Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
дополнительного образования
Беломорского муниципального района
«Беломорский центр дополнительного образования»

«Принята»

На заседании Педсовета
МАОУ ДО «Беломорский ЦДО»

Протокол №1 от 31.08.2022 г.

«Утверждаю»

Директор МАОУ ДО
«Беломорский ЦДО»

Е.Ю. Кузнецова

01.09.2022 г

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00A17467C185D2E7824F52A1C6B32D3598
Владелец: Кузнецова Елена Юрьевна
Действителен: с 29.06.2022 до 22.09.2023

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности

«СА-ФИ _ ДЕНС»

Возраст обучающихся: 4-7 лет
Срок реализации – 1 год

Разработчик:
Васильченко Ольга Борисовна,
Педагог дополнительного образования

Беломорск

2022

Содержание

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»

1.1	Пояснительная записка	с. 3-6
1.2	Цель программы	с.7
1.3	Содержание программы	с.10-15
1.4.	Планируемые результаты	с.16-17

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1	Календарный учебный график– группа 4-6 лет	с.18
2.2	Учебно-тематический план – группа 4-5 лет	с.19-27
2.3	Учебно-тематический план – группа 5-6 л	с.28-38
2.4	Календарный учебный график – группа 6-7 лет	с.39
2.5	Учебно-тематический план группа 6-7 лет	с.40-50
2.6	Условия реализации программы	с.51
2.7	Формы аттестации	с.52
2.8	Оценочные материалы	с.53-55
2.9	Методические материалы	с.56
3.0	Список литературы	с.57
3.1	Приложение	с.58-67

Раздел 1 «Комплекс основных характеристик программы»

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «СА – ФИ – ДЕНС» относится к художественной направленности. Данная программа разработана в соответствии с нормативными документами:

- Конституция Российской Федерации
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273 – ФЗ от 29.12.2012 г.
- Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 25.07.1998 г. №124-ФЗ
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации 31 марта 2022 г. № 678-р
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- Приказ Министерства Просвещения РФ от 09.11.2018 г № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Методические рекомендации МОиН РФ по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) от 18.11.2015 г. (№09-3242)
- Устав и другие локальные акты МАОУ ДО "Беломорский ЦДО".

В основу данной программы положена танцевально-игровая гимнастика для детей «СА – ФИ - ДАНС» Ж.Е. Фирилевой и Е.Г. Сайкиной

Программа «Са-фи-дэнс» является программой **стартового уровня.**

Актуальность программы

Определена государственными требованиями к модернизационным изменениям сферы дополнительного образования детей, проблемой совершенствования мер, направленных на увеличение охвата детей, обучающихся по дополнительным образовательным программам.

Детский сад – первая ступень общей системы образования, главной целью которой является всестороннее развитие ребенка. Большое значение для развития дошкольника имеет организация системы дополнительного образования. Большая часть родительских потребностей связана с физическим воспитанием и различными формами оздоровления детей, а около трети всех ожиданий – конкретно с хореографией. Многим родителям дошкольников уже пришлось убедиться в том, что заставить ребенка заниматься физическими упражнениями очень трудно. Но это необходимо, поскольку наши дети постоянно испытывают дефицит движения.

Заболеваемость с каждым годом растет и «молодеет». Данные ежегодных медицинских осмотров, проходящих в учреждении, показывают рост числа воспитанников детского сада, страдающих хроническими заболеваниями, имеющих патологическую осанку, нарушения опорно-двигательного аппарата. Современные дети реже гуляют, играют в подвижные игры, а часто с раннего возраста включаются во «взрослый» ритм, лишаясь беззаботных детских игр, ощущений, исследований. Тело и психика ребенка не накапливает в полной мере необходимого чувственного и двигательного опыта, что может негативно сказаться на физическом и психологическом здоровье.

Таким образом, актуальность программы «СА – ФИ - ДАНСЕ» состоит в решении проблемы удовлетворения желания родителей и детей в более качественном физическом развитии детей. Таким образом, танцевальное направление, и, в частности, хореография, является социальным заказом для дошкольного учреждения.

