**Рассмотрена на МО Утверждена на пед. совете**

**Протокол № \_\_\_ от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ протокол №\_\_от \_\_\_\_\_16 г.**

**Методист Смыкалов В.Е. директор МКУ ДО**

**Ольховатский Дом**

**пионеров и школьников**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Хижнякова Н.В.**

**Муниципальное казённое учреждение**

**дополнительного образования**

**Ольховатский Дом пионеров и школьников**

**Дополнительная общеразвивающая программа**

**«НЕПОСЕДЫ»**

Модофицированная

**Возрастная категория: 4-7 лет**

**Срок реализации: 1 год.**

Разработала - педагог дополнительного образования

Воскобой Юлия Владимировна,

Реализует - руководитель объединения

«Непоседы» - Воскобой Юлия Владимировна,

Дата разработки программы – 2016 год, р.п. Ольховатка

**Ольховатка, 2016 г.**

**Пояснительная записка**

Физическое воспитание в детей дошкольного возраста осуществляется как на специальных физкультурных занятиях, так и в игровой, танцевальной деятельности, и повседневной жизни детей.

Игра - самая любимая и естественная  деятельность дошкольников, отвечающая их жизненно важным потребностям. Игра занимает важнейшее место в жизни дошкольников и является главным средством воспитания и оздоровления.  Подвижные, танцевальные игры благоприятно влияют на весь организм ребёнка в целом. Радость и удовольствие сопровождают интересную, активную и доступную для ребёнка игру, она захватывает малыша, оказывая положительное влияние на общее физическое и умственное развитие.

В связи с тем, что для младших школьников разработано недостаточное количество программ по подвижным и танцевальным играм и была разработана  программа объединения подвижных и танцевальных игр для дошкольников «Непоседы».Подвижные и танцевальные игры создают благоприятные условия для развёртывания активной двигательной деятельности.

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение и даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Её отличительными особенностями является: - активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий. Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм.

Программа «Непоседы» имеет **социально-педагогическую направленность.**

**Данная программа может быть использована для детей 4-7 лет.**

**Количественный состав группы** – 15 человек.

**Общее количество часов по программе** – 108 часов.

**Режим занятий** – 3 занятия в неделю по 1 часу. Продолжительность занятия у дошкольников 25 минут.

**Форма учебной деятельности:** групповое музыкально-тренировочное занятие.

**Цель:** всестороннее развитие личности дошкольника, через организацию подвижных и танцевальных игр.

**Задачи:**

***Образовательные:***

* Удовлетворять потребности детского организма в движениях;
* Обучить детей танцевальным движениям;
* Развивать двигательные, скоростно-силовые качества, общую выносливость;
* Развивать глазомер; укрепить у детей силу мышц рук и туловища;
* Формировать пластику, культуру движения, их выразительность;
* Формировать умение ориентироваться в пространстве.

***Развивающие:***

* Развивать творческие способности детей;
* Развить музыкальный слух и чувство ритма;
* Развить воображение, фантазию.

***Воспитательные:***

* Развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности;
* Формировать общую культуру личности ребёнка, способность ориентироваться в современном обществе;
* Формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми;
* Создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве.

***Оздоровительные:***

* 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.

  Таким образом, оптимальное использование подвижных и танцевальных игр (физических упражнений) приводит к ослаблению стресса и напряжения детского организма, улучшает физическую, психическую и интеллектуальную работоспособность детей.

В подвижных играх в комплексе решаются оздоровительные, образовательные, развивающие и  воспитательные задачи. Здесь есть своя особенность: старшие дошкольники овладевают основами техники некоторых подвижных игр, их  опыт обогащается специальными способами действий, определёнными навыками поведения. Всё это  подготавливает детей к активному участию в будущих школьных спортивных мероприятиях.

