

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 8
Приморского района Санкт - Петербурга**

*Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 8
Приморского района Санкт - Петербурга*

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение детский сад № 8
Приморского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТА

*На заседании Педагогического Совета
ГБДОУ детский сад № 8
Приморского района Санкт – Петербурга
Протокол № 1 от 31 августа 2017 года*

УТВЕРЖДЕНА

*Заведующий ГБДОУ детский сад № 8
Приморского района Санкт – Петербурга
Рожковская С.В.
Приказ № 61-д от 31 августа 2017 года*

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ
«Ритмопластика»
на 2017-2018 учебный год**

Возраст детей:

Возраст детей: от 4 до 5 лет

Педагог дополнительного образования

Платонова О.А.

**Санкт – Петербург
2017**

~ 1 ~

~ 1 ~

Структура учебного плана:

- *Пояснительная записка*
- *Цели*
- *Задачи*
- *Условия реализации образовательной программы*
- *Описание форм и методов проведения занятий*
- *Учебно-тематический план*
- *Содержание программы*
- *Ожидаемые результаты*
- *Критерии и формы оценки качества знаний*
- *Материальное и методическое обеспечение программы*
- *Список литературы*
- *Приложения*

Пояснительная записка.

Рабочая программа разработана в соответствии с Федеральным Законом «Об образовании в Российской Федерации» №273 – ФЗ от 29 декабря 2012 года, Постановлением Правительства РФ от 15.08.2013 № 706 «Об утверждении правил оказания платных образовательных услуг», Уставом Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 8 Приморского района Санкт-Петербурга.

Программа составлена с учетом социального заказа на дополнительные платные образовательные услуги. Занятия дополнительного платного образования направлено на реализацию задач общего развития воспитанников, развития интеллектуально-познавательной сферы дошкольников.

Занятия в значительной мере сохраняют и развивают его интерес к познанию в условиях образовательного процесса. Позволяют ребенку осознать себя, свои возможности, научиться общаться и сотрудничать со сверстниками и взрослыми.

Порядок оказания платных образовательных услуг:

- 1. Организация образовательного процесса регламентируется графиком проведения занятий в порядке оказания платных образовательных услуг в 2017/2018 учебном году, которые разрабатываются и утверждаются образовательным учреждением.*
- 2. Режим оказания платных образовательных услуг устанавливается в соответствии с Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 189 «Об утверждении СанПин 2.4.2.2821-10*

Целью данной программы является содействие всестороннему развитию личности дошкольника посредством танцевально-игровой гимнастики «Ритмопластика», а также развитие личности ребенка через движение, оздоровление организма, умственное и физическое развитие, выработка позитивного отношения к занятиям, улучшение эмоционального состояния в целом.

*Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 8
Приморского района Санкт - Петербурга*

Для достижения данной цели формируются следующие задачи:

- ✓ *формировать музыкально-ритмические навыки*
- ✓ *научить основам хореографии*
- ✓ *способствовать развитию и укреплению организма: сердечно – сосудистой, дыхательной систем и опорно – двигательного аппарата*
- ✓ *способствовать формированию правильной осанки*
- ✓ *содействовать профилактике искривления позвоночника и плоскостопия*
- ✓ *развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно– силовые и координационные способности*
- ✓ *развивать способность через движения эмоционально выражать образы своего настроения и чувства*
- ✓ *способствовать развитию психических процессов: внимания, памяти, творческого воображения и фантазии*
- ✓ *воспитывать уверенность в себе, своих возможностях, уважение к своим товарищам, умение оказать помощь другу*
- ✓ *выработать в ребенке потребность в систематических физкультурных игровых занятиях*
- ✓ *приобщить ребенка к здоровому образу жизни и гармонии тела.*

***Отличительной особенностью** данной программы является то, что она модифицирована. Все изменения обусловлены адаптацией программы «СА – ФИ – ДАНСЕ» к условиям дополнительного образования в дошкольном учреждении. Отличительной чертой программы является дифференцированный подход к различным возрастным группам.*

Условия реализации программы

***Возраст детей** участвующих в реализации данной программы 4 – 5 лет.*

***Срок реализации** программы – 01 октября 2017 года- 30 апреля 2018 года*

1 час (не более 20 минут) в неделю, 28 часов в год.

