

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Гранит» городского округа Тольятти



Утверждаю  
Директор МБОУДО «Гранит»  
П.А.Завьялов  
«15» 09 2016 г.

Принята на методическом совете  
Протокол от «15» 09 2016 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Расти, танцуя»  
адаптированная  
Срок реализации программы: 1 год  
Возраст обучающихся: 4 – 7 лет

Составитель  
Авдеева Лариса Авксентьевна  
методист

Тольятти - 2016

## Пояснительная записка

В последние годы состояние здоровья детского населения страны вызывает очень серьезные опасения специалистов. Наблюдаются нарушения свода стопы, осанки; частые простудные и вирусные заболевания, заболевания дыхательных путей, зрения, аллергические проявления... Как правило, дети с отклонениями здоровья сложно адаптируются в школьной деятельности. Плохо развитый двигательный навык тормозит умственному развитию. В связи с чем, появилась потребность в дополнительной здоровьесберегающей программе, где интеллектуальное развитие детей идет параллельно с физическим и психоэмоциональным развитием посредством включения в программу блока хореографии, где дети будут вовлечены в интересную танцевальную деятельность, таким образом, будет обеспечена необходимая двигательная активность.

Комплексная дополнительная образовательная программа **«Расти, танцуй!»** социально-педагогической направленности, способствует интеллектуальному развитию и формированию у дошкольников предпосылок к здоровому поведению; получению основ знаний о своем теле; воспитанию заботы о собственном здоровье. Программа модифицированная, за основу взята авторская программа Е.В. Колесниковой с дополнительным блоком по хореографии, предусматривает использование нетрадиционных оздоровительных гимнастик с элементами танца, позволяющих повысить неспецифическую защиту организма.

Данная программа вызвана запросами родителей, общественности, спецификой расположения и жизнеобеспечения микрорайона Жигулевское море, ориентирована на неорганизованную часть детей дошкольного возраста. Направлена на подготовку ребенка к школе по математике, обучению чтению и письму с использованием танцевальных перемен для эмоционального восприятия содержания программы, творческого развития, умственного и физического развития, формирования психологической готовности к обучению в школе.

Дошкольный возраст – фундамент общего развития ребенка, стартовый период всех человеческих начал. Именно в эти годы закладываются основы здоровья и интеллекта ребенка. В дошкольном возрасте эмоции играют едва ли не самую важную роль в развитии личности. Поэтому в содержание программы включен блок «Хореография», физические упражнения и игры, используемые в танце, способствуют профилактике нарушений формирования осанки, дают особый оздоровительный эффект, так как они сопровождаются положительными эмоциями. Дошкольник способен к обучению по программе, отвечающей его эмоциональным интересам, особенностям

мышления. Комплексная программа «Расти, танцуй!» отвечает всем вышесказанным требованиям и включает следующие блоки занятий:

- «Занимательное азбукведение»,
- «Математические ступеньки»,
- Изотворчество «Радуга»,
- «Хореография»

**Цель:** Способствовать успешной адаптации дошкольников к условиям школы посредством новых педагогических технологий.

**Задачи:**

- Формирование мотивации учения, ориентированной на удовлетворение познавательных интересов и радость творчества.
- Овладение мыслительными операциями, умением понимать учебную задачу и планировать свою деятельность.
- Развитие способностей к саморегуляции поведения и проявления волевых усилий для выполнения поставленных задач.

Предлагаемая программа рассчитана на один год обучения, предназначена для детей 6-7 лет. Занятия проводятся два раза в неделю по 20 – 25 минут. Наполняемость групп десять детей.

Основной формой работы программы «Расти, танцуй!» являются учебные занятия. Формы обучения разнообразны: традиционные, комбинированные, комплексные занятия. Занятия в виде игр, викторин, конкурсов, танцевальных вечеров. Работа с дошкольниками по данной программе строится на основе следующей системы дидактических принципов:

- принцип психологической комфортности,
- принцип деятельности,
- принцип вариативности,
- принцип креативности,
- принцип непрерывности в обучении,
- принцип личностно-ориентированного подхода к каждому ребенку,
- принцип развивающего обучения.

