

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА № 81»
ГОРОДСКОГО ОКРУГА САМАРА**

Двадцать второго Партсъезда ул., 52 а, г.Самара, Россия, 443066
Тел.(факс): (846)222 57 58; e-mail:detsad-81@list.ru; sdo.ds81@63edu.ru

Рассмотрена на заседании
педагогического совета № 5
протокол № 5
от « 4 » августа 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 81» г. о. Самара
Мальгина И.Н.
« 4 » августа 2025 г.



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая
программа «Спортивная карусель»**



Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст детей от 5 до 6 лет

Срок реализации 9 месяцев

Разработчик:

Плешакова Ю.В.,

Инструктор по физической культуре

г. Самара 2025 год

Оглавление

1. Пояснительная записка	3
2. Учебно-тематический план Программы	8
3. Содержание Программы	9
4. «Воспитание».....	12
4. Методическое обеспечение	15
5. Список используемой литературы	16
6. Приложение	17

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивная карусель» (далее Программа) по направленности образовательной деятельности относится к физкультурно-спортивной.

Программа разработана на основе и с учетом:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012;
- Указа Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
- Концепции развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);
- Плана мероприятий по реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р);
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказа Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Стратегии социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441);

- Письма Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разно уровневые программы)»);

- Письма министерства образования и науки Самарской области от 30.03.2020 № МО-16-09-01/434-ТУ (с «Методическими рекомендациями по подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО»).

В настоящее время ведущим элементом современной государственной системы физического воспитания является гимнастика. Ее средства и методы находят свое применение во всех звеньях физкультурного образования, в том числе и дошкольного. Современная система гимнастики представляет собой совокупность различных видов, важнейшими из которых в связи с проблемой оздоровления нации становятся оздоровительные виды гимнастики.

Спортивные танцы –это комплекс упражнений, направленный на укрепление здоровья и общее развитие тела человека. Основу спортивных танцев составляют физические и танцевальные упражнения различной направленности, выполняемые в согласовании и взаимосвязи с музыкой, передавая ее ритм, темп, характер с помощью движений.

Направленность программы. Дополнительная образовательная программа имеет физкультурно-спортивную направленность, а также художественно-эстетическую. Она способствует увеличению двигательной активности у детей и помогает им овладеть осознанными двигательными действиями.

Спортивные танцы способствует укреплению здоровья, повышению работоспособности, развитию основных физических качеств, совершенствованию чувства ритма, формированию культуры движений, танцевальных навыков.

Новизна. Новизна программы состоит:

- в продуктивном внедрении в образовательный процесс

здоровьесберегающих и оздоровительных технологий;

- в комплексном воздействии различных видах двигательной активности и совершенствования физических и спортивных показателей;
- в раскрытии творческого потенциала личности;

Актуальность. В настоящее время с развитием информационно-коммуникационных технологий возрос интерес детей дошкольного возраста к использованию гаджетов. В связи с этим потребность дошкольников в двигательной активности снизилась, а, соответственно, снизился уровень здоровья. Спортивные танцы способствует развитию потребности детей дошкольного возраста в двигательной активности, формированию физических качеств, двигательных умений, развитию музыкального слуха и выразительности движений. Ритмичная музыка, танцевальные движения создают положительные эмоции, снижают психологическое утомление, повышая работоспособность организма и стимулируя у ребенка желание заниматься физическими упражнениями.

Педагогическая целесообразность. В процессе занятий танцами у детей дошкольного возраста укрепляется здоровье, формируется правильная осанка, повышается работоспособность, развиваются основные физические качества, совершенствуется чувство ритма, формируется культура движений. Ребенок, систематически занимающийся танцами, способен управлять своим телом и эмоциями, свободен и прост в общении с другими людьми.

Цель дополнительной образовательной программы: формирование у детей дошкольного возраста потребности в двигательной активности, развитие навыков выразительного движения в процессе восприятия музыки.

