

## Описание

Программа «Креативная гимнастика» разработана на основе базисной программы «Са-фи-дансе» Ж.Е. Фирилевой, Е.Г. Сайкиной.

В основной программе раскрываются все разделы художественно-эстетического и физического развития.

**Актуальность программы.** Программа ориентирована, во-первых, на всестороннее развитие личности ребенка, его неповторимой индивидуальности; во-вторых, обусловлена возможностью предоставления ребенку соответствующих условий для удовлетворения разнообразных интересов, склонностей, развития творческих способностей, т.к. предмет ритмика и танец обладает большим потенциалом эмоционального, психологического, социального воздействия. Оно способно оказывать мощное влияние на развитие личностных качеств детей, тех, которые могут быть сформированы в совместной музыкально-творческой деятельности. К ним в первую очередь следует отнести способность к импровизации, спонтанность, гибкую и тонкую эмоциональность, навыки невербального общения, умение сотрудничать и взаимодействовать, решать задачи и проблемы творчески, а затем умение находить в музыке и движениях средства гармонизации своего внутреннего мира.

Ритмика – это танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело. Определяющим фактором в системе сохранения и развития здоровья подрастающего поколения может стать валеологически обоснованный учебно-воспитательный процесс в школе.

Возраст 6-10 лет характеризуется яркими всплесками эмоций, слегка рассеянным вниманием, но в, то, же время настойчивостью действий, наличием волевой деятельности, активным формированием памяти и мотивации.

Особенности развития в этом периоде - растут мышцы, ребенок не сидит на месте, ему постоянно нужно двигаться. Приходя в школу, ребенок

имеет ограниченный запас двигательных навыков, с нарушенной осанкой, координацией. Необходимо создать условия для коррекции этих недостатков и обогащения запасов двигательных навыков детей, давая им специальные тренировочные упражнения.

Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно-творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия креативной гимнастикой направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Креативность – способность человека отказаться от стереотипных способов мышления или обнаруживать новые способы решения проблем или их выражения.

Рабочая программа составлена на основе:

1. Федерального закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р «Об образовании плана мероприятий на 2015-2020 годы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей, утв. Распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р».
3. Приказ Минобрнауки РФ от 22.12.2009 № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования».
4. Приказ Минобрнауки России от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования

к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

6. Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)».
7. Письмо Минобрнауки от 07.12.2015 № 09-3482 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»).

**Новизна 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 школьников. Ее 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.

Большой упор ставится именно на практический метод обучения. Чтобы дети «не засиживались», а познавали мир в движении и постоянном творческом порыве.

#### ***Отличительные особенности данной программы.***

В программе используется система деятельности педагога и учащихся в образовательном процессе, построенная на конкретной идее в соответствии с определенными принципами организации и взаимосвязи целей — содержания методов:

- ***структурно-логические*** ***или*** ***заданные технологии*** обучения представляют собой поэтапную организацию постановки дидактических задач, выбора способов их решения, диагностики и оценки полученных результатов.

Логика структурирования таких задач: от простого к сложному, от теоретического к практическому или наоборот;

- **игровые технологии** представляют собой игровую форму взаимодействия педагога и учащихся через реализацию определенного сюжета (игры, сказки).

При этом образовательные задачи включены в содержание игры.

Процесс обучения осуществляется различными методами и приемами: наглядные, практические, словесные. Все три группы методов используются в обучении на протяжении всего дошкольного возраста. Каждая из выделенных групп методов предполагает включение приемов различного характера (наглядный показ, и объяснение).

Программа реализуется через идеи, ценности, принципы обучения и воспитания, следование которым обеспечивает реализацию целевого назначения программы, – это:

- **Личностно-ориентированный** подход. Принцип предполагает помощь педагога воспитаннику в выявлении своих возможностей, реализации своих интересов.
- **Преемственность.** После изучения элементарных движений танца задания осторожно усложняются. Освоение последующих заданий гораздо легче на основе предыдущих.
- **Систематичность.** Соблюдение дидактического принципа «от простого к сложному», осознанное отношение детей к средствам танцевальной выразительности, овладение языком танцевальных движений. Понимание семантики, значений этих движений, умение с их помощью выражать отношение, настроение свое собственное или изображаемого персонажа, а также умение связывать эти «единицы» языка движений в «речевые» построения, включая их в контекст танца. И здесь главное для педагога – целенаправленное обучение их этому языку, в процессе которого дети знакомятся не только с

семантикой отдельных движений, но и с принципами их изменения, варьирования, а также простейшими приемами композиции танца.

- «Обучение - творчество». Творчество рассматривается в качестве не столько итога обучения, сколько его своеобразного «метода». Относительная кратковременность периодов обучения не позволяет заучивать образцы движений до «жестких» стереотипов. При переходе к творческим заданиям эти образцы остаются еще достаточно пластичными, что облегчает детям их произвольное изменение. В тоже время самостоятельные пробы, варьирующие учебный материал, становятся дополнительным путем его изучения.

***Цель программы:*** Развитие физических и творческих способностей детей с помощью музыкально-ритмических упражнений.

***Задачи программы:***

***I. Личностные:***

- Создать условия для развития интереса к изучаемой теме;
- Способствовать развитию самостоятельности, доброжелательного отношения, эмоциональной отзывчивости;
- Сформировать умение слушать и слышать собеседника;
- Сформировать умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении учебных проблем, принимать на себя ответственность за результаты своих действий

***II. Предметные:***

- Способствовать развитию ассоциативного мышления и воображения;
- Способствовать развитию чувства ритма музыкальный слух;
- Способствовать развитию у детей хореографических способностей;
- Способствовать развитию координации рук, ног, головы и туловища;

***III. Метапредметные:***

- привлечь внимание детей к богатому и разнообразному миру звуков;

- формирование элементарных хореографических знаний, умений и навыков.
- слышать сильную и слабую доли, паузы, обозначать их жестами или движениями.

