Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Добрянский детский сад №21»

**Пояснительная записка**

**К платным занятиям Дополнительная образовательная программа**

Физкультурно-танцевальная гимнастика для детей

**«Игроритмика»**

Возраст воспитанников: 5-7 лет

**Руководитель: инструктор по физической культуре, Меркурьева О.Б.**

 Данная программа направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста, с учётом возможностей и состояния здоровья детей, расширение функциональных возможностей развивающегося организма, овладение ребёнком базовыми умениями и навыками в разных упражнениях. В основе разработки использована программа «СА-ФИ-ДАНСЕ», авторы Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г.

 Программа рассчитана на один год обучения, реализуется в форме кружковой работы, кружок по ритмике охватывает детей (5-7 лет) старшей и подготовительной группы. Содержание программы взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию в дошкольном учреждении. В программе представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика.

 Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. В танцевально-ритмическую гимнастику входят разделы: игроритмика, игрогимнастика и игротанец. Нетрадиционные виды упражнений представлены: игропластикой, пальчиковой гимнастикой, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями. Раздел креативной гимнастики включает: музыкально-творческие игры и специальные задания. Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и усвоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

 Предполагается, что освоение основных разделов программы поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем.

Обучение по программе «Са-Фи-Дансе» создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, хороший уровень занятий. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

**Реализация программы**

Продолжительность образовательного процесса- 1 учебный год.

Срок реализации программы- 2 года.

Программа располагает два этапа реализации. Этапы реализации опосредованы возрастными особенностями развития детей.

*Первый этап реализации программы (дети 5-6 лет)- одно игровое занятие в неделю.*

Учебный год -31 занятие по 25 мин./ группа детей 10-15 человек/

*Второй этап реализации программы (дети 6-7 лет)- одно игровое занятие в неделю.*

Учебный год -31 занятие по 30 мин./ группа детей 10-15 человек/

 Для реализации данной программы в ДОУ созданы необходимые условия: физкультурный зал, оснащённый физкультурным и нестандартным оборудованием, тренажёрами (фитболы, полусферы, диски здоровья и т.д.). Для проведения занятий зал оборудован и оснащён стандартным и нестандартным оборудованием (массажные мячи, доски и дорожки для профилактики плоскостопия, массажеры для ног и т. д.). Для проведения общеразвивающих упражнений оснащен флажками, ленточками, платочками, мячиками, гимнастическими палками, скакалками, снежинками, листиками, цветочками, колечками, гантелями, массажерами. Имеется обширная аудиотека.

**Степень новизны:**

Программа представляет собой дополнительный образовательный курс, не входящий в основные общеобразовательные программы дошкольного образования.

**Цель:** содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами физкультурно-танцевальной гимнастики.

**Задачи:**

Укреплять здоровье:

- способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;

- формировать правильную осанку;

- содействовать профилактике плоскостопия;

- содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.

Совершенствовать психомоторные способности дошкольников:

- развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, проприоцептивную чувствительность, скоростно-силовые и координационные способности;

- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;

-формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев;

- развивать ручную умелость и мелкую моторику.

Развивать творческих и созидательных способностей воспитанников:

- развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;

- формировать навыки самостоятельного выражения движения под музыку;

- воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях;

- развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

**Ожидаемы результат**

*В конце года воспитанник:*

- исполняет ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку, двигательные задания по креативной гимнастике;

- владеет навыками ритмической ходьбы, умеют выполнять простейшие построения и перестроения;

- умеет хлопать и топать в такт музыки, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах;

- хорошо ориентируется в зале при проведении музыкально – подвижных игр и умеют представить различные образы;

- знает правила безопасности при занятиях физическими упражнениями с предметами и без предметов;

- владеет навыками по различным видам передвижений по залу, приобретает определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях;

- передает характер музыкального произведения в движении;

выполняет специальные упражнения для согласования движений с музыкой.

Итоги работы подводятся на итоговом занятии