Большую воспитательную ценность имеют правила подвижных игр. Они выступают, как своеобразные законы, выполнение которых обязательно для всех участников игры. Подчинение правилам требует от детей волевых проявлений, организованности, выдержки, умения управлять своими чувствами, движениями. Осознание их ведёт к тому, что дети становятся более организованными, приучаются оценивать свои действия и действия партнёров, помогать друг другу, радоваться успехам товарищей.

Систематическая, хорошо организованная работа с широким использованием подвижных и танцевальных игр способствует воспитанию самостоятельности, умению организовывать игры без помощи взрослого, проявлять инициативу. Одновременно с воспитанием морально-волевых качеств личности в игре происходит активизация мыслительной деятельности ребёнка: тренируется внимание, уточняются имеющиеся представления, понятия, развиваются воображение, память, сообразительность. Участие детей в игре учит  ориентироваться в пространстве.

 Подвижные игры заставляют ребёнка внимательно слушать сигналы, преодолевать препятствия, ориентироваться в пространстве. Всё  это является первоначальной ступенью развития двигательных качеств. Особенно ценными, являются игры с элементами соревнования, игры-эстафеты, в которых от ловкости и быстроты движений, самостоятельности, настойчивости, сообразительности, инициативы зависит достижение не только индивидуального, но и коллективного (командного) результата. В таких играх развитие физических и морально-волевых качеств  взаимосвязано.

  Радостное, приподнятое настроение является важным условием повышения заинтересованности детей в выполнении различных двигательных заданий, стремления произвести их быстро, ловко, с наименьшей затратой сил. Эмоциональное переживание  в игре мобилизует все силы при достижении поставленной цели. Это ведёт к значительному усилению деятельности организма, повышению его функциональных возможностей, улучшению обмена веществ.

  Подвижные и танцевальные игры находят применение не только при обучении основным движениям, но и при совершенствовании навыков спортивных упражнений.

  Повторение элементов спортивных упражнений в игровой форме способствует более быстрому и прочному их усвоению, а затем и использованию в самостоятельной двигательной деятельности.

  Данную программу могут использовать в своей деятельности педагоги дополнительного образования, воспитатели дошкольных учреждений.

**Работа в объединении ведётся по разделам – циклам (месяц).**

В течение месяца педагог разучивает с детьми материал одного из разделов. Первая и вторая неделя цикла отводится освоению новых знаний. Третья – повторению пройденного материала с некоторыми усложнениями, дополнениями. Четвертая, пятая – окончательному закреплению пройденного материала. Такой метод позволяет детям более последовательно и осмысленно вживаться в изучаемый материал. Но при этом ошибочно рассматривать отдельные разделы, как наиболее ответственные и главные, т.к. освоение программы зависит от общей суммы знаний и навыков.

**Структура занятия:**

1. Вводная часть - маршировка, разминка (5 минут).
2. Основная часть–1) тренировочная часть (объяснение правил игры/разучивание танцевальных движений); 2) игровая/танцевальная часть (проведение игры, танец).(15-20минут).
3. Заключительная часть – игра малой подвижности, релаксация (5 минут)

Изучение программы начинается с несложных движений и заданий, затем расширяется, совершенствуется и обогащается к концу года.

**Виды деятельности:**

1. **Танцевально-ритмическая гимнастика:** музыкальная игра, игроритмика, игрогимнастика, игротанец.

Музыкальные игры делятся на два вида: игры под инструментальную музыку и игры под пение.

В свою очередь игры под инструментальную музыку разделяются на сюжетные, где выступают определённые персонажи, развёртывается действие и решается основная задача – передать музыкально-игровой образ персонажа, и несюжетные, правила, которых связаны с музыкой, и решается задача двигаться в соответствии с содержанием, характером и формой музыкального произведения.

Игры под пение включают хороводы, инсценировки песен и тесно связаны между собой. Построение их зависит от содержания. В действие поочерёдно включаются отдельные дети, небольшая их группа, весь коллектив, меняется направление движения, происходят перестроения в круг, шеренги, пары, «стайку», колонны и т. д.