Процесс обучения в блоке хореография в основном построен на реализации дидактических принципов.

- Принципы активности
- Принцип наглядности помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений;

- Принцип доступности требует постановки перед обучающимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному.
- Принцип систематичности предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков.

#### **Ожидаемый результат:**

##### **По блоку «занимательное азбуковедение»**

По окончании курса дети должны:

Знать алфавит.

Различать понятия «звук», «слог», «буква», «предложение».

Уметь вслушиваться в звучание слов, называть заданные звуки.

Уметь интонационно выделять звуки в словах; различать гласные, согласные, твердые, мягкие звонкие и глухие согласные.

Уметь работать с моделями (модель звука, слова, предложения).

Уметь проводить звуковой анализ слова.

Уметь писать слова, предложения печатными буквами.

Уметь читать слова, предложения, небольшие стихотворные тексты.

Уметь понимать учебную задачу и выполнять её самостоятельно.

Формировать навык контроля и самоконтроля.

##### **По блоку «математические ступеньки»**

Знать количественный и порядковый счет.

Знать название математических знаков и умение пользоваться ими.

Знать состав числа 10 из двух меньших.

Знать название геометрических фигур.

Знать и уметь писать цифры от 0 до 20.

Уметь считать по образцу и заданному числу.

Уметь определять место числа в ряду (от 10 до 20) по его отношению к предыдущему и последующему числу.

Уметь сравнивать числа и группы предметов.

Уметь решать и записывать математические задачи.

Уметь классифицировать геометрические фигуры по виду и величине.

Уметь преобразовывать одни фигуры в другие.

Уметь пользоваться линейкой.

Уметь ориентироваться в пространстве и времени.

Уметь решать логические задачи.

### **По блоку «изотворчество Радуга»**

Знать основные и дополнительные цвета.

Знать виды и жанры изобразительного искусства.

Знать и уметь различать произведения народных промыслов (хохлома, дымка, гжель, филимоновская и городецкая роспись).

Формировать навыки работы с гуашью и акварельными красками.

Уметь рисовать с натуры и по представлению.

Развивать восприятие формы и цвета.

Формировать навыки работы с соленым тестом и ножницами.

Развивать интерес к изобразительному искусству и творчеству.

### **По блоку «Хореография»**

Знать и уметь исполнять танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки

Овладеть необходимой двигательной деятельностью.

Освоить основные понятия заботы о своем здоровье посредством танцевальных движений.

Освоить элементы дыхательной гимнастики по методике А.Н. Стрельниковой.

### **Оценка результатов обучения и методы контроля.**

В целях контроля и оценки результативности занятий проводятся:

✓ Тестирование начального, промежуточного и конечного уровня знаний.

Тесты с заданиями «Готов ли ребенок к школе» Е.В. Колесниковой.

Тест для подготовки к школе по методике А.Герасимовой.

✓ Карта мониторинга

✓ Итоговые игры – путешествия по темам: «Островок знаний», «Логический поезд».

✓ Открытые уроки для родителей

«В гостях у королевы Азбуки», «Занимательная математика», «Танцевальные вечера», концерты.

Итоги проведенных мероприятий анализируются и обсуждаются с воспитанниками и их родителями

## Методическое обеспечение программы

Подача учебного материала в данной программе строится через игровые приемы. Что позволяет строить занятия в системе дидактических игр, в процессе которых дети исследуют проблемные ситуации, выявляют существенные признаки и отношения, соревнуются, делают «открытия». Познавательные занятия чередуются с уроками занимательного танца. В ходе игр осуществляется личностно-ориентированное взаимодействие педагога с ребенком и детей между собой. Основная форма образовательной работы с детьми в блоке «Хореография» - музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка, благоприятных для физического и психического развития ребенка. Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, элементы дыхательной гимнастики, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения. С группой одновременно работают два педагога.