Педагогическая целесообразность данной образовательной программы состоит в гармоничном развитии детей с использованием танцевальных, игровых и соревновательных методов и обусловлена тем, что элементарные танцевальные и ритмичные движения являются основополагающими. Педагогически целесообразным является определение возрастного периода реализации программы, так как именно в дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, гармоничного физического развития, формируется личность человека. Программа разделена на модули, где каждый модуль соответствует своему возрасту, освоив который ребенок сможет реализовать себя в других ДООП объединения «Танцы» МАОУ ДО «Беломорский ЦДО»

Адресат программы

Программа предназначена для детей дошкольного и старшего дошкольного возраста. С 4 до 7 лет.

Программа состоит из трех возрастных модулей:
4-5 лет , 5 -6 лет, 6-7 лет.

В период от четырех до семи лет ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период. Содержание программы доступно для дошкольников, так как основывается на простых общеразвивающих упражнениях.

Дети четвертого года жизни отличаются любознательностью в этом возрасте у детей появляется возможность выполнять менее сложные по координации движения. Возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности. Детям предлагаются этюды, небольшие по содержанию рассказы, яркие музыкальные произведения для освоения образа, задания для импровизации танцевальных движений, игры с импровизациями.

Дети четвертого- пятого года жизни отличаются высокой активностью. Это создает новые возможности для развития самостоятельности во всех сферах их жизни. Дети среднего дошкольного возраста значительно более развиты физически. Их движения увереннее и разнообразнее. В этом возрасте важно наладить разумный двигательный режим, наполнить жизнь детей разнообразными подвижными играми, игровыми заданиями, танцевальными движениями под музыку, хороводными играми.

Дети пятого- шестого года жизни отличаются активизацией ростового процесса:

изменяются пропорции тела, совершенствуются движения, двигательный опыт детей расширяется, активно развиваются двигательные способности, заметно улучшается координация и равновесие. У детей активно развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но все еще слабыми остаются мелкие мышцы, особенно кистей рук.

Необходимо больше внимания уделять развитию мелкой моторики.

Движения детей шестого- седьмого года жизни отличаются достаточной координацией и точностью. Дети лучше ориентируются в пространстве, хорошо различают направление движения, скорость, смену темпа и ритма. Заметно увеличилось проявления волевых усилий при выполнении отдельных упражнений, стремление добиться хорошего результата. Проявляются личные интересы мальчиков и девочек в выборе физических упражнений и подвижных игр.

Психологические особенности позволяют самостоятельно придумывать новые образы, интерпретировать знакомые образы, передавать их взаимодействие. Дети способны к самостоятельному сочинению небольших танцевальных композиций с перестроением и комбинацией танцевальных движений.

Режим и продолжительность занятий

Занятия проводятся во второй половин дня.

Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения и необходимых для освоения программы

Модуль 4-5 лет – 30 часов. Запланировано 1 занятие в неделю продолжительностью не более 20 минут.

Модуль 5-6 лет – 30 часов. Запланировано 1 занятие в неделю продолжительностью не более 30 минут

Модуль 6-7 лет – 128 часов. Запланировано 2 занятия в неделю, каждое продолжительностью по 2 академических часа с перерывом в 10 минут. (академический час для детей 6-7 лет равен 30 минутам)

Формы обучения

По данной программе в основном преобладает очная форма обучения.

Особенности организации образовательного процесса –

Содержание программы ориентировано на добровольные одновозрастные группы постоянного состава наполняемостью до 12 человек.

Ведущей формой организации обучения является групповая. В целом состав групп остается постоянным в течение года. Наряду с групповой формой работы осуществляется дифференцированный индивидуальный подход к воспитанникам, т.к. в связи с их индивидуальными способностями, результативность в усвоении материала может быть различной.

Практическая значимость программы – в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную систему человека. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных. Данная программа составлена с учетом рекомендаций по возрастной физиологии, психологии, педагогике, гигиене. В нее включены движения и упражнения, которые выполняются из разных исходных положений, в разном темпе и направлены на развитие чувства ритма, координации движений, танцевальной памяти, а также для формирования правильной осанки.

