**Рабочая программа факультатива по физическому развитию *«Непоседы»* руководителя физического воспитания Проскуриной Татьяны Геннадьевны**

 Представляет собой систему работы по развитию у детей ритмических движений, двигательной активности, развития координационных способностей, ловкости, общей моторики.

 Программа разработана на основе программы «Детство» и «Старт». Факультатив «Непоседы» представлен как самостоятельный раздел и включен в программу «Воспитание и обучение в детском саду» под редакцией М.А Васильевой, В.В Гербовой, Т.С. Комаровой.

 **Цель данной программы:** формирование у детей двигательной активности через танцевально-ритмические упражнения.

 **Задачи программы:**

* Повышать интерес детей к занятиям физическими упражнениями через игровую деятельность;
* Создавать разностороннюю базу движений и жестов;
* Эффективно развивать двигательные способности (силовые, скоростно-силовые, координационные ит.д.)
* Способствовать через двигательную игровую деятельность эмоциональному развитию ребенку;
* Формировать выразительность движений;
* Способствовать формированию правильной осанки.

 Решение этих задач всецело направлено на воспитание гармонично развитой личности, развитие двигательной активности.

 Разучивание комплекса ритмических упражнений, делятся на

 **четыре этапа,** каждый этап отрабатывается на отдельном занятии один раз в неделю:

*Задача первого этапа:* Разобрать комплекс по частям без музыки. Обучить умению различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз.

*Задача второго этапа:* Отработать движения частями и соединить с музыкой. Приучать детей выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами. Учить отмечать в движении музыкальные фразы, акценты.

*Задача третьего этапа:* Отработать четкость движений под музыку, уделять внимание на технику движений рук и ног. Совершенствовать умение детей самостоятельно начинать движение после вступления, ускорять и замедлять темп.

*Задача четвертого этапа:* Закрепить движения целостным методом под музыку. По ходу выполнения корректировать технику отдельных упражнений. Закреплять у детей умение самостоятельно менять движение со сменой частей, чередованием музыкальных фраз (длинных и коротких); отмечать в движении сильную долю такта, реагировать сменой движений на смену характера музыки, самостоятельно ускорять и замедлять темп разнообразных движений.

 Длительность одного занятия по ритмике 25-30 минут, проводится один раз в неделю. Разученные детьми комплексы используются на физкультурных занятиях, праздниках, развлечениях в течение года.

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тема**  | **Общее кол-во часов** | **Теоретических часов** | **Практических часов** | **Реализация** |
| «Вместе весело шагать»«Матросский танец»«Морячка»«Чунга-чанга»«Ветераны»«Матросский танец» | 555552 | 11111 | 44444 | Участие в ОлимпийскихиграхУчастие в празднике «День матери»Участие в утренниках посвященных 23 февраляУчастие в развлечении к 1 апреля.Участие в праздниках посвященных Дню Победы  |
|  | 27 | 6 | 21 |  |

 **Ожидаемый результат:** К концу года дети должны овладеть двигательными навыками с хорошей координацией движений, чувством ритма, и выразительностью движений.