Описание форм и методов проведения занятий.

*Ведущей формой организации обучения является **групповая**, но с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей. Наряду с групповой формой работы, осуществляется индивидуализация процесса обучения и применение дифференцированного подхода к детям, так как в связи с их индивидуальными способностями, результативность в усвоении программного материала может быть различной. Целостный процесс обучения гимнастическим упражнениям и танцам условно делится на 3 этапа:*

Режим занятий.

Занятия проводятся с группами детей 1 раз в неделю.

Время занятий для детей 4-5 лет не более 20 минут.

Наполняемость группы до 15 человек.

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 8
Приморского района Санкт - Петербурга**

Учебно-тематический план для детей 4-5 лет.

№	Месяц	Тема занятий	Часы	Примечания
1	Октябрь	Путешествие в лес (Разучивание программного материала) игроритмика, игрогимнастика, игротанцы, танцевально-ритмическая гимнастика, игропластика, музыкально-подвижная игра)	4	1 час- начальное разучивание материала 2 часа- углубленное разучивание от 2х часов –закрепление и совершенствование
2	Ноябрь	Веселая компания (Разучивание программного материала) игроритмика, игрогимнастика, игротанцы, танцевально-ритмическая гимнастика, игропластика, музыкально-подвижная игра). Музыкально-подвижная игра «Ниточка, иголочка»	4	1 час- начальное разучивание материала 2 часа- углубленное разучивание от 2х часов –закрепление и совершенствование
3	Декабрь	Зимние забавы (Разучивание программного материала- игроритмика, игрогимнастика, игротанцы, танцевально-ритмическая гимнастика, игропластика, музыкально-подвижная игра)	4	1 час- начальное разучивание материала 2 часа- углубленное разучивание от 2х часов –закрепление и совершенствование
4	Январь	Зимний сон (Разучивание программного материала- игроритмика, игрогимнастика, игротанцы, танцевально-ритмическая гимнастика, игропластика, музыкально-подвижная игра)	4	1 час- начальное разучивание материала 2 часа- углубленное разучивание от 2х часов –закрепление и совершенствование
5	Февраль	Страна игрушек (Разучивание программного материала) игроритмика, игрогимнастика, игротанцы, танцевально-ритмическая гимнастика, игропластика, музыкально-подвижная игра)	4	1 час- начальное разучивание материала 2 часа- углубленное разучивание от 2х часов –закрепление и совершенствование
6	Март	Веселые ребята (Разучивание программного материала) игроритмика, игрогимнастика, игротанцы, танцевально-ритмическая гимнастика, игропластика, музыкально-подвижная игра)	4	1 час- начальное разучивание материала 2 часа- углубленное разучивание от 2х часов –закрепление и совершенствование
7	Апрель	Праздник танца (Повторение программного материала) игроритмика, игрогимнастика, игротанцы, танцевально-ритмическая гимнастика, игропластика, музыкально-подвижная игра)	4	Повторение изученного материала
		Итого часов	32	

*Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 8
Приморского района Санкт - Петербурга*
Содержание программы
для детей 4-5 лет