Новизна программы заключается в том, что она дополнена разделом «игровой стрейчинг». Стрейчинг (в переводе с английского «растягивать») — комплекс упражнений для растягивания определенных мышц, связок и сухожилий. Стрейчинг - снижает мышечное напряжение, повышает их эластичность, что, в свою очередь, снижает травматизм и болевые ощущения, оказывает глубокое оздоровительное воздействие на весь организм. Стрейчинг раскрепощает детей, делает их открытыми и жизнерадостными. Во время занятий дети получают эмоциональную разрядку, физическое удовольствие, что в свою очередь вовлекает детей в процесс занятий и дает необходимый оздоровительный эффект. Отличительной особенностью данной программы является то, что она адаптирована к условиям образовательного процесса нашего ЦДО.

Вместо четырехгодичного обучения детей танцевально-игровой гимнастике, как предлагают авторы учебно-методического пособия «СА – ФИ - ДАНСЕ» Ж.Е. Фирилева и Е.Г. Сайкина, в учреждении будут действовать автономные группы воспитанников для занятий по программе (4-5 лет,5-6 лет, 6-7 лет). Это позволит сделать ежегодный набор в группы открытым и для тех детей, которые не начали заниматься с 4 лет. При адаптации программы под эти условия учитывались основные принципы дидактики, возрастные особенности каждой группы, физические возможности и психологические особенности ребенка в каждой из указанных выше возрастных периодов. В связи с введением раздела «игровой стрейчинг» изменилось количество времени, выделенного на другие разделы, по сравнению с программой, взятой за основу. Кроме того, в данной программе предлагается методика диагностики результативности по возрастным группам.

Отличительная особенность данной дополнительной общеобразовательной программы заключается в том, что она составлена в соответствии с современными нормативными правовыми актами и государственными программными документами по дополнительному образованию, требованиями новых методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных программ и с учетом задач, сформулированных Федеральными государственными образовательными стандартами нового поколения. Отличительными особенностями данной программы являются достижение максимальной усвояемости материала за счет темпо-ритма занятий, с использованием инновационных приемов и методов обучения:

- отбор содержания деятельности: на основе техники классического танца строится обучение технике современного танца,
- применение психофизических тренингов для создания комфортной обстановки.

Педагогическая целесообразность определена тем, что данная программа направлена на приобщение каждого ребенка к танцевально-музыкальной культуре, на применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной жизни, на улучшении своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Благодаря систематическому образованию и воспитанию ребенок приобретает эстетическую и танцевальную культуру, развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию танцевального искусства индивидуальности в коллективном процесс (общий танец), проявляется творческий потенциал при выполнении индивидуальных партий (соло) в коллективном постановочном процессе при создании танцевального номера.

«Я хочу танцевать!» - это желание ребенка есть главный девиз данной программы. И это желание будет решающим и определяющим при принятии ребенка. Призвание это или каприз покажет время, но позволить реализовать себя в этой сфере искусства может каждый, тем более что обучение танцевальному искусству предполагает большие физические и моральные нагрузки и здесь без желания и стремления не обойтись. Ведь не редко, дети, обладающие прекрасными профессиональными данными, в процессе обучения пасуют перед трудностями и, не желая утруждать себя, прерывают учебу. Дети же, не имеющие явных фактурных данных и вызывающие порой недоумение специалистов по поводу выбранного ими вида деятельности, но обладающие сильным желанием и стремлением, преодолевая свои физические недостатки путем самостоятельных занятий, добиваются блестящих результатов.

Данная программа направлена на удовлетворение потребностей ребенка в его желании танцевать, приобщение его к искусству танца, развитие художественного вкуса, постижение прекрасного посредством танца,

развитие творческих способностей детей. Занятия направлены не на взращивание танцора-профессионала, а на создание условий для развития танцевальных способностей и самораскрытия детей.

1.2 Основная цель образовательной программы.

