

ПРИНЯТА
На внеочередном Педагогическом совете
протокол № 1 от 01.07.2022г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказом заведующего
МБДОУ «Детский сад № 174»
От 04.07.2022г. № 228 од



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
«Каблuchок»
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад № 174»
(МБДОУ «Детский сад № 174»)
(для детей 4-5 года жизни)

период реализации программы 8 месяцев

Составитель:
Дурандина С. В.

Нижний Новгород
2022 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Пояснительная записка	
2.	Организационно-педагогические условия	
2.1.	Материально-техническое обеспечение	
3.	Текущий контроль	
4.	Формы промежуточной аттестации	
5.	Учебный план	
6.	Календарный учебный график	
7.	Рабочая программа	
8.	Оценочные и методические материалы	

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Каблuchок» (для детей 4-5 года жизни) Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №174» (МБДОУ «Детский сад № 174») (далее - Программа) имеет социально-педагогическую направленность и разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст.2, п.9);
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 г. №1008 «Об утверждении порядка организации осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»;
- «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» СП 2.4.3648-20.

Стэп-аэробика развивает чувство ритма ,помогает двигаться под музыку. Кроме того, занимаясь стэп-аэробикой, дети учатся доброжелательно относиться друг к другу, у них развивается чувство коллективного творчества. Через танец дети выражают душевное состояние, получают положительный эмоциональный заряд, энергию.

Погружение в мир аэробики способствует психологическому раскрепощению ребенка, и таким образом через освоение своего собственного тела как выразительного инструмента у детей развивается музыкальный слух, потребность в импровизированном движении под музыку. Занятия аэробики помогут сформировать правильную осанку, научат основам этикета и грамотной манеры поведения в обществе.

Стэп-аэробика дает организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Стэп- в переводе с английского буквально означает «шаг» , отсюда и само определение стэп - аэробики- « шаговая – аэробика» Внешне аэробика представляет собой комплекс ритмических движений, выполняемых под музыку, а так же различных циклических движений невысокой интенсивности , рассчитанных на длительное выполнение.

Цель программы: « Каблuchок» создание условий для музыкального и физического развития ребёнка дошкольного возраста средствами различных видов музыкальной деятельности

Задачи:

1. Формировать у детей навыки пластики, музыкального ритма
2. Познакомить детей с техникой стэп-аэробики:
3. Развитие гибкости и пластичности.
4. Воспитание выносливости ,развитие силы
5. Развитие творческого воображения и фантазии

Актуальность

Занятия аэробикой способствуют раскрепощению ребенка, развивают координацию и пластику, добавляют уверенность в себе. Учат выражать свои эмоции и получать огромный заряд бодрости и хорошего настроения.

На занятиях развивается координация движений, чувство ритма, гибкость, вырабатывается устойчивость и формируется красивая осанка.

Обучение по данной Программе поможет развивать ребенка эстетически и станет фундаментом здорового образа жизни.

Новизна

Новизна предлагаемой программы состоит в том, что содержание программы, практический материал может быть использован в самых разнообразных формах творческого взаимодействия с детьми. Главное, на что должен быть нацелен педагог, это приобщение к движению под музыку детей с разными способностями в музыкальном и двигательном отношении.

В качестве музыкального сопровождения предлагаются целостные произведения в аудио записи или «живом» исполнении, а не отрывки, как это принято в традиционных музыкально- ритмических упражнениях. Целостный музыкальный образ передается разнообразными пластическими средствами, требующими как свободного владения телом, так и тонкого музыкального слуха, богатого воображения и фантазии, более глубокого постижения содержания музыки.

Планируемые результаты освоения детьми программы дополнительного образования:

МОДУЛЬ 1
- знаком с техникой стэп-аэробики - выполняет элементы связок стэп-аэробики - выполняет упражнения на середине зала
МОДУЛЬ 2
- выполняете ритмические упражнения - выполняют коллективно-порядковые упражнения - выполняют танцевальные элементы и композиции

2. Организационно-педагогические условия

Настоящая программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей детей 4-5 года жизни.

