

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
Дополнительного образования «Центр Гранит»  
городского округа Тольятти

Принята  
на педагогическом совете  
протокол № 1 от "31" августа 2020 г

Утверждаю  
Директор

МБОУДО «Центр Гранит»

П.А. Завьялов

"31" августа 2020 г.



Дополнительная общеобразовательная программа  
«Расти, танцуй»

Срок реализации программы: 1 год  
Возраст обучающихся: 4 – 7 лет

Составитель  
Авдеева Лариса Авксентьевна  
методист

Тольятти - 2020

## 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 азбукведение»**

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

Поддача 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».

| №<br>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 вырезать 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

| №<br>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> |