Создание условий для развития двигательной сферы детей и освоения танцевальных навыков в соответствии с возрастными возможностями, также формирование мотивации к занятиям танцами средствами танцевально-игровой гимнастики.

Достижение цели предусматривает решение **следующих задач**:

Образовательные:

1.Приобщить обучающихся к танцевальному искусству, расширить знания о танцах.

2.Побудить к импровизации под музыку, сочинению собственных композиций из знакомых движений, придумыванию своих оригинальных движений в импровизации.

3.Формировать навыки основных танцевальных движений.

4.Формировать чувства ритма, темпа, координации и свободы движений.

Развивающие:

1. Развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор.
2. Развивать лидерские качества, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.
3. Содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно - сосудистой и нервной систем организма.
4. Развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности.
5. Формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев.

Воспитательные:

1. Воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощения и творчества в движениях.
2. Воспитывать у детей активность и самостоятельность, развивать коммуникативные способности.
3. Формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе.
4. Формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми.
5. Создавать атмосферу радости детского творчества в сотрудничестве.

1.3 Содержание программы.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Группа 4-5 лет

№	Разделы программы	Количество часы			Формы контроля
		Теория	Практика	всего	
1.	Давайте познакомимся	0.5	0.5	1	Наблюдение.
2.	Игроритмика	2	5	7	Наблюдение. Показ упражнений.
3.	Игрогимнастика	1	4	5	Наблюдение. Показ движений и упражнений.
4.	Игротанцы	0.5	2.5	3	Наблюдение и контрольные показы.
5.	Танцевально-ритмическая гимнастика	1	4	5	Показы танцевальных композиций на праздниках.
6.	Игропластика	0.5	1.5	2	Контрольные показы
7.	Пальчиковая гимнастика	0.5	1.5	2	Наблюдение.
8.	Музыкально-подвижные игры	0.5	2.5	3	Наблюдение.
9.	Игры-путешествия	0.5	1.5	2	Наблюдения. Контрольные показы.
	Итого	**7**	**23**	**30**	

Содержание учебно-тематического плана для группы 4-5 лет

Тема 1. Давайте познакомимся- 1 час

Теория: На первом занятии происходит знакомство с педагогом, коллективом, программой, во время которого желательно узнать данные о детях и их родителях, правилах поведения на занятиях танцев, технике безопасности, о форме одежды для занятий Кроме того, на этом занятии необходимо: рассказать детям о ЦДО, его истории, о кружках, которые в нем работают.

Практика: Игра «Давайте познакомимся». «Радостные» поклоны – Подбор репертуара

Форма контроля:. Вводный мониторинг- определение уровня способностей обучающихся - музыкальный слух, чувство ритма, слуховое внимание

Тема 2. Игроритмика- 7 часов

Теория: Знакомство и развитие чувства ритма и двигательных движений.

Знакомство с ритмическим рисунком, его обозначением.

Практика: Разучивание упражнений под музыку в разных ритмах и темпах.

Формы контроля: Наблюдение. Показ упражнений.

Тема 3. Игрогимнастика – 5 часов.

Теория: Показ педагогом разных видов упражнений и движений- строевых, акробатических, дыхательных, упражнений на расслабление мышц и укрепление осанки.

Практика: Разучивание различных упражнений и движений.

Формы контроля: Наблюдение. Показ движений и упражнений.

Тема 4. Игротанцы – 3 часа.

Теория: Показ различных игровых танцев и основных простейших танцевальных движений.

Практика: Разучивание различных игровых танцев и основных простейших танцевальных движений.

Формы контроля: Наблюдение и контрольные показы.

Тема 5. Танцевально-ритмическая гимнастика– 5 часов.

Теория: Составление танцевальных композиций, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность.

Практика: Повторение и разучивание танцевальных композиций.

Формы контроля: показы танцевальных композиций на праздниках.

Тема 6. Игропластика – 2 часа.

Теория: Показ упражнений для развития мышечной силы и гибкости учащихся.

Практика: Разучивание упражнений для развития мышечной силы и гибкости учащихся.

Формы контроля: Контрольные показы

Тема 7. Пальчиковая гимнастика – 2 часа.