1. **Игры и игровые упражнения с бегом.**

Игры с бегом дети усваивают быстрее, чем ходьбу - возрастает скорость бега, улучшается пространственная ориентировка в процессе его выполнения, дети с большей лёгкостью меняют направление, оббегают препятствия, придерживаются заданного направления.

1. **Игры и игровые упражнения с прыжками.**

Прыжки укрепляют и развивают мышцы ног, брюшного пресса, содействуют развитию быстроты, ловкости, координации движений.

1. **Игры и игровые упражнения на метание.**

Упражнения в метании, катании, бросании улучшают общую координацию движений, способствуют укреплению мышц ног, туловища, плечевого пояса и рук.

1. **Игры и игровые упражнения на равновесие.**

Упражнения в равновесии являются необходимым компонентом для выполнения любого движения и для сохранения любой рабочей позы. Основная задача упражнений на равновесие состоит в том, чтобы научить детей сохранять устойчивое положение тела в разнообразных ситуациях и быстро его восстанавливать.

1. **Игры и игровые упражнения на ориентировку в пространстве.**

В процессе действий на ориентировку в пространстве, у детей приобретается опыт поведения и ориентировка в условиях действия коллектива. Такие игры  требуют от играющих сообразительности и широкой ориентировки в пространстве.

**Годовой календарный график**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название занятия** | **Количество часов** | **Месяц** | **Число** | **Форма**  **занятия** | **Место проведения** | | | | | | **Время проведения** | | |
| **Раздел 1. Сентябрь (8 часов)** | | | | | | | | | | | | | | |
| 1. | Вводное занятие «Давайте познакомимся». Инструктаж по ТБ. | 1 | сентябрь | 5.09.16 | Групповое музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | | 16.00. – 16.30 | | |
| 2-3. | «Часики», «Фиксики» | 2 | сентябрь | 8.09.16  12.09.16 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | | 16.00. – 16.30 | | |
| 4. | «Часики», «Фиксики», «Самолёт» | 1 | сентябрь | 15.09.16 | Групп.музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | | 16.00. – 16.30 | | |
| 5-6. | «Фиксики», «Самолёт», «Колёсики» | 2 | сентябрь | 19.09.16  22.09.16 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | | 16.00. – 16.30 | | |
| 7. | «Часики», «Самолёт», «Колёсики» | 1 | сентябрь | 26.09.16 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | | 16.00. – 16.30 | | |
| 8. | «Колёсики», «Часики», «Самолёт», «Фиксики» | 1 | сентябрь | 29.09.16 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | | 16.00. – 16.30 | | |
| **Всего** | | **8** | **1** | **7** |  | | | | | | | | | |
| **Раздел 2. Октябрь (9 часов)** | | | | | | | | | | | | | | |
| 1. | «Самолёт», «У жирафа пятна» | 1 | октябрь | 3.10.16 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | | 16.00. – 16.30 | | |
| 2-3. | «У жирафа пятна», «Цыплёнок ПИ» | 2 | октябрь | 6.10.16  10.10.16 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | | 16.00. – 16.30 | | |
| 4. | «У жирафа пятна», «Мы маленькие звёзды» | 1 | октябрь | 13.10.16 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | | 16.00. – 16.30 | | |
| 5. | «Цыплёнок ПИ», «Мы маленькие звёзды» | 1 | октябрь | 17.10.16 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | | 16.00. – 16.30 | | |
| 6-7. | «Паучок», «Мы маленькие звёзды» | 2 | октябрь | 20.10.16  24.10.16 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | | 16.00. – 16.30 | | |
| 8-9. | «Мы маленькие звёзды» | 2 | октябрь | 27.10.16  31.10.16 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | | 16.00. – 16.30 | | |
| **Всего:** | | **9** | **-** | **9** | | | | | | | | | | |
| **Раздел 3. Ноябрь (8 часов)** | | | | | | | | | | | | | | |
| 1. | «У жирафа пятна», «Цыплёнок ПИ», «Паучок» | 1 | ноябрь | 3.11.16 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | 16.00. – 16.30 | | | | | | |
| 2. | «Цыплёнок ПИ», «Автобус» | 1 | ноябрь | 7.11.16 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | 16.00. – 16.30 | | | | | | |
| 3. | «Паучок», «Автобус» | 1 | ноябрь | 10.11.16 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | 16.00. – 16.30 | | | | | | |
| 4-5. | «Автобус», «Чика-рика», «Раз ладошка, два ладошка» | 2 | ноябрь | 14.11.16  17.11.16 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | 16.00. – 16.30 | | | | | | |
| 6-7. | «Чика-рика», «Раз ладошка, два ладошка» | 2 | ноябрь | 21.11.16  24.11.16 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | 16.00. – 16.30 | | | | | | | |
| 8. | «Раз ладошка, два ладошка» | 1 | ноябрь | 28.11.16 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | 16.00. – 16.30 | | | | | | | |