Тема: Путешествие в лес

1 занятие	<p>Программное содержание: теория и практика. <i>Этап начального разучивания. Игроритмика: хлопки в такт музыке. Игрогимнастика: ОРУ «Солдатики». Игротанцы : поклон, «Веселое путешествие». Танцевально-ритмическая гимнастика «Мишка». Игропластика «Солнечный зайчик». Музыкально-подвижная игра «Линия, круг».</i> Оборудование: гимнастические коврики.</p>
2 занятие	<p>Программное содержание: теория и практика. <i>Этап углубленного разучивания (исполнения по показу). Игроритмика: хлопки в такт музыке. Игрогимнастика: ОРУ «Солдатики». Игротанцы: поклон, «Веселое путешествие». Танцевально-ритмическая гимнастика «Мишка». Игропластика «Солнечный зайчик». Музыкально-подвижная игра «Линия, круг»</i> Оборудование: гимнастические коврики.</p>
3 занятие	<p>Программное содержание: теория и практика. <i>Этап закрепления (исполнения по показу). Игроритмика: хлопки в такт музыке. Игрогимнастика: ОРУ «Солдатики». Игротанцы : поклон, «Веселое путешествие». Танцевально-ритмическая гимнастика «Мишка». Игропластика «Солнечный зайчик». Музыкально-подвижная игра «Линия, круг».</i> Оборудование: гимнастические коврики.</p>
4 занятие	<p>Программное содержание: теория и практика. <i>Этап исполнения по памяти (с эмоциональной отдачей). Игроритмика: хлопки в такт музыке. Игрогимнастика: ОРУ «Солдатики». Игротанцы : поклон, «Веселое путешествие». Танцевально-ритмическая гимнастика «Мишка». Игропластика «Солнечный зайчик». Музыкально-подвижная игра «Линия, круг»</i> Оборудование: гимнастические коврики.</p>

Тема: **Веселая компания**

<p>1 занятие</p>	<p>Программное содержание: теория и практика. Этап начального разучивания. Игроритмика: ходьба сидя. Игrogимнастика: ОРУ с султанчиками «Улитка». Игротанцы : плие, «Кузнечик». Танцевально-ритмическая гимнастика «Большой олень». Игропластика «Дерево». Музыкально-подвижная игра «Ниточка, иголочка» Оборудование: гимнастические скамейки, султанчики по количеству детей, погремушки, гимнастический бум, 2 больших тоннеля.</p>
<p>2 занятие</p>	<p>Программное содержание: теория и практика. Этап углубленного разучивания (исполнения по показу). Игроритмика: ходьба сидя. Игrogимнастика: ОРУ с султанчиками «Улитка». Игротанцы : плие, «Кузнечик». Танцевально-ритмическая гимнастика «Большой олень». Игропластика «Дерево». Музыкально-подвижная игра «Ниточка, иголочка». Оборудование: гимнастические скамейки, султанчики по количеству детей, погремушки, гимнастический бум, 2 больших тоннеля.</p>
<p>3 занятие</p>	<p>Программное содержание: теория и практика. Этап закрепления (исполнения по показу). Игроритмика: ходьба сидя. Игrogимнастика: ОРУ с султанчиками «Улитка». Игротанцы : плие, «Кузнечик». Танцевально-ритмическая гимнастика «Большой олень». Игропластика «Дерево». Музыкально-подвижная игра «Ниточка, иголочка». Оборудование: гимнастические скамейки, султанчики по количеству детей, погремушки, гимнастический бум, 2 больших тоннеля.</p>
<p>4 занятие</p>	<p>Программное содержание: теория и практика. Этап исполнения по памяти (с эмоциональной отдачей). Игроритмика: ходьба сидя. Игrogимнастика: ОРУ с султанчиками «Улитка». Игротанцы : плие, «Кузнечик». Танцевально-ритмическая гимнастика «Большой олень». Игропластика «Дерево». Музыкально-подвижная игра «Ниточка, иголочка». Оборудование: гимнастические скамейки, султанчики по количеству детей, погремушки, гимнастический бум, 2 больших тоннеля.</p>

Тема: Зимние забавы.