Теория: Показ упражнений для развития мелкой моторики руки и координации движения рук.

Практика: Разучивание упражнений для развития мелкой моторики руки и координации движения рук.

Формы контроля: Наблюдение.

Тема 8. Музыкально-подвижные игры – 3 часа.

Теория: Показ приемов и упражнений имитации, подражания, ролевых ситуаций. Объяснение условий соревнований.

Практика: выполнение упражнений, соревнований.

Формы контроля: Наблюдение.

Тема 9. Игры-путешествия – 2 часа.

Теория: Объяснение условий проведения различных игр-путешествий.

Практика: участие в играх –путешествиях.

Формы контроля: Наблюдения. Контрольные показы.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

группы 5-6 лет

№	Разделы программы	Количество часы			Формы контроля
		Теория	Практика	всего	
1.	Давайте познакомимся	0.5	0.5	1	Наблюдение.
2.	Игроритмика	2	5	7	Наблюдение. Показ упражнений.
3.	Игрогимнастика	1	4	5	Наблюдение. Показ движений и упражнений.
4.	Игротанцы	0.5	2.5	3	Наблюдение и контрольные показы.
5.	Танцевально-ритмическая гимнастика	1	4	5	Показы танцевальных композиций на праздниках.
6.	Игропластика	0.5	1.5	2	Контрольные показы
7.	Пальчиковая гимнастика	0.5	1.5	2	Наблюдение.
8.	Музыкально-подвижные игры	0.5	2.5	3	Наблюдение.
9.	Игры-путешествия	0.5	1.5	2	Наблюдения. Контрольные показы.
	Итого	7	23	30	

Тема 1. Давайте познакомимся- 1 час

Тема 2. Игроритмика- 8 часов

Теория: Знакомство и развитие чувства ритма и двигательных движений

Практика: Разучивание упражнений под музыку в разных ритмах и темпах.

Формы контроля: Наблюдение. Показ упражнений.

Тема 3. Игрогимнастика – 5 часов.

Теория: Показ педагогом разных видов упражнений и движений- строевых, акробатических, дыхательных, упражнений на расслабление мышц и укрепление осанки.

Практика: Разучивание различных упражнений и движений.

Формы контроля: наблюдение. Показ движений и упражнений.

Тема 4. Игротанцы – 3 часа.

Теория: Показ различных игровых танцев и основных простейших танцевальных движений.

Практика: Разучивание различных игровых танцев и основных простейших танцевальных движений.

Формы контроля: Наблюдение и контрольные показы.

Тема 5. Танцевально-ритмическая гимнастика– 5 часов.

Теория: Составление танцевальных композиций, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность.

Практика: Повторение и разучивание танцевальных композиций.

Формы контроля: показы танцевальных композиций на праздниках.

Тема 6. Игропластика – 2 часа.
Теория: Показ упражнений для развития мышечной силы и гибкости учащихся.
Практика: Разучивание упражнений для развития мышечной силы и гибкости учащихся.
Формы контроля: Контрольные показы
Тема 7. Пальчиковая гимнастика – 2 часа.
Теория: Показ упражнений для развития мелкой моторики руки и координации движения рук.
Практика: Разучивание упражнений для развития мелкой моторики руки и координации движения рук.
Формы контроля: Наблюдение.
Тема 8. Музыкально-подвижные игры – 3 часа.
Теория: Показ приемов и упражнений имитации, подражания, ролевых ситуаций. Объяснение условий соревнований.
Практика: выполнение упражнений, соревнований.
Формы контроля: Наблюдение.

Тема 9. Игры-путешествия – 2 часа.
Теория: Объяснение условий проведения различных игр-путешествий.
Практика: участие в играх –путешествиях.
Формы контроля: Наблюдения. Контрольные показы.