| **Всего:** | | **8** | **-** | **8** |  | | | | | | | | | |
| **Раздел 4. Декабрь (9 часов)** | | | | | | | | | | | | | | |
| 1-2. | «Мы пойдём сейчас налево», «Танец маленьких утят» | 2 | декабрь | 1.12.16  5.12.16 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | | 16.00. – 16.30 | | |
| 3. | «Мы пойдём сейчас налево», «Зверобика» | 1 | декабрь | 8.12.16 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | | 16.00. – 16.30 | | |
| 4. | «Танец маленьких утят», «Зверобика» | 1 | декабрь | 12.12.16 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | | 16.00. – 16.30 | | |
| 5-6. | «Хоп-хоп», «Если весело у ёлки» | 2 | декабрь | 15.12.16  19.12.16 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | | 16.00. – 16.30 | | |
| 7. | «Лепим ком большой», «Мы повесим шарики», «Хоп-хоп» | 1 | декабрь | 22.12.16 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | | 16.00. – 16.30 | | |
| 8. | «Лепим ком большой», «Мы повесим шарики», «Если весело у ёлки» | 1 | декабрь | 26.12.16 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | | 16.00. – 16.30 | | |
| 9. | «Лавата», «Пенёчки» | 1 | декабрь | 29.12.16 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | | 16.00. – 16.30 | | |
| **Всего:** | | **9** | **-** | **9** | | | | | | | | | | |
| **Раздел 5. Январь (6 часов)** | | | | | | | | | | | | | | |
| 1-2. | «Лавата», «Пенёчки», «Зверобика» | 2 | январь | 12.01.17  16.01.17 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | | | 16.00. – 16.30 | |
| 3. | «Лепим ком», «Мы повесим шарики» | 1 | январь | 19.01.17 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | | | 16.00. – 16.30 | |
| 4-6. | «Пяточка-носочек», «У оленя дом большой», «В этом зале все друзья» | 3 | январь | 23.01.17  26.01.17  30.01.17 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | | | 16.00. – 16.30 | |
| **Всего:** | | **6** | **-** | **6** |  | | | | | | | | | |
| **Раздел 6. Февраль (7 часов)** | | | | | | | | | | | | | | |
| 1-2. | «Зоопарк», «Чуча-чача», «Банан» | 2 | февраль | 2.02.17  6.02.17 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | | | | 16.00. – 16.30 |
| 3. | «Банан», «Зоопарк», «Чуча-чача» | 1 | февраль | 9.02.17 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | | | | 16.00. – 16.30 |
| 4-5. | «Апельсин», «Соку-бачи» | 2 | февраль | 13.02.17  16.02.17 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | | | | 16.00. – 16.30 |
| 6-7. | «Тётя Мотя», «Соку-бачи», «Чуча-чача» | 2 | февраль | 20.02.17  27.02.17 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | | | | 16.00. – 16.30 |
| **Всего:** | | **7** | **-** | **7** |  | | | | | | | | | |
| **Раздел 7. Март (9 часов)** | | | | | | | | | | | | | | |
| 1-3. | «Ха-фа-на-на» | 3 | март | 2.03.17  6.03.17  9.03.17 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | 16.00. – 16.30 | | | | |
| 4. | «Апельсин», «Цыки-цык» | 1 | март | 13.03.17 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | 16.00. – 16.30 | | | | |
| 5-6. | «Цыки-цык» | 2 | март | 16.03.17  20.03.17 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | 16.00. – 16.30 | | | | |
| 7-9. | «Прыг-скок», «Туки-тук», «Попрыгаем» | 3 | март | 23.03.17  27.03.17  30.03.17 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | 16.00. – 16.30 | | | | |
| **Всего:** | | **9** |  | **9** |  | | | | | | | | | |
| **Раздел 8. Апрель (8 часов)** | | | | | | | | | | | | | | |
| 1. | «Ёжики-ёжики», «Я рисую речку» | 1 | апрель | 3.04.17 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | 16.00. – 16.30 | | | | | |
| 2-3. | «Я рисую речку» | 2 | апрель | 6.04.17  10.04.17 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | 16.00. – 16.30 | | | | | |
| 4-5. | «Макароны», «Паровоз Букашка» | 2 | апрель | 13.04.17  17.04.17 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | 16.00. – 16.30 | | | | | |
| 6-8. | «Шоколад», «Тунак» | 3 | апрель | 20.04.17  24.04.17  27.04.17 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | 16.00. – 16.30 | | | | | |
| **Всего:** | | **8** | **-** | **8** |  | | | | | | | | | |
| **Раздел 9. Май (8 часов)** | | | | | | | | | | | | | | |
| 1-3. | «Раз, два, три, четыре», «Малинки» | 3 | май | 4.05.17  11.05.17  15.05.17 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | 16.00. – 16.30 | | | |
| 4-8. | «Флешмоб» | 5 | май | 18.05.17  22.05.17  25.05.17  29.05.17  31.05.17 | Груп. музыкально-тренировочное занятие | Учебный кабинет | | | | | 16.00. – 16.30 | | | |
| **Всего:** | | **8** | **-** | **8** |  | | | | | | | | | |
| **Всего по программе:** | | **72** | **1** | **71** |  | | | | | | | | | |