Задачи:

1. Способствовать укреплению здоровья и повышению работоспособности организма детей дошкольного возраста;
2. Развивать у детей дошкольного возраста физические качества и основные виды движения;

3. Развивать у детей дошкольного возраста высшие психические функции, музыкально-ритмическое чувство;
4. Формировать умение детей дошкольного возраста воспринимать развитие музыкальных образов и выражать их в движениях, согласовывать движения с характером музыки наиболее яркими средствами выразительности;
5. Способствовать развитию у детей дошкольного возраста творческого потенциала.
6. Закреплять основные элементы спортивных танцев (шаги, повороты).

Отличительные особенности дополнительной образовательной программы является большой набор движений, связанных музыкой в определенной последовательности. Данная программа отличается от других программ тем, что занятия проводятся с использованием разных видов аэробики (базовой аэробики, танцевальной аэробики, стретчинга, фитбол-аэробики,) и других оздоровительных технологий и методик (детской йоги, ритмической гимнастики, дыхательной гимнастики, шейпинга, релаксирующей гимнастики), а также с использованием танцевальных элементов хореографии. Каждой музыкальной части соответствуют серии движений, выполняемые в согласовании с музыкой. Занятия проводятся в форме игровых уроков по сюжетам сказок, поточным методом и под не прерывную музыкальную фонограмму.

Комплексы занятий разработаны с учетом возрастных возможностей детей. При выборе так же учитываются желания самих детей, их инициатива и активность.

Возраст детей. Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности для детей дошкольного возраста «Спортивная карусель» рассчитана на детей в возрасте 5-6 лет.

Срок реализации программы: 9 месяцев (36часов)

Форма и режим занятий. Программа предполагает проведение

образовательной деятельности один раз в неделю, во вторую половину дня.

Продолжительность образовательной деятельности обусловлена возрастом занимающихся: старшая группа (дети 5-6 лет) – 25 минут;

Форма занятий – групповая, подгрупповая, индивидуальная.

На занятиях спортивными танцами идет одновременно развитие физических качеств и формирование базы эстетических движений тела и его звеньев. Занятия танцами в большей степени способствуют развитию как моторной, так слуховой и зрительной памяти. Это происходит естественно в сочетании с другими задачами физического воспитания.

Для данной возрастной группы дошкольников предлагаются преемственные базовые комплексы гимнастики, на основе которых планируются физкультурные занятия. Таким образом, главными компонентами спортивных танцев являются: движение, музыка, игра и сюжет.

Включение детей в образовательный процесс возможно на любом этапе реализации программы, т.к. допускается усложнение или упрощение материала с индивидуальным подходом к каждому обучающемуся.

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности

1. Умеют выполнять простейшие построения и перестроения.
2. Умеют исполнять ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку.
3. Умеют ритмично двигаться в различных музыкальных темпах.
4. Знают основные танцевальные позиции рук и ног.
5. Умеют выполнять простейшие двигательные задания по креативной гимнастике.
6. Умеют выполнять простейшие двигательные задания с использованием спортивного инвентаря (мяч, обруч, лента, помпоны и др.)
7. Дети с удовольствием посещают занятия, они активны и

эмоциональны.

Результаты мониторинга фиксируются в карте наблюдений. Оценка уровня овладения детьми музыкально-ритмическими движениями проводится в соответствии с показателями по высокому, среднему, низкому уровням.

Уровень определяется в зависимости от качества выполнения музыкально-ритмических движений:

Высокий уровень – ребенок самостоятельно передает выразительность движений в соответствии с характером музыки, ритм движений соответствует ритму музыки, качественно выполняет танцевальные движения, передает игровые образы; самостоятельно выполняет танцевальные упражнения.

Средний уровень – ребенок способен вслушиваться в слова и музыку произведения, воспринимать содержание, проявляет интерес к выполнению танцевальных движений; не всегда проявляется четкость в выполнении движений, не всегда выполняет заданный ритмический рисунок; выполняет танцевальные движения на основе предварительного показа; с помощью педагога передает игровые образы. Стремится к качественному выполнению упражнений.

Низкий уровень – проявляет поверхностный интерес к выполнению танцевальных упражнений; не добивается четкости в движениях, не выполняет заданный ритмический рисунок, не стремится к качественному выполнению упражнений, не способен передавать игровые образы, на помощь педагога не реагирует.