<p>1 занятие</p>	<p>Программное содержание: теория и практика. Этап начального разучивания. Игроритмика: с погремушками. Игрогимнастика: приставной шаг в сторону, ОРУ с лентами «Снежинки». Игротанцы : «Танец сидя». Танцевально-ритмическая гимнастика «Чебурашка». Игропластика «Ежик» Музыкально-подвижная игра «Волк и поросята». Оборудование: гимнастические скамейки, ленточки по количеству детей, погремушки, мешочки с песком, 1 большой тоннель.</p>
<p>2 занятие</p>	<p>Программное содержание: теория и практика. Этап углубленного разучивания (исполнения по показу). Игроритмика: с погремушками. Игрогимнастика: приставной шаг в сторону, ОРУ с лентами «Снежинки». Игротанцы : «Танец сидя». Танцевально-ритмическая гимнастика «Чебурашка». Игропластика «Ежик». Музыкально-подвижная игра «Волк и поросята». Оборудование: гимнастические скамейки, ленточки по количеству детей, погремушки, мешочки с песком, 1 большой тоннель.</p>
<p>3 занятие</p>	<p>Программное содержание: теория и практика. Этап закрепления (исполнения по показу). Игроритмика: с погремушками. Игрогимнастика: приставной шаг в сторону, ОРУ с лентами «Снежинки». Игротанцы : «Танец сидя». Танцевально-ритмическая гимнастика «Чебурашка». Игропластика «Ежик». Музыкально-подвижная игра «Волк и поросята». Оборудование: гимнастические скамейки, ленточки по количеству детей, погремушки, мешочки с песком, 1 большой тоннель</p>
<p>4 занятие</p>	<p>Программное содержание: теория и практика. Этап исполнения по памяти (с эмоциональной отдачей). Игроритмика: с погремушками. Игрогимнастика: приставной шаг в сторону, ОРУ с лентами «Снежинки». Игротанцы : «Танец сидя». Танцевально-ритмическая гимнастика «Чебурашка». Игропластика «Ежик». Музыкально-подвижная игра «Волк и поросята». Оборудование: гимнастические скамейки, ленточки по количеству детей, погремушки, мешочки с песком, 1 большой тоннель.</p>

Тема: *Зимний сон*

<p><i>1 занятие</i></p>	<p>Программное содержание: теория и практика. Этап начального разучивания. Игроритмика: шаги в такт музыке «Лошадки». Игрогимнастика: ОРУ с мячом «Белка». Игротанцы : основные позиции рук «Кукла», «Если весело живется». Танцевально-ритмическая гимнастика «Хоровод». Игропластика «Море». Музыкально-подвижная игра «Автомобили». Оборудование: мячи по количеству детей, пуфики по количеству детей, светофор, гимнастические коврики по количеству детей.</p>
<p><i>2 занятие</i></p>	<p>Программное содержание: теория и практика. Этап углубленного разучивания (исполнения по показу). Игроритмика: шаги в такт музыке «Лошадки». Игрогимнастика: ОРУ с мячом «Белка». Игротанцы : основные позиции рук «Кукла», «Если весело живется». Танцевально-ритмическая гимнастика «Хоровод». Игропластика «Море». Музыкально-подвижная игра «Автомобили». Оборудование: мячи по количеству детей, пуфики по количеству детей, светофор, гимнастические коврики по количеству детей.</p>
<p><i>3 занятие</i></p>	<p>Программное содержание: теория и практика. Этап закрепления (исполнения по показу). Игроритмика: шаги в такт музыке «Лошадки». Игрогимнастика: ОРУ с мячом «Белка» Игротанцы : основные позиции рук «Кукла», «Если весело живется». Танцевально-ритмическая гимнастика «Хоровод». Игропластика «Море». Музыкально-подвижная игра «Автомобили». Оборудование: мячи по количеству детей, пуфики по количеству детей, светофор, гимнастические коврики по количеству детей. Оборудование: гимнастические скамейки, султанчики по количеству детей, погремушки, гимнастический бум, 2 больших тоннеля.</p>
<p><i>4 занятие</i></p>	<p>Программное содержание: теория и практика. Этап исполнения по памяти (с эмоциональной отдачей). Игроритмика: шаги в такт музыке «Лошадки». Игрогимнастика: ОРУ с мячом «Белка». Игротанцы : основные позиции рук «Кукла», «Если весело живется». Танцевально-ритмическая гимнастика «Хоровод». Игропластика «Море». Музыкально-подвижная игра «Автомобили». Оборудование: мячи по количеству детей, пуфики по количеству детей, светофор, гимнастические коврики по количеству детей.</p>