Схема построения занятия по хореографии одинакова на всех этапах обучения в объединении:

вводная часть, подготовительная часть, основная часть, заключительная часть

1. В вводную часть входит организационный момент (построение, поклон) и сообщение темы занятия (1,5-2 мин)
2. Подготовительная часть включает упражнения разминки для разогрева (3-4 мин).
3. Основная часть содержит учебно-тренировочные занятия, изучение танцевальных движений, композиций и постановок.
4. В заключительную часть входит подведение итогов

Для успешной реализации программы необходима материально-техническая база:

- ✓ Кабинет для занятий, отвечающий требованиям САНПиН
- ✓ Парты, стулья, соответствующие росту и возрасту обучающихся
- ✓ Магнитная доска, сочетающая в себе возможность использовать при написании не только мелом, но и цветным маркером.
- ✓ Аудио и видео – воспроизводящая аппаратура
- ✓ Набор аудио и видео – кассет
- ✓ Дидактические пособия различного вида: шнуровки, конструкторы, лото, магнитные наборы цифр и букв, наборы для счета и конструирования, игры для развития логического мышления
- ✓ Танцевальный зал с зеркалами и музыкальным инструментом (фортепиано)

## Учебно-тематический план

Занятия по данной программе подразделяются на четыре раздела:

1. «Раз словечко, два словечко»,
2. «Я считаю до 5»,
3. «Умелые ручки»,
4. «Хореография».

№ п/п	Тема	Количество часов		
		теория	практика	Всего
<b>Раздел 1. «От А до Я»</b>		<b>12</b>	<b>24</b>	<b>36</b>
1.	Звонкие и глухие согласные	2	4	6
2.	Ударение, ударный слог	2	4	6
3.	Звуковой анализ слова	2	4	6
4.	Термин «предложение»	2	4	6
5.	Чтение слов, предложений	3	5	8
6.	Моделирование	1	3	4
<b>Раздел 2. «Я считаю до 20»</b>		<b>13</b>	<b>23</b>	<b>36</b>
1.	Количество и счет	4	6	10
2.	Величина	2	4	6
3.	Геометрические фигуры	2	4	6
4.	Ориентировка в пространстве и во времени	3	5	8
5.	Логические задачи	2	4	6
<b>Раздел 3. «Радуга»</b>		<b>14</b>	<b>22</b>	<b>36</b>
1.	Тематическое рисование	8	10	18
2.	Лепка из соленого теста.	3	6	9
3.	Аппликация	3	6	
<b>Раздел 4. «Хореография»</b>		<b>8</b>	<b>28</b>	<b>36</b>
1.	Музыкально-ритмические упражнения	1	4	5
2.	Игровые этюды	2	3	5
3.	Оздоровительная гимнастика в танце	1	4	5
4.	Дыхательная гимнастика	1	4	5
5.	Композиции из классического танца	1	4	5
6.	Элементы народного танца	1	4	5
7.	Музыкально-танцевальные игры	1	5	6
<b>Итого:</b>		<b>47</b>	<b>97</b>	<b>144</b>

## Содержание занятий

### «От А до Я»

#### **Тема 1: Звонкие и глухие согласные**

**Теория:** Учить различать звонкие и глухие звуки.

Развивать фонематическое восприятие.

**Практика:** Познакомить с буквами, как письменными знаками звуков.

**Формы и методы:** Игровые приемы, объяснение, художественное слово, практическая деятельность.

#### **Тема 2: Ударение, ударный слог.**

**Теория:** Познакомить с ударением, ударным слогом, ударными гласными.

**Практика:** Закрепить умение определять ударный слог. Обозначать ударение значком.

**Формы и методы:** Показ, объяснение, практическая деятельность.

#### **Тема 3: Звуковой анализ слова.**

**Теория:** Способствовать развитию звуко-буквенного анализа.

Развивать фонематическое восприятие.

**Практика:** Закреплять умение самостоятельно проводить звуковой анализ. Умение работать со схемами и перфокартами.

**Формы и методы:** Показ, игровые приемы, самостоятельная деятельность.

#### **Тема 4: Термин «Предложение».**

**Теория:** Познакомить с термином «Предложение». Учить составлять предложения состоящие из двух, трех, четырех слов.

**Практика:** Учить записывать предложения условными обозначениями.

**Формы и методы:** показ, объяснение, практическая деятельность.

#### **Тема 5: Чтение слов, предложений.**

**Теория:** Учить читать простые слова, небольшие предложения, небольшие стихотворные тексты. Формирование навыков самоконтроля и самооценки.