Учебно-тематический план

группа 6-7 лет

№	Разделы программы	Количество часы			Формы контроля
		Теория	Практика	всего	
1.	Вводное занятие.	1	1	2	Наблюдение.
2.	Игроритмика	3	9	12	Наблюдение. Показ упражнений.
3.	Игрогимнастика	2	4	6	Наблюдение. Показ движений и упражнений.
4.	Игротанцы	10	26	36	Наблюдение и контрольные показы.
5.	Танцевально-ритмическая гимнастика	2	8	10	Показы танцевальных композиций на праздниках.
6.	Игропластика	2	4	6	Контрольные показы
7.	Пальчиковая гимнастика	1	4	5	Наблюдение.
8.	Музыкально-подвижные игры	4	20	24	Наблюдение.
9.	Участие в воспитательных мероприятиях	-	9	9	Наблюдения. Контрольные показы.

10	Контрольные мероприятия	2	16	18	
	Итого	**27**	**101**	**128**	

Содержание учебного плана

Тема 1. Вводное занятие - 2 часа.

Теория: На первом занятии происходит знакомство с педагогом, коллективом, программой, во время которого желательно узнать данные о детях и их родителях, правилах поведения на занятиях танцев, технике безопасности, о форме одежды для занятий. Кроме того, на этом занятии необходимо: рассказать детям о ЦДО, его истории, о кружках, которые в нем работают. Правила поведения при чрезвычайных ситуациях и пожарной безопасности.

Практика: Игры «Давайте познакомимся». «Радостные» поклоны. Строевые упражнения: построение в шеренгу и колонну. Ходьба на носках («кошечка») и с высоким подниманием бедра («цапля»). Построение в круг. Общеразвивающие упражнения без предметов: сочетание основных движений прямыми («Буратино») и согнутыми руками (за головой, к плечам, на пояс).

Формы контроля: Вводная диагностика- определение уровня способностей обучающихся - музыкальный слух, чувство ритма, слуховое внимание.

Тема 2. Игроритмика- 12 часов

Теория: Знакомство и развитие чувства ритма и двигательных движений. Знакомство с понятием-«звук». Мажор и минор. Правила поведения в танцевальном зале и техника безопасности. Знакомство с устройством сцены. Знакомство с музыкальными размерами 2/4 и 4/4. игра по ритмике «Дирижер-оркестр». Игроритмика: акцентированная ходьба с махом руками, сгибание пальцев рук в кулак и разгибание Под бубен – принятьупор присев, а под дудочку или треугольник – встать на носки, руки вверх и другие задания. Хлопки и удары ногой в такт музыке. Выполнение движений туловищем в различном темпе.

Практика: Разучивание упражнений под музыку в разных ритмах и темпах. Хлопки на каждый счет и через счет.

Формы контроля: Наблюдение. Показ упражнений.

Тема 3. Игрогимнастика – 5 часов.

Теория: Показ педагогом разных видов упражнений и движений- строевых, акробатических, дыхательных, упражнений на расслабление мышц и укрепление осанки. Правила техники безопасности в работе с инвентарем в танцевальном зале.

Строевые упражнения: акцентированная ходьба с махом руками, сгибание пальцев рук в кулак и разгибание. Построение врассыпную.

Строевые упражнения: передвижение в обход, шагом и бегом. Бег по кругу и по ориентирам («змейкой»). удары ногой на каждый счет и через счет. Упражнения типа задания в ходьбе и беге по звуковому сигналу. Построение в шеренгу. Под музыку ходьба с продвижением вперед. Нет музыки – поворот направо (налево) – ходьба на месте.

Танцевально-ритмическая гимнастика: «Упражнение с обручем». движения с лентами. Упражнения типа задания в беге по звуковому сигналу. Ходьба и бег врассыпную.
Хореографически е упражнения: соединение изученных упражнений в законченную композицию.
Практика: Разучивание различных упражнений и движений. Передвижение в колонне обычным шагом затем бегом.
Формы контроля: наблюдение. Показ движений и упражнений.

Тема 4. Игротанцы – 36 часа.