Контроль за выполнением Программы осуществляется в виде итогового открытого мероприятия - Мюзикл «Цирк приехал!» для педагогов и родителей на базе детского сада.

2. Учебно-тематический план программы

Модуль	Количество часов
Модуль 1. «Осенняя пора»	6 ч.

Модуль 2. «Ребята, давайте жить дружно!»	3 ч.
Модуль 3. «Край в котором я живу»	3 ч.
Модуль 4. «Зимушка-зима»	9 ч.
Модуль 5. «Наша армия»	3 ч.
Модуль 6. «Мама – первое слово»	5 ч.
Модуль 7. «Детки в клетке»	3 ч.
Модуль 8. «Мы артисты»	4 ч.

3. Учебно-тематический план. Содержание

№ занятия	Тема	Задачи
Сентябрь		
Модуль 1. «Осенняя пора»		
1	«Осенние дождинки»	<ul style="list-style-type: none"> • Построение в шеренгу, колонну по команде • Хлопки в такт музыки • Шаг с носка, на носках • Маршевый танцевальный шаг под музыку с различным темпом • Разучивание танца «Самара – город мой»
2	«Дары осени»	<ul style="list-style-type: none"> • Передвижение в сцеплении за руки • Построение врассыпную • Закреплять топающий шаг. • Изучение базовых шагов вальса.
3	«Красавица осень»	<ul style="list-style-type: none"> • Построение в круг, передвижение по кругу • Группировка • Поднимание рук на вдохе, свободное опускание рук на выдохе
4	«Лесная сказка»	<ul style="list-style-type: none"> • Основные движения туловищем и головой • Комплекс общеразвивающих упражнений под музыку • Упражнять в умении выполнять танцевальные движения. • Развивать умение детей изображать музыкальный образ.
Октябрь		
5	«Осенний дождик»	<ul style="list-style-type: none"> • Пружинные полуприсяды • Потряхивание кистями рук • Разучивание танца «Рябинки» • Перевод рук из 1-й позиции в 3-ю, затем во 2-ю и плавно вниз в подготовительную. Закрепить позиции рук.
6	«Листопад»	<ul style="list-style-type: none"> • Ритмический танец • Упражнения на укрепление осанки • Формировать умение выполнять танцевальный комплекс упражнений с султанчиками. • Разучивание танца «Листопад».
Модуль 2. «Ребята, давайте жить дружно!»		
7	«На крутом берегу»	<ul style="list-style-type: none"> • Акцентированная ходьба с выделением

		<p>сильной доли такта ударом ноги и хлопком, сидя на стуле</p> <ul style="list-style-type: none"> • Формировать умение выполнять танцевальный комплекс упражнений с султанчиками.
8	«Кручу, кручу»	<ul style="list-style-type: none"> • Построение в кругу, передвижение по кругу • Свободные, плавные движения руками • Имитационно-образные упражнения на осанку • Формировать умение выполнять танцевальный комплекс упражнений с обручами.
Ноябрь		
9	«Хвост за хвост»	<ul style="list-style-type: none"> • Построение врассыпную • Комбинация в образно-двигательных действиях • Работа в парах: развитие навыков взаимодействия и партнерства.
Модуль 3. «Край в котором я живу»		
10	«Россия – ты моя судьба»	<ul style="list-style-type: none"> • Общеразвивающие упражнения для пальчиков • Имитационно-образные движения на укрепление осанки • Разучивание танца «Россия – ты моя судьба» с тканью
11	«Самара-городок»	<ul style="list-style-type: none"> • Продолжать развивать умение выполнять русские народные движения в кругу. • Продолжать учить бегать легко и ритмично, не зажимать руки. • Совершенствовать выполнение разученных танцевальных движений.
12	«Поездка в лес»	<ul style="list-style-type: none"> • Учить принимать новые позиции рук и ног. • Разучивание танцевально-ритмического комплекса «Пяточка-носочек» • Содействовать развитию ловкости и ориентированию в пространстве
Декабрь		
Модуль 4. «Зимушка-зима»		
13	«Зимние узоры»	<ul style="list-style-type: none"> • Акцентированная ходьба с махом руками вниз на сильную долю такта. • Закреплять навык пружинящего движения.
14	«Зимние просторы»	<ul style="list-style-type: none"> • Построение врассыпную. Марш в разных направлениях • Формировать умения двигаться парами, выполнять танцевальные движения.
15	«Зима пришла!»	<ul style="list-style-type: none"> • Различие динамики звука «громче-тише» • Комбинация из танцевальных шагов
16	«Новый год стучится в двери»	<ul style="list-style-type: none"> • Импровизация движений под музыку • Продолжать развивать умение выполнять движения с предметами.
Январь		
17	«Рождественская сказка»	<ul style="list-style-type: none"> • Имитационно образные упражнения на дыхание • Развивать умение изображать сказочные образы в движении.