**Практика:** Совершенство, навык чтения.

**Формы и методы:** упражнения, игровые приемы, практическая деятельность.



## **Тема 6: Моделирование.**

**Теория:** продолжать знакомить с моделированием.

**Практика:** Умение пользоваться схемой слова, условными обозначениями звуков, графическим изображением предложений.

**Формы и методы:** Показ, объяснение, самостоятельная деятельность детей.

## **«Я считаю до 20»**

### **Тема 1: Количество и счет**

**Теория:** Количественный и порядковый счет в пределах 20. знакомство с числами от 11 до 20 и новой счетной единицей - десятком. Решение арифметических задач, примеров на сложение и вычитание. Сравнение количества предметов и запись соотношения при помощи знаков и цифр.

**Практика:** дидактические игры, задания в рабочих тетрадях.

**Формы и методы:** игровые методы, показ, объяснения, практическая деятельность.

### **Тема 2. Величина**

**Теория:** сравнение предметов по величине, используя соответствующие определения. Развитие глазомера.

Умение пользоваться линейкой, определяя результаты в сантиметрах.

**Практика:** работа в тетрадях, развивающие игры, художественное слово.

### **Тема 3 Геометрические фигуры**

**Теория:** Классификация фигур по разным основаниям (виду, величине). Знакомство с геометрическими фигурами: ромб, пятиугольник, шестиугольник. Элементы геометрических фигур: вершины, стороны, углы.

**Практика:** Рисование символических изображений предметов из геометрических в тетради в клетку. Преобразование одних фигур в другие (путем складывания, разрешения).

**Формы и методы:** игровые методы, показ, объяснение, практическая деятельность.

### **Тема 4. Ориентировка в пространстве и времени.**

**Теория:** Установление различных временных отношений. Знакомство с часами. Ориентировка на листе бумаги. Положение предметов по отношению к себе, другому лицу.

**Практика:** дидактические игры, календари, схемы, задания в рабочих тетрадях.

**Формы и методы:** игровые методы, художественное слово, практическая деятельность.

## **Тема 5. Логические задачи.**

**Теория:** Решение логических задач. Развитие способностей к установлению связей и зависимостей.

**Практика:** развивающие игры, работа в тетрадах.

**Формы и методы:** игровые методы, объяснение, показ.

### **«Радуга».**

#### **Раздел 1: Тематическое рисование**

**Теория:** Учить отражать в рисунках впечатление об окружающем мире. Закрепить умение оформлять декоративную композицию, учить рисовать контур простым карандашом, закрепить умение передавать характерные особенности природы. Учить полно выразить свой замысел средствами рисунка.

**Практика:** Закрепить технические приемы работы кистью и красками. Умение составлять оттенки цветов на палитре. Развивать слитные легкие движения при рисовании контура.

**Формы и методы:** Показ, объяснение, самостоятельная деятельность, метод проблемы, метод свободного выбора приема лепки, метод стимулирования, создание ситуации успеха, анализ работы.

#### **Раздел 2: Лепка из соленого теста.**

**Теория:** Учить добиваться отчетливости в передаче форм, движений. Умение передавать характерные черты образов. Учить задумывать содержание лепки.

Учить создавать декоративные пластины и скульптурные группы по мотивам сказок. Развивать образное представление, воображение, эстетический вкус.

**Практика:** Учить устанавливать фигуры на подставке, упражнять в применении разнообразных технических приемов (из целого куска, сглаживания, оттягивания, сплющивания).

**Формы и методы:** Показ, объяснение, самостоятельная деятельность, метод проблемы, метод свободного выбора приема лепки, метод стимулирования, создание ситуации успеха.

#### **Раздел 3: Аппликация**

**Теория:** Закрепить умение создавать несложные композиции. Продолжать учить силуэтному вырезыванию. Развивать зрительный контроль, координацию движений, творческие способности.

**Практика:** Закреплять умение вырезывать разнообразные предметы, используя знакомые приемы.

**Формы и методы:** Показ, объяснение, самостоятельная деятельность, метод проблемы, метод свободного выбора приема лепки, метод стимулирования, создание ситуации успеха.