Теория: Показ различных игровых танцев и основных простейших танцевальных движений. Ритмический танец: «Полька-хлопушка». «Русский хоровод». Танцевальные шаги: выпады в сторону, приставной и крестный шаг в сторону, бег на носочках, боковой галоп, подскоки, сочетание приставных и скрещенных шагов в сторону, нога в сторону на пятку с наклоном в сторону, руки в стороны, полуприседания, подъемы на носки, тройной притоп. Хореографически е упражнения: соединение изученных упражнений в законченную композицию. Комбинация из изученных шагов.
Танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья. Русский поклон. «Открывание» руки в сторону и на пояс, стоя боком к опоре. Выставление ноги- «носок – пятка – вперед и в сторону, стоя боком к опоре.
Танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья.
Знакомство с историей танцев «Полька». Основные движения русского танца «Ковырялочка», Танец:«Круговая кадриль». Ритмический «Спенк».
Игротанец: «Вкусный суп», «Танец моряков» **Танец «Калинка» с ложками и платочками. Вальс «Синий платочек».** «Танец с помпонами».
Знакомство с народными обычаями и играми и с народным игровым творчеством: «Три поросенка». Разучивание Пасхальных народных игр и хороводов.- упражнение танцевально-игрового характера «Ни кола, ни двора».
Знакомство с бальной культурой. Танцевальные шаги: Основные движения танца «Ча – ча – ча».
Знакомство с бальным этикетом. История костюма разных народов мира.
Знакомство с гостевым этикетом. . **Бальный «Полонез».**
Русский поклон. «Открывание» руки в сторону и на пояс, стоя боком к опоре.
Выставление ноги- «носок – пятка – вперед и в сторону, стоя боком к опоре.
Танцевальные шаги: хороводный шаг, притопы, повороты «баранкой».
Практика: Разучивание шагов, танцев и танцевальных композиций.
Формы контроля: Наблюдение и контрольные показы.

Тема 5. Танцевально-ритмическая гимнастика– 5 часов.

Теория: Составление танцевальных композиций, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Танцевально-ритмическая гимнастика: «Чебурашка». «Упражнения с мячами», - «Белочка».
Танцевально-ритмическая гимнастика: Марш.

Чирлидинг - как вид танца и спортивное направление.
Практика: Повторение и разучивание танцевальных композиций.
Формы контроля: показы танцевальных композиций на праздниках.

Тема 6. Игропластика – 2 часа.

Теория: Показ упражнений для развития мышечной силы и гибкости учащихся. Упражнения на расслабление мышц: потряхивание кистями рук и предплечья в положении сидя и стоя. Игропластика: «Змея» «Ёжик». Упражнение на дыхание: «Ветер», «Насосы». Самомассаж: «Дождик». Релаксация: «Дует ветерок». Упражнения на расслабление мышц: раскачивание руками из различных исходных положений. Игровой стрейчинг: «Колобок», «Смешной клоун», «Звезда», «Солнечные лучики», «Вафелька» Игропластика: «Винтик», «Часики –ходики», «Журавль», «Улитка», «Мост», «Лягушка», «Крестик». Игропластика: Нога в сторону на пятку с наклоном в сторону, руки в стороны. Поочередное пружинное движение ногами в стойке врозь.
Игровой стрейчинг: «Домик»
Практика: Разучивание упражнений для развития мышечной силы и гибкости учащихся.
Формы контроля: Контрольные показы

Тема 7. Пальчиковая гимнастика – 2 часа.

Теория: Показ упражнений для развития мелкой моторики руки и координации движения рук. Пальчиковая гимнастика: «Наш дом». «Зима», «Зимние забавы».
Практика: Разучивание упражнений для развития мелкой моторики руки и координации движения рук.
Формы контроля: Наблюдение.

Тема 8. Музыкально-подвижные игры – 3 часа.

Теория: Показ приемов и упражнений имитации, подражания, ролевых ситуаций. Объяснение условий соревнований. Музыкально-подвижная игра «Музыкальное эхо». Музыкально-подвижные игры: «Дирижёр-оркестра», «Концерт».
«Музыкальные шаги», «Круг и кружочки», «Танец пяти движений» («течение воды», «переход через чащу», «сломанная кукла», «полет бабочки», «покой»). «Лес», «Танец огня», «Я от тебя убегу», «Делай как я, делай лучше меня.», «Горелки», «День – ночь». «Гонка мячей в колоннах и шеренгах», «Гудки», «Запев-припев».
Самомассаж: «Били лен, били», «Ни кола, ни двора», «Ванька – встань -ка». «Ручеек», «Щечки», «Дударь», «Колечко».
Практика: выполнение упражнений, игр и соревнований.
Формы контроля: Наблюдение.