18	«Кружатся снежинки»	<ul style="list-style-type: none"> • Различие динамических оттенков музыки «громко-тихо» • Повторение разученных комбинаций • Содействовать развитию навыков культуры движений.
19	«Морозики»	<ul style="list-style-type: none"> • Поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет • Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком
20	«Три белых коня»	<ul style="list-style-type: none"> • Специальные упражнения для развития гибкости • Закреплять знакомые танцевальные движения в парах.
Февраль		
21	«Мороз – красный нос»	<ul style="list-style-type: none"> • Перестроение из одной шеренги в несколько по команде. • Игровые задания для развития пластической выразительности
Модуль 5. «Наша армия»		
22	«Пилоты»	<ul style="list-style-type: none"> • Разучивание танца «Пилоты» • Содействовать развитию воображения и творческих способностей
23	«Моряки»	<ul style="list-style-type: none"> • Упражнения на расслабление мышц, дыхательные упражнения и упражнение на укрепление осанки • Имитационно-образное упражнение «Моряки»
24	«Танец гостей»	<ul style="list-style-type: none"> • Закрепить выполнение упражнений пройденного • Различие динамики звука «Громко-тихо»
Март		
Модуль 6. «Мама – первое слово»		
25	«Мамочка любимая»	<ul style="list-style-type: none"> • Построение в шеренгу, колонну по команде • Общеразвивающие упражнения пальчиками
26	«Веселая капель»	<ul style="list-style-type: none"> • Различие динамики звука • Построение в шеренгу или колонну по распоряжению • Закрепить выполнение упражнений пройденного материала
27	«Весна-красна»	<ul style="list-style-type: none"> • Содействовать развитию прыгучести и ориентировке в пространстве • Разучивание игровых упражнений
28	«Солнышко лучистое»	<ul style="list-style-type: none"> • Повторение изученных ритмических танцев • Импровизационные упражнения под музыку • Содействовать танцевальности и музыкальности
Апрель		
29	«Космонавты»	<ul style="list-style-type: none"> • Разучивание танцевальных связок • Упражнения на укрепления осанки • Разучивание танца «Космонавты» с мячом
Модуль 7. «Детки в клетке»		
30	«Забавные животные»	<ul style="list-style-type: none"> • Выполнение общеразвивающих упражнений под музыку, с акцентом на сильную долю

		<p>такта – основного движения</p> <ul style="list-style-type: none"> • Закрепить выполнение танцевально-ритмической гимнастики.
31	«Веселые артисты»	<ul style="list-style-type: none"> • Напряжение и расслабление положение рук в И.п. сед и лежа на спине • Выполнение ОРУ в различном темпе (на 4, на 2 и на каждый счет) • Разучивание танца «Африка»
32	«Доброе утро!»	<ul style="list-style-type: none"> • Построение в круг, передвижение по кругу • Разучивание сюжетно-игровых упражнений под музыку
Май		
Модуль 8. «Мы артисты»		
33	«Весенние цветы»	<ul style="list-style-type: none"> • Комбинация в образно-двигательных действиях • Закреплять знания позиций, сохранять равновесие • Хлопковые упражнения в ходьбе и беге по звуковому сигналу.
34	«Дружба крепкая»	<ul style="list-style-type: none"> • Построение в рассыпную • ОРУ для пальчиков • Русский хороводный шаг.
35	«Разбойники»	<ul style="list-style-type: none"> • Совершенствовать исполнения танцев и музыкальных связок • Дыхательная гимнастика под музыку
36	Мюзикл «Доктор Айболит»	<ul style="list-style-type: none"> • Мюзикл

4.ВОСПИТАНИЕ

Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей

Целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 2).