**Ожидаемые результаты освоения программы:**

*Личностные результаты* – активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями; проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей; освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах.

*Метапредметные результаты* – обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; технически правильное выполнение двигательных действий; умение договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей.

Данная программа направлена на развитие ключевых компетентностей обучающихся:

- на формирование ключевых компетенций обучающихся, требующий понимания выдвигаемой цели;

- на умение использовать адекватные ситуации средства;

- на создание психолого-педагогических условий для личностных достижений обучающихся.

**Материально-техническое обеспечение:**

* Светлый и просторный зал.
* Музыкальная аппаратура.
* Тренировочная одежда и обувь.
* Реквизит для игр и танцев.

**Список литературы:**

1. Гайдай Е. П. Москва «АРКТИ» 2000г. «Игры, забавы, развлечения».
2. Голубева Л.Г.Москва «Просвещение» 2003г. «Растём здоровыми».
3. Ионова А. Н. Москва «Экзамен» 2010г. «Играем, гуляем, развиваем».
4. Казак О.Н.Москва «АРКТИ» 2000г. «Большая книга игр для детей от 3 до 7 лет.
5. Кенеман А. В.Санкт-Петербург «Детство» 2000г. «Народные подвижные игры для детей».
6. Литвинова О. М.  Санкт-Петербург «КАРО» 2006г.«Физкультурные занятия в детском саду».
7. Муравьва В. А. Москва «АЙРИС» 2004г. «Воспитание физических качеств».
8. Патрикеева А.Ю. Москва «ВАКО»2007г. «Подвижные игры».
9. Пензулаева Л, И. Москва «Просвещение» 1985г. «Физкультурные занятия с детьми  4-5 и 3-4 лет»,
10. Щербак А.П. Москва «Просвещение» 2008г. «Тематические физкультурные занятия».