Учебная программа по креативной гимнастике младшего школьного возраста с 1 по 4 класс в «Детском оздоровительно-образовательном (социально-педагогическом) центре», по одному часу в неделю по подгруппам, рассчитана на 4 года.

Креативной гимнастикой могут заниматься все физически здоровые дети, начиная с 6-7 лет.

Программа состоит из следующих **разделов:**

- Игроритмика;
- Игрогимнастика;
- Танцевальная азбука;
- Музыкально-подвижные, музыкально-творческие игры.

Раздел 1. Игроритмика включает специальные упражнения для согласования движений с музыкой. Упражнения этого раздела способствуют развитию музыкальности: формируют музыкальное восприятие, развивают чувство ритма, умение согласовать музыку с движением.

Раздел 2. Игрогимнастика. Общеразвивающие упражнения: с предметами и без предметов, упражнения на расслабление мышц и укрепление осанки. Включенные в раздел упражнения способствуют исправлению физических недостатков, вырабатывают умения владеть своим телом, совершенствуют двигательные навыки, благотворно воздействуют на работу органов дыхания и кровообращения.

Раздел 3. Танцевальная азбука включает в себя танцевальные движения, шаги, хореографические постановки. Очень важно обогатить детей запасом танцевальных движений, научить их двигаться технически грамотно, легко, естественно, выразительно. Овладев танцевальными

элементами, дети смогут составлять комбинации, придумывать несложные танцы.

#### Раздел 4. Музыкально-подвижные, музыкально-творческие игры.

Содержит упражнения, применяемые практически на всех занятиях, и является ведущим видом деятельности школьника. Здесь используются приемы имитации, подражания, образное сравнение, ролевые ситуации, соревнование.

Предусматривает целенаправленную работу педагога по применению нестандартных упражнений специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы. Благодаря этим занятиям создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей учащихся, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощенности.

#### **Принципы построения программы:**

- **Принцип позитивности** – создание поддерживающей, доброжелательной атмосферы сотрудничества.
- **Принцип духовности** – установление связи между высшими ценностями: добром, семейным счастьем, здоровьем и конкретным человеком, его внутренним миром, поведением и смыслом жизни.
- **Принцип целостности развития** – усиливает значение прошлого опыта жизни в позитивном ключе, обучая рефлексивному взгляду на себя.
- **Принцип индивидуального подхода** – учет возраста и индивидуального опыта каждого из родителей.

**Используемые методы.** Данная программа предусматривает различные виды занятий: сюжетные, игровые и комбинированные.

Игровые методы повышают эмоциональную активность учащихся: использование воображаемой ситуации, придумывание сюжетов, игры-драматизации в танце, сюрпризные моменты, элементы новизны, юмор, шутка. Танцевальное творчество очень хорошо

проявляется, развивается и совершенствуется в процессе музыкально-дидактических игр и творческих заданий.

Целостный процесс обучения условно делится на три **этапа**:

- Начальный этап обучения;
- Этап углубленного разучивания;
- Этап закрепления и совершенствования.

В связи с современным подходом к воспитанию подрастающего поколения требуется свежий взгляд на проблему художественно-эстетического развития ребенка.

Основными направлениями работы в данной программе являются создание благоприятных условий для развития гармоничной личности в современном мире, формирование музыкально-ритмических навыков и умений, раскрытие детского, творческого потенциала.

**Алгоритм** работы с детьми на каждом занятии состоит из:

1. **Подготовительная часть урока.** Поклон-приветствие, постановка цели и задачи на данном занятии, разминка (5 мин.)
2. **Основная часть.** Партерная гимнастика, общеразвивающие упражнения с предметом и без предмета, танцевальные движения и постановки, игровая деятельность - творческие игры, нестандартные упражнения, направленные на развитие выдумки (30 мин.)
3. **Заключительная часть урока.** Включает в себя упражнения на расслабление мышц рук, ног, туловища.

В целом занятие составляет 40 минут.

Реализация программы происходит в системе дополнительного образования в процессе фронтальных или подгрупповых практических занятий. Итоговые занятия могут проходить в виде тематических праздников и досугов, интегрированных уроков, открытых просмотров и мастер-классов для педагогов и родителей.

**Ожидаемые результаты освоения Программы:**

- положительная динамика физического развития, сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у них элементарных представлений о здоровом образе жизни, воспитание полезных привычек;

- развитие творческих и интеллектуальных, хореографических, художественных способностей детей, удовлетворение потребности в двигательной активности;

- эмоционально положительный опыт взаимодействия детей со взрослым и со сверстниками в совместной творческой деятельности;

- развитие предпосылок для дальнейшего совершенствования художественно-эстетического воспитания детей;

- обогащение активного и пассивного словаря детей;

- удовлетворение потребности детей в занятиях по интересам.

### **Оценка результативности программы**

#### ***К концу учебного курса воспитанник будет знать:***

- ориентироваться в характере, темпе, ритме музыки;
- хореографические названия изученных элементов;
- требования к внешнему виду на занятиях;
- знать движения, изученные по программе.

#### ***Воспитанник будет уметь:***

- воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;
- владеть корпусом во время исполнения движений;
- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- исполнять хореографический этюд в группе.

Занятия по данной программе будут способствовать: развитию координации движений дошкольников, воображения, отработке механизмов межличностной коммуникации, воспитанию внимательного отношения друг к другу, умению искренне радоваться достижениям своих товарищей, желанию помочь им в преодолении встречающихся трудностей.