### **Хореография:**

Содержание занятий направлено на обеспечение физической подготовленности обучающихся на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин.

Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет упражнения для развития двигательных качеств с целью укрепления здоровья и упражнения тренировочного характера. Это связано с тем, что одна из задач программы – развитие и совершенствование танцевальных способностей, овладение танцевальными умениями и навыками.

Материал программы включает те же разделы, но усложняются задания, отдельные элементы танца соединяются в композиции:

- Музыкально-ритмические упражнения
- Игровые этюды
- Построения и перестроения
- Оздоровительная гимнастика в танце
- Дыхательная гимнастика
- Композиции из классического танца
- Элементы народного танца
- Музыкально-танцевальные игры

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, получаемых в процессе обучения: знания по музыкальной грамоте и выразительному языку танца. В практическую часть входит перечень умений и навыков: упражнений, движений, танцев.

Дыхательная гимнастика: на занятиях выполняются упражнения по дыхательной гимнастике в подлиннике, без искажений, для профилактики болезней верхних дыхательных путей, правильной постановки дыхания при разговоре выполнять упражнения «слоги», «распевки».

## Список литературы

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии» (М. «Айрис Пресс 1999)
2. Вархотова Е.К. Экспресс – диагностика готовности к школе. М.: Генезис, 1998
3. Волина В.В. Занимательное азбукведение. М.: Просвещение, 1991
4. Генштейн Л.Я. Арифметические игры для детей 6 - 7 лет. М.: Гимназия, 1998 «Музыка и движение» (М. «Просвещение» 1983, 1984)
5. Герасимова А.С. Тесты для подготовки к школе. М.: Айрис – пресс, 2004
  
6. Завьялова Н.А. Интегрированный курс подготовки школьников к школе. Издательство «Учитель»
7. Иваницкий А.В. «Ритмическая гимнастика» (М. «Советский спорт» 1989)
8. Колесникова Е.В. Готов ли ваш ребенок к школе? М.: Ювента, 2001
9. Кряжева И.Л. «Развитие эмоционального мира детей» (Ярославль «Академия развития» 1996)
10. Ларина Т.И. 50 игр на сложение и вычитание. Ярославль: Академия, 1999
  
11. Максимук Н.Н. Игры по обучению грамоте и чтению «Вако» 2006
  
12. Михайлова З.А. Математика от трех до семи. С.П.: Детство – пресс, 2001
13. Тихеева Е.И. Развитие речи детей – М.: Просвещение, 1997.
14. Тихомирова Л.В. Развитие логического мышления детей. М.: Гринго, 1995
15. Шевелев К.В. Дошкольная математика в играх. М 2004г.
16. М.Щетинин Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой М. Метафора, 2009

Учебно-тематический план  
I - го (подготовительного) этапа  
с 1-го по 3-ий годы обучения

№ раздела	Тема занятий	Количество часов		
		всего	теория	практика
<b>I</b>	<b>Ритмика, элементы музыкальной грамоты</b>	<b>32</b>	<b>8</b>	<b>24</b>
	Элементы музыкальной грамоты			
	Музыкально-ритмические упражнения, гимнастика			
	Построения и перестроения			
	Слушание музыки			
	гимнастика			
<b>II</b>	<b>Танцевальная азбука</b>	<b>32</b>	<b>2</b>	<b>36</b>
	Элементы классического танца			
	Элементы народно-сценического танца			
<b>III</b>	<b>Танец</b>	<b>48</b>	<b>12</b>	<b>36</b>
	Детские бальные и народные танцы			
	Образные танцы (игровые)			
	Постановка танцевальных композиций			
<b>IV</b>	<b>Творческая деятельность</b>	<b>16</b>	<b>-</b>	<b>16</b>
	Игровые этюды			
	Музыкально-танцевальные игры			
<b>V</b>	<b>Воспитательно-познавательные мероприятия</b>	<b>16</b>	<b>-</b>	<b>16</b>
	Часы общения			
	Общие праздники и традиции			
	Экскурсии, посещение концертов, театров, творческие встречи			
	Концертная деятельность			
<b>Итого:</b>		<b>144</b>	<b>20</b>	<b>124</b>