Срок реализации программы: 8 месяцев (октябрь - май).

Режим занятий: занятия проводятся два раза в неделю по 20 минут (академический час).

Наполняемость группы: 15 человек.

Формы организации деятельности воспитанников на занятии:

- в парах;
- групповая;
- индивидуально–групповая;

Задания для детей:

- музыкально-ритмические упражнения на освоение, закрепление музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения;
- ритмические движения: различные виды связок по 3-4 упражнения
- игры: сюжетные, несюжетные с пением, музыкально-дидактические;
- построения, перестроения;
- упражнения с предметами;
- задания на танцевальное и игровое творчество.

Материал в программе расположен по степени нарастающей сложности, что способствует расширению круга знаний и умений воспитанников.

Структура занятия состоит из трех частей:

I часть «Подготовительная». Подготовка опорно-двигательного аппарата и все системы организма к предстоящей работе

II часть «Основная». Разучивание шагов «связок» музыкально ритмических

композиций

III часть «Заключительная». Восстановление сил организма детей после физической нагрузки

Занятия проводятся в игровой форме. Элементы классического экзерсиса вводятся постепенно. При закреплении в обучении элементам экзерсиса вводятся дидактические музыкально-танцевальные игры.

Методические приемы:

Игровой метод. Основным методом обучения аэробики детей дошкольного возраста является *игра*, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста.

Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха, а о том, что педагог подбирает для детей такие игрушки, которые помогают в обучении танцам. Игрушки (атрибуты) украшают танец и оказывают большое влияние на его исполнение. Игры-превращения помогают научить детей выразительному выполнению движений, развивают их фантазию и воображение.

Предварительное прослушивание музыкального произведения - суть метода помочь детям найти оттенки движений, отражающих характер музыки, под которую они будут выполнять движения.

Концентрический метод. Этот метод заключается в том, что педагог по мере усвоения детьми определенных движений, танцевальных композиций снова возвращается к пройденным, но предлагает уже более сложный их вариант.

Метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

Словесный метод. Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

Наглядный метод – выразительный показ под счет, с музыкой.

Импровизационный метод – При обучении стэп-аэробики следует постепенно подводить детей к свободному, непринужденному движению, такому, как подсказывает музыка. При использовании этого метода не надо никакого предварительного прослушивания музыки. Дети должны попытаться сами найти нужные движения. Также не рекомендуется подсказывать им вид движения и отмечать малышей, которые импровизируют правильно. Но при этом надо внимательно наблюдать за тем, чтобы дети не придумывали движения, не связанные с музыкой.

Условия проведения занятий:

• соответствие зала и непосредственно образовательной деятельности санитарным нормам и правилам;

• наполняемость групп не более 15 человек.

Принципы отборы музыкального материала:

• соответствие возрасту;

• художественность музыкальных произведений, яркость, динамичность их образов;

• моторный характер музыкального произведения, побуждающий к движениям («дансантизм»);

• разнообразие тематики, жанров, характера музыкальных произведений на примерах современной музыки, детских песен, музыки из мультфильмов.

2.1. Материально-техническое обеспечение

№ п/п	Наименование	Количество
1	Зеркала	3
2	Листья	15
3	Платочки	15
4	Цветы	15
5	Стэп-платформа	15
6	Султанчики цветные	15
7	Маски	15
8	Снежинки	30
9	Юбки атласные	15
10	Коврики	15
11	Магнитофон	1
12	USB – накопитель (флешка)	1

3. Текущий контроль

Текущий контроль проводится на каждом занятии. Это оценка качества усвоения изученного материала на занятии каждым ребенком. Результат фиксируется в «Журнале учёта занятий» согласно критериям:

Критерии	Обозначение
У обучающегося усвоение материала находится в стадии формирования	Красная клетка
Обучающийся частично усвоил материал	Жёлтая клетка
Обучающийся усвоил материал полностью	Зелёная клетка

4. Формы промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация – это оценка качества усвоения дополнительной общеразвивающей программы. Промежуточная аттестация усвоения дополнительной общеразвивающей программы «Каблучок» (для детей 4-5 года жизни) проводится два раза в год (декабрь, май) по итогам завершения каждого модуля:

1. «Модуль 1».
2. «Модуль 2»

Аттестация проводится в форме наблюдения за выполнением задания.