Тема: Страна игрушек

<p>1 занятие</p>	<p>Программное содержание: теория и практика. Этап начального разучивания. Игроритмика: «Кукла». Игрогимнастика: ОРУ с обручами. Игротанцы: «Танец утят». Танцевально-ритмическая гимнастика «На крутом бережку». Игропластика «Котята и щенята». Музыкально-подвижная игра «Совушка». Оборудование: обручи по количеству детей, бубен.</p>
<p>2 занятие</p>	<p>Программное содержание: теория и практика. Этап углубленного разучивания (исполнения по показу). Игроритмика: «Кукла». Игрогимнастика: ОРУ с обручами. Игротанцы : , «Танец утят». Танцевально-ритмическая гимнастика «На крутом бережку». Игропластика «Котята и щенята». Музыкально-подвижная игра «Совушка». Оборудование: обручи по количеству детей, бубен.</p>
<p>3 занятие</p>	<p>Программное содержание: теория и практика. Этап закрепления (исполнения по показу). Игроритмика: «Кукла». Игрогимнастика: ОРУ с обручами. Игротанцы : «Танец утят». Танцевально-ритмическая гимнастика «На крутом бережку». Игропластика «Котята и щенята». Музыкально-подвижная игра «Совушка». Оборудование: обручи по количеству детей, бубен.</p>
<p>4 занятие</p>	<p>Программное содержание: теория и практика. Этап исполнения по памяти (с эмоциональной отдачей). Игроритмика: «Кукла». Игрогимнастика: ОРУ с обручами. Игротанцы: «Танец утят». Танцевально-ритмическая гимнастика «На крутом бережку». Игропластика «Котята и щенята». Музыкально-подвижная игра «Совушка». Оборудование: обручи по количеству детей, бубен.</p>

Тема: **Веселые ребята**

<p>1 занятие</p>	<p>Программное содержание: теория и практика. Этап начального разучивания. Игроритмика: «Робот». Игrogимнастика: волны руками, ОРУ «Мишка Гумибер». Игротанцы : «Галоп шестерками». Танцевально-ритмическая гимнастика «Неваляшки». Игрoпластика «Солнечный зайчик». Музыкально-подвижная игра «Цапля и лягушки». Оборудование: гимнастические коврики по количеству детей.</p>
<p>2 занятие</p>	<p>Программное содержание: теория и практика. Этап углубленного разучивания (исполнения по показу). Игроритмика: «Робот». Игrogимнастика: волны руками, ОРУ «Мишка Гумибер». Игротанцы : «Гало шестерками». Танцевально-ритмическая гимнастика «Неваляшки». Игрoпластика «Солнечный зайчик». Музыкально-подвижная игра «Цапля и лягушки». Оборудование: гимнастические коврики по количеству детей.</p>
<p>3 занятие</p>	<p>Программное содержание: теория и практика. Этап закрепления (исполнения по показу). Игроритмика: «Робот». Игrogимнастика: волны руками, ОРУ «Мишка Гумибер». Игротанцы : «Галоп шестерками». Танцевально-ритмическая гимнастика «Неваляшки». Игрoпластика «Солнечный зайчик». Музыкально-подвижная игра «Цапля и лягушки». Оборудование: гимнастические коврики по количеству детей.</p>
<p>4 занятие</p>	<p>Программное содержание: теория и практика. Этап исполнения по памяти (с эмоциональной отдачей). Игроритмика: «Робот». Игrogимнастика: волны руками, ОРУ «Мишка Гумибер». Игротанцы : «Галоп шестерками». Танцевально-ритмическая гимнастика «Неваляшки». Игрoпластика «Солнечный зайчик». Музыкально-подвижная игра «Цапля и лягушки». Оборудование: гимнастические коврики по количеству детей.</p>