Задачами воспитания по программе являются:

— усвоение детьми знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций спортивной направленности; информирование детей, организация общения между ними на содержательной основе целевых ориентиров воспитания;

— формирование и развитие личностного отношения детей к физкультурным занятиям, к двигательной активности, к собственным нравственным позициям и этике поведения в учебном коллективе;

— приобретение детьми опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений в составе учебной группы, применение полученных знаний, организация активностей детей, их ответственного поведения, создание, поддержка и развитие среды воспитания детей, условий физической безопасности, комфорта, активностей и обстоятельств общения, социализации, признания, самореализации, творчества при освоении предметного и метапредметного содержания программы.

Целевые ориентиры воспитания детей по программе:

— освоение детьми понятия о своей российской культурной принадлежности (идентичности);

— принятие и осознание ценностей языка, литературы, музыки, спорта, традиций, праздников, памятников;

— воспитание уважения к жизни, достоинству, свободе каждого человека, понимания ценности жизни, здоровья и безопасности (своей и других людей), развитие физической активности;

— формирование ориентации на солидарность, взаимную помощь и поддержку, особенно поддержку нуждающихся в помощи;

— воспитание уважения к труду, результатам труда, уважения к старшим;

— воспитание уважения к спортивному наследию России, мировому спорту; — развитие творческого самовыражения в спорте, реализация традиционных и своих собственных представлений об эстетическом обустройстве общественного пространства.

Формы и методы воспитания

Решение задач информирования детей, создания и поддержки воспитывающей среды общения и успешной деятельности, формирования межличностных отношений на основе российских традиционных духовных ценностей осуществляется на каждом из учебных занятий.

Ключевой формой воспитания детей при реализации программы является организация их взаимодействий в упражнениях, в подготовке и проведении мероприятий с участием родителей (законных представителей).

В воспитательной деятельности с детьми по программе используются методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение), метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей); метод упражнений (приучения); методы одобрения и осуждения поведения детей, педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание детей их родителей (законных представителей), индивидуальных и возрастных особенностей детей) и стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного); метод переключения в деятельности; методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании; методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

Условия воспитания, анализ результатов Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива на базе реализации программы в МБДОУ «Детский сад №81» г.о.Самара в соответствии с нормами и правилами работы организации. Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей, интервью с ними) и

после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год). Анализ результатов воспитания по программе не предусматривает определение персонафицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного ребёнка, обучающегося, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем. Результаты, полученные в ходе оценочных процедур — опросов, интервью — используются только в виде агрегированных усреднённых и анонимных данных.

5. Методическое обеспечение программы.

1. Описание приемов и методов организации образовательного процесса. Обучение детей дошкольного возраста по дополнительной образовательной программе «Спортивная карусель» организуется в спортивном зале одновременно со всей группой детей в игровой форме поточным методом и под непрерывную музыкальную фонограмму.

2. Материально-техническое обеспечение программы:

- Комплекс видео-и аудио записей сюжетно-ролевой гимнастики;
- ноутбук;
- колонки;
- спортивное оборудование
- атрибуты

6. Список литературы

1. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика». -2-е изд., испр. и доп. СПб.: ЛОИРО,2000.
2. Бриске И.Э. «Мир танца для детей» Методические рекомендации по организации и проведению занятий по ритмике и танцу с детьми

дошкольного возраста, Челябинск, 2005 г.

3. Скрипниченко «Чудо-ритмика» /программа для детей 4,5-6,5 лет -Соликамск, 2010.
4. Фомина Н.А. Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика. Методические рекомендации к программе по физическому воспитанию дошкольников. М.: Баллас, Изд. Дом РАО, 2005.–144 с.