Результат фиксируется в протоколе, который хранится два года в методическом кабинете.

5. Учебный план

№	Модуль	Количество часов
1	«Радостные встречи»	3.5
2	« Праздник осени»	4
3	« Волшебные листики»	4
4	« Осенние прогулки»	4
5	« Запасливые зверушки»	4
6	« Новый год у ворот»	4
1	Промежуточная аттестация	0,5
Итого по модулю:		32
7	« Прощай ёлочка»	2
8	« Путешествие в зимний лес»	6
9	«Снежные дорожки»	5.5
1	« Масленичные гуляния»	2
0	«Музыкальные подарки маме и бабушке»	4
1	« Ожидание весны»	4
1	« Весенние цветы»	6
1	« Праздник весны»	2
2	«Любимые игрушки»	6
1	«Здравствуй лето красное»	2
3		
1		
4		
1		
5		
1		
6		
2	Промежуточная аттестация	0.5
Итого по модулю:		32
Всего часов:		64
Длительность одного занятия (академический час)		20 мин.
Количество занятий в неделю		2 / 40 мин.
Количество занятий в месяц		8 / 160 мин.
Количество занятий в учебном году		64/ 1280 мин.

6. Календарный учебный график

Модуль 1														Модуль 2																					
IVквартал							Iквартал							IIквартал																					
Октябрь				Ноябрь				Декабрь				Январь				Февраль				Март				Апрель				Май							
2	2	2	2																																
				2	2	2	2																												
								2	2	2	2																								
												2	2	2	1,5 0,5П																				
																2	2	2	2																
																				2	2	2	2												
																												2	2	2	1,5 0,5П				
Всего занятий за модуль:														30/2																					
II - промежуточная аттестация														II - промежуточная аттестация																					
Всего занятий:														64																					

7. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Период	№ занятия	Задачи	Содержание комплекса	Репертуар
Модуль 1				
«Радостные встречи»				
Октябрь 1 неделя	1,2	Упражнять детей в движении «Базовый шаг» (Счёт: вверх –вверх-вверх вниз вниз) Учить детей находить свои места в зале - Игра «Найди своё место». Разминка в игровой форме «Хлопки в различных ритмических рисунках».	Комплекс№1 «Базовый шаг» (счёт: вверх-вверх-вниз-вниз)	
2 неделя	3,4	Упражнять детей развивать умение менять темп в соответствии с музыкой. Создавать условия для импровизации движений под музыку Продолжать учить детей находить место в зале через игру «Найди своё место». Упражнять детей в разминке в игровой форме «Повторялки»	Комплекс №1 «Базовый шаг» (счёт: вверх-вверх-вниз-вниз) Игра «Найди своё место»	
«Праздник осени»				
3 неделя	5,6	Учить детей образному восприятию музыки, умение в движениях передавать нюансы музыки, паузы, акценты. Продолжать расстановку в зале через- Игру «Найди своё место».	Комплекс№1 «Базовый шаг» (счёт: вверх-вверх-вниз-вниз)	
4 неделя	7,8	Учить детей менять темп движения в соответствии с музыкой, импровизировать движения в соответствии с характером музыки, Сочетать движения с музыкой и словом. Развивать быстроту реакций.	Комплекс №1 «Базовый шаг»(счёт-вверх, назад- вверх)	
«Волшебные листики»				

