

Дополнительная общеразвивающая программа «СОФИ– ДЭНС» для детей 5-7 лет разработана на основе оздоровительно-развивающей программы по танцевально-игровой гимнастике «СОФИ– ДЭНС» Фирилёвой Ж.Е., Сайкиной Е.Г. в соответствии со следующими нормативными документами:

- Закон РФ «Об образовании»;
- Федеральный Государственный Образовательный Стандарт дошкольного образования (пр. Минобрнауки РФ от 17.10.2013 №1155)

Данная программа направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста и рассчитана на два года обучения – от пяти до семи лет. Содержание программы взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию в дошкольном учреждении и дополняет их. Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий.

В танцевально-игровую гимнастику входят:

- танцевально-ритмическая гимнастика (игроритмика, игрогимнастика, игротанец).
- креативная гимнастика (музыкально-творческие игры, специальные занятия).
- нетрадиционные виды упражнений (игропластика, пальчиковая гимнастика, игровой самомассаж, музыкально-подвижные игры, игры-путешествия).

Программа является оздоровительно-развивающей, что позволяет применять ее в дополнение к основной общеобразовательной программе ДОУ. Новизна заключается в использовании нетрадиционных эффективных форм физического, эстетического и музыкального воспитания.

Основные цели программы:

- содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами танцевально - игровой гимнастики
- реализация программы помогает естественному развитию организма ребёнка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем.
- создание необходимого двигательного режима, положительного психологического настроения, что способствует укреплению здоровья ребёнка, его физическому и умственному развитию.

Основные задачи программы:

1. Укрепление здоровья

- 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.

2. Совершенствование психомоторных способностей дошкольников:

- развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности
- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой.
- формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев
- развивать ручную умелость и мелкую моторику

3. Развитие творческих и созидательных способностей занимающихся

- развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор
- формировать навыки самостоятельного выражения движения под музыку
- воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощённости и творчества в движениях
- развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

Срок реализации программы - 2 года. Программа реализуется 2 раза в неделю. Продолжительность занятий 25-30 минут. Занятия организуются в помещении музыкального зала.