняя, те или иные танцевальные композиции педагог помогает ребенку понять характер ритмической, танцевальной лексики и особенности танцевальной музыки.

Методы танцевально-практических действий.

Методы познавательной деятельности детей: иллюстративно-объяснительный метод, репродуктивный метод.

Педагогические игры – метод с использованием игровых приёмов и ситуаций.

Метод внушения, то есть способ воздействия, при котором педагог стремится передать ребенку своё отношение к определённому материалу – танцевальной лексике, музыке, характеру исполнения движения, чувству ритма и т. п., а также своё (или других) мнение, настроение, оценку.

Метод убеждения – это способ воздействия, с помощью которого педагог обоснованно доказывает ребенку определённые положения, эстетические представления и оценки. Метод убеждения адресуется к разуму дошкольника.

Тема программы	Формы занятий	Педтехнологии	Приёмы и методы	Дидактический материал
Вводное занятие: организационные вопросы, инструктаж по технике безопасности	игры на знакомство и сплочение коллектива.	Игровые технологии. Здоровье сберегающие технологии.	словесный, наглядный	Дидактические игры и упражнения
Элементы хореографии	Занятие-игра	Игровые технологии. Здоровье сберегающие технологии. Развивающие технологии	словесный, наглядный	игры и упражнения.
Образно-игровые упражнения	Занятие-игра	Игровые технологии. Здоровье сберегающие технологии.	словесный, наглядный	игры и упражнения.
Строевые упражнения.	Занятие-игра	Игровые технологии. Здоровье сберегающие технологии.	словесный, наглядный	игры и упражнения.
Танцевально-ритмическая гимнастика	Занятие-игра	Игровые технологии. Здоровье сберегающие технологии. Развивающие технологии	словесный, наглядный	игры и упражнения.
Игропластика.	Занятие-игра	Игровые технологии. Здоровье сберегающие технологии. Развивающие технологии	словесный, наглядный	игры и упражнения.
Музыкально-подвижные игры	Занятие-игра	Игровые технологии. Здоровье сберегающие технологии. Развивающие технологии	словесный, наглядный	игры и упражнения.

Дыхательная гимнастика	Занятие-игра	Игровые технологии. Здоровье сберегающие технологии. Развивающие технологии	словесный, наглядный	игры и упражнения.
Пальчиковая гимнастика	Занятие-игра	Игровые технологии. Здоровье сберегающие технологии. Развивающие технологии	словесный, наглядный	игры и упражнения.
Игровой самомассаж	Занятие-игра	Игровые технологии. Здоровье сберегающие технологии. Развивающие технологии	словесный, наглядный	игры и упражнения.
Игроритмика.	Занятие-игра	Игровые технологии. Здоровье сберегающие технологии. Развивающие технологии	словесный, наглядный	игры и упражнения.
Креативная гимнастика	Занятие-игра	Игровые технологии. Здоровье сберегающие технологии. Развивающие технологии	словесный, наглядный	игры и упражнения.
Итоговое занятие	Открытое занятие			Зачетное выступление. Концертно-исполнительска

3. Список литературы

Нормативно-правовые документы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании Российской Федерации».
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Постановление Главного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.№:48-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
4. Постановление Главного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

Литература для педагога:

1. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Минобрнауки г. Москва, АНО ДПО «Открытое образование», 2015 г.);
2. Рекомендации Министерства просвещения России по реализации внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий (письмо Минпросвещения России от 76 мая 2020г. №ВБ-976/04).
3. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.
4. Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967. – 203 с.

5. Волошина Л.Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников. Учебно–методическое пособие. –М.: Аркти, 2005. – 108 с.
6. Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003,2006. – 72 с.
7. Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ. Основные виды, сценарии занятий. –М.: 5 за знания, 2007.- 112 с.
8. Давыдова М.А. Музыкальное воспитание в детском саду. – М.: Вако, 2006. -240 с.
9. Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с.
10. Ефименко Н.Н. Физкультурные сказки или как подарить детям радость движения, познания, постижения. – Харьков: Ранок.Веста. 2005 – 64 с.
11. Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей.– СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.
12. Латохина Л., Андрус Т. Творим здоровье души и тела. –СПб.: Пионер, 2000. – 336 с.
13. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. –
14. Ярославль: Академия развития, 2000. -112 с.
15. авчук О. Школа танцев для детей -Спб.: Ленинградское издательство, 2009.-224с.
16. Сауко Т.Н, Буренина А.И. Топ-хлоп, малыши: программа музыкально–ритмического воспитания детей 2-3 лет. – СПб., 2001.-120 с.
17. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006. - 272 с.
18. Суворова Т.И. Танцуй, малыш!. – СПб.:Музыкальная палитра, 2006. – 44с.
19. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006.

Литература для учащихся

Музыкальный материал:

1. А. Петров. Песенка о дружбе. Маршируем.
2. П. Чайковский. Соч. 40 № 2, Грустная песенка.
3. П. Ломовой «Ускорь и замедляй»
4. П. Чайковский «Щелкунчик». Трепак.
5. М. Мусорский. Гопак из оперы «Сорочинская ярмарка». Пружинки.
6. И. Дунаевский. Песня о Родине.
7. Ю. Богословский. Марш.
8. Обработка Н. Римского Корсакова, «Заплетись, плетень» русская народная мелодия.
9. Н. Любарский. Игра.
10. П. Чайковский. Марш из балета «Лебединое озеро».
11. Ф. Шуберт. Вальс,
12. В. Белого. Тачанка,
13. П. Чайковский. Танец феи Драже из балета «Щелкунчик»,
14. Д. Шостакович. «Хороший день»
15. П.Чайковский. «Январь»,
16. Л. Бетховен. «Багатель»,
17. Н. Раков. Полька.
18. Д. Шостакович Гавот.
19. Л. Бетховин Вариации,
20. П.Чайковский Мазурка из «детского альбома».
21. Музыкальные игры: «Звери и птицы», «После дождя», «Запомни музыку