Ноябрь 1 неделя	9,10	Учить детей видеть и находить своё место в зале. Начинать движение после вступления темпе и ритме с текстом. Поупражнять в игре на воображение «Веселые превращения»	Комплекс №2 « Ноги вместе-ноги врозь» (Счёт вверх-вверх-вниз-вниз)	
2 неделя	11,12	Поупражнять детей формировать навыки выполнения движений ритмично, музыкально. Поупражнять в разминке «Повторялки»	Комплекс №2 « Ноги вместе-ноги врозь» (счёт: вверх- вверх-вниз-вниз)	
«Осенние прогулки»				
3 неделя	13,14	Упражнять детей совершенствовать выразительное исполнение движений в соответствии с ритмом музыки.. Познакомить детей с новым музыкальным материалом к танцу «Снежинок».	Комплекс №2 «Ноги вместе –ноги врозь» (счёт: вверх-вверх-вниз-вниз)	
4 неделя	15,16	Совершенствовать выразительное исполнение. Развивать образность и выразительность движений. Формировать навыки выполнения движений, ритмично, музыкально..	Комплекс №2 « Ноги вместе –ноги врозь»	
«Запасливые зверушки»				
Декабрь 1 неделя	17,18	Побуждать детей к поиску изобразительных и выразительных движений. Учить слышать темп и ритм музыки.	Комплекс №3 « Базовый шаг правым боком»	
«Зимние забавы»				
2 неделя	19,20			
«Новый год у ворот»				

3 неделя	21,22	Воспринимать и передавать в движении темп и характер музыки. Развивать чувство ритма, активизировать внимание.	Комплекс №3 « Базовый шаг правым боком» (счёт: вверх-вверх-вниз-касание)	
4 неделя	23,24	Развивать коммуникативные качества, Умение двигаться слаженно, в темпе и характере музыки. Вызвать положительные эмоции от весёлой игры.	Комплекс №3 « Базовый шаг правым боком» (счёт: вверх-вверх-вниз-касание)	
Промежуточная аттестация				
Январь 1 неделя	25,26			
«Прощание с ёлочкой»				
2 неделя	27,28	Продолжать развивать коммуникативные качества, умение ориентироваться в пространстве зала. Умение взаимодействовать а паре. Развивать умение чувствовать и передавать в движение настроение музыки. Запомнить рисунок танца. Побуждать к самостоятельному исполнению	Комплекс №4 «Базовый шаг левым боком» (счёт: вверх-вверх-вниз-вниз)	
«Путешествие в зимний лес»				
3 неделя	29,30	Продолжать развивать умение сочетать движения со словами. Развивать чувство ритма и темпа. Закреплять умение двигаться выразительно в характере музыки. Развивать пластичность и яркость движений.	Комплекс № 4	
4 неделя	31,32	Побуждать к творческому движению под музыку. Формировать навыки, чёткого, ритмичного движения под музыку. Совершенствовать навык выразительного движения.	Комплекс №4. «Базовый шаг левым боком»	

Модуль 2

«Снежные дорожки»

Февраль 1 неделя	33,34	Продолжать развивать творчество , фантазию детей. Выразительно передавать движениями характер музыки. Развивать внимание , быстроту реакций, чувство ритма.	Комплекс№5 «Касание назад»	
2 неделя	35,36	Продолжать развивать, фантазию детей. Выразительно передавать движениями характер музыки.	Комплекс №5 «Касание назад»	
3 неделя	37,38	Развивать внимание, быстроту реакций, чувство ритма. Развивать координацию движений, память и внимание.	Комплекс №5 «Касание назад»	

«Масленичные гуляния»

4 неделя	39,40	Продолжать развивать внимание, музыкальную память, коммуникативные навыки. Способствовать развитию эмоциональности выразительности.	Комплекс№5 «Касание назад»	
----------	-------	--	-------------------------------	--

«Музыкальные подарки маме и бабушке»

Март 1 неделя	41,42	Разучить отдельные элементы игры. Формировать умение исполнять слаженно, ритмично в соответствии с текстом. Закреплять способности двигаться в характере и темпе музыки. Развивать память , творческое воображение.	Комплекс№6 «Ноги вместе- ноги врозь» с чередованием.	
-------------------------	-------	--	---	--