Тема: Праздник танца

<p>1 занятие</p>	<p>Программное содержание: теория и практика. Этап исполнения по памяти (с эмоциональной отдачей). Игротанцы : «Веселое путешествие», «Кузнечик». Танцевально-ритмическая гимнастика «Мишка», «Большой олень». Игрогимнастика: ОРУ с султанчиками «Улитка». Музыкально-подвижная игра «Линия, круг». Оборудование: погремушки по количеству детей, бубен.</p>
<p>2 занятие</p>	<p>Программное содержание: теория и практика. Этап исполнения по памяти (с эмоциональной отдачей). Игродимнастика: ОРУ с лентами «Снежинки». Игротанцы : «Танец сидя», «Если весело живется». Танцевально-ритмическая гимнастика «Чебурашка», «Хоровод». Музыкально-подвижная игра «Волк и поросята». Оборудование: ленты по количеству детей, гимнастические скамейки, бубен, большой тоннель.</p>
<p>3 занятие</p>	<p>Программное содержание: теория и практика. Этап исполнения по памяти (с эмоциональной отдачей). Игроритмика: «Кукла». Игродимнастика: ОРУ с обручами. Игротанцы : «Танец утят», «Если весело живется». Танцевально-ритмическая гимнастика «На крутом берегу». Игропластика «Котята и щенята». Музыкально-подвижная игра «Совушка». Оборудование: обручи по количеству детей, бубен.</p>
<p>4 занятие</p>	<p>Программное содержание: теория и практика. Этап исполнения по памяти (с эмоциональной отдачей). Игроритмика: «Робот». Игродимнастика: ОРУ «Мишка Гумибер» Игротанцы : «Галоп шестерками». Танцевально-ритмическая гимнастика «Неваляшки». Игропластика: «Солнечный зайчик». Музыкально-подвижная игра «Цапля и лягушки». Оборудование: коврики по количеству детей, бубен.</p>

Планируемые результаты как целевые ориентиры (4-5 лет).

По окончании обучения дети должны знать основные танцевальные позиции рук и ног. Уметь:

- хлопать и топать в такт музыки, передавать ритмический рисунок,*
- выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений программы под музыку*
- представить образы в музыкально-подвижной игре*
- выполнять упражнения на дыхание после бега, прыжков.*
- выполнять базовые шаги аэробики: открытый шаг, марш на месте, марш вперед, назад, вправо, влево;*
- выполнять движения в одну сторону с инструктором;*
- выполнять движения согласовано, ритмично, двигаться в такт музыке;*
- выполнять элементарные танцевальные движения;*
- держать дистанцию во время движения;*
- выполнять построения в круг, шеренгу;*

Критерии и формы оценки качества знаний

Способами определения результативности реализации данной программы является проведение открытых занятий конце учебного года с целью оценки уровня развития физических качеств.

Формами подведения итогов реализации данной программы являются: открытые занятия (ежегодно в мае); участие в соревнованиях внутри ДООУ, участие в городских соревнованиях.

Материальное, методическое обеспечение программы

Обеспечение спортивно – игровой программы представлено:

- 1. Спортивный зал;*
- 2. Спортивный инвентарь: скакалки – 15, флажки – 15, ленты – 15, обручи – 15, мячи – 15, скамейки гимнастические – 2, пуфы – 15, тоннели – 2, гимнастические коврики для аэробики – 15.*
- 3. Магнитофон с записями танцевальной музыки.*

Список литературы

- 1.Фирилева Ж.Е., Сайкина Е. Г. «СА – ФИ – ДАНСЕ». Танцевально – игровая гимнастика для детей. Учебно – методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. – СПб.: «Детство – пресс», 2003 г.*
- 2.Фирилева Ж.Е., Сайкина Е. Г. «ФИТНЕС – ДАНС» лечебно – профилактический танец. Учебно – методическое пособие. – СПб.: «Детство – пресс» 2007 г.*
- 3.Вавилова Е.Н. «Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость». Пособие для воспитателей детского сада.- М.: Просвещение, 1981 г.*
- 4.Вавилова Е.Н. «Учите бегать, прыгать, лазать, метать». Пособие для воспитателя детского сада.- М.: Просвещение, 1983 г.*
- 5.Крамкина С.В., Белецкая М.М. «Ритмическая гимнастика». Пособие для воспитателя детского сада.- М.: Просвещение, 1985 г.*
- 6.Кильпио Н.Н. «Восемьдесят игр для детского сада». Пособие для воспитателя детского сада.- М.: Просвещение, 1980 г.*
- 7.Логинова М.И. «Развивающие игры: быстрее, выше, сильнее. СПб.: Дельта, 1998 г.*
- 8.Карен Клиппинир А, Лашаун Дэйл Фитнес для детей и подростков. Методическое пособие.- М.: Федерация Аэробики России, 1997 г.*