«Ожидание весны»

2 неделя	43,44	Развивать умение передавать ритмический рисунок хлопками. Продолжать работу над сложными элементами.	Комплекс №6 «Ноги вместе-ноги врозь» с чередованием.	
----------	-------	--	---	--

3 неделя	45,46	Продолжать развивать чувство ритма, слуховую память, внимание. Развивать пластичность, музыкальность, мягкость движений	Комплекс №6 « Ноги вместе – ноги врозь» С чередованием	
4 неделя	47, 48	Развивать эмоциональную сферу детей, умение мимикой, пластикой, движением передавать игровой образ.	Комплекс №6 « Ноги вместе- ноги врозь»	
«Весенние цветы»				
Апрель 1 неделя	49,50	Развивать умение двигаться в одном ритме и Темпе с музыкой, передавать настроение музыки через движения , обогащать двигательный опыт.	Комплекс №7 « Шаги с подъёмом колена» с чередованием ног (счёт : вверх-колени-вниз-вниз.	
2 неделя	51,52	Продолжать закреплять умение двигаться в соответствии с характером музыки . Работать над качественным исполнением движений.	Комплекс №7 « Шаги с подъёмом колена» с чередованием ног (счёт: вверх колени –вниз-вниз.	

8. Оценочные и методические материалы

Промежуточная аттестация: аттестация проводится методом педагогического наблюдения по завершении каждого модуля (декабрь, май). Ребёнку предлагаются задания, выполнение которых анализируется с помощью определённых критериев.

Результат заносится в протокол, который хранится в методическом кабинете.

Обозначение	Критерии
Красная клетка	необходима поддержка, стимуляция деятельности со стороны взрослого, сам с вопросами к взрослому не обращается
Жёлтая клетка	требуется незначительная помощь взрослого, с вопросами к взрослому обращается редко
Зеленая клетка	выполняет задание самостоятельно, без помощи взрослого, в случае необходимости обращается с вопросами

Обработка результатов промежуточной аттестации:

Красный уровень – Усвоение программы находится на стадии формирования.

Жёлтый уровень - Программа частично усвоена.

Зелёный уровень - Программа усвоена в полном объёме.

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 174»
(МБДОУ «Детский сад № 174»)**

ПРОТОКОЛ № 1

промежуточной аттестации по завершении Модуля 1 дополнительной общеразвивающей программы «Каблучок»(для детей 4-5 года жизни)

Форма проведения: наблюдение

Педагогический работник, реализующий дополнительную общеразвивающую программу _____

(ФИО)

№ п/п	Фамилия, имя обучающегося	Знаком с техникой танцев	Выполняет элементы детского танца, народно-сценического	Выполняет упражнения на середине зала	Оценка
1.					

Дата проведения аттестации _____ декабря _____ года

Педагогический работник, реализующий дополнительную общеразвивающую программу _____

(подпись)

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 174»
(МБДОУ «Детский сад № 174»)

ПРОТОКОЛ № 2

промежуточной аттестации по завершении Модуля 2 дополнительной общеразвивающей программы «Каблучок»(для детей 4-5 года жизни)

Форма проведения: наблюдение

Педагогический работник, реализующий дополнительную общеразвивающую программу

(ФИО)

№	Фамилия, имя обучающегося	выполняете ритмические упражнения	выполняют коллективно-порядковые упражнения	выполняют танцевальные элементы и композиции	Оценка
1.					

Дата проведения аттестации _____ мая _____ года

Педагогический работник, реализующий дополнительную общеразвивающую программу

(подпись)

6.1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии» М.: Айрис - пресс, 2000
2. Шарова Н.И. «Детский танец». – СПб.: «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ»; Издательство «Лань», 201

Прошнуровано, пронумеровано и
скреплено печатью

17 (семнадцать) листов

И.о.заведующего *Е.А. Горюнова*

«04»июля 2022г