Тема 9. Игры-путешествия – 2 часа.

Теория: Объяснение условий проведения различных игр-путешествий.
Практика: участие в играх –путешествиях.
Формы контроля: Наблюдения. Контрольные показы.

Тема10. Контрольные мероприятия.

Цель – проверить знания и умения, полученные в ходе реализации данного моделя данной программы.

1.4. Планируемые результаты

Личностные

В ходе занятий произойдет:

• рост и развитие опорно-двигательного аппарата (формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия);

• совершенствование физических способностей детей - разовьется мышечная сила, гибкость, выносливость, скорость, сила, координация

• развитие психических качеств: внимание, память, воображение, умственные способности;

• функционально совершенствование органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;

• развьется чувство ритма, музыкального слуха, памяти, умения согласовывать движения с музыкой

У детей улучшится:

• психоэмоциональное состояние;

Дети научатся:

• выражать эмоции, раскрепощаться и творчески двигаться.

У детей повысится интерес к танцевальным занятиям и желание заниматься танцами.

Предметные

Дети 4-5 лет будут знать и уметь

- назначение танцевального зала и правила поведения в нем;
- ориентироваться в зале, строиться в шеренгу;
- выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку;
- владеют навыками ритмической ходьбы;
- хлопать и топать в такт музыки;
- в музыкально-подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры и т.д.)

Дети 5-6 лет дети будут знать и уметь

- о назначении отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики;
- выполнять простейшие построения и перестроения;
- выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку;
- научатся ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами и выполнять простейший ритмический рисунок;
- основные танцевальные позиции рук и ног;
- выполнять простейшие двигательные задания по креативной гимнастике.

Дети 6-7 лет будут знать и уметь:

- правила безопасности на танцевальных занятиях, упражнениями без предметов и с предметами;
- передавать характер музыкального произведения в движении;
- выполнять основные хореографические упражнения;
- будут уметь исполнять ритмические,спортивные и бальные танцы и комплексы упражнений под музыку;
- уметь выполнять различные виды передвижений по залу и танцевальных упражнениях;
- выполнять двигательные задания по креативной гимнастике.

II. **Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»**

2.1. Календарный учебный график на 2022-2023 учебный год
Продолжительность обучения по программе « Са-фи-денс »
Для детей (4-5 и 5-6 лет) – 30 часов в год
Начало учебных занятий - 12.09.2022 г. Конец учебных занятий 23.04.2023 г.

Год обучения	Сентябрь			Октябрь				Ноябрь				Декабрь					Январь				Февраль				Март					Апрель			часов по ДООП		
	12-18	19-25	26-02	03-09	10-16	17-23	24-30	31-06	07-13	14-20	21-27	28-04	05-11	12-18	19-25	26-01	02-08	09-15	16-22	23-29	30-05	06-12	13-19	20-26	27-05	06-12	13-19	20-26	27-02	03-09	10-16	17-23	всего	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА
Учебные недели	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	32			
1ГОД ОБУЧЕНИЯ	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	30	2	28

- аттестация, контроль - учебные дни -каникулы

Продолжительность обучения по программе «Са-фи-денс»

для детей 6-7 лет период обучения - 30 учебных недель.

Начало учебных занятий - 07.09.2022 г. Конец учебных занятий 23.04.2023 г.

Год обучения	Сентябрь				Октябрь				Ноябрь				Декабрь					Январь				Февраль				Март					Апрель			часов по ДООП		
	05-11	12-18	19-25	26-02	03-09	10-16	17-23	24-30	31-06	07-13	14-20	21-27	28-04	05-11	12-18	19-25	26-01	02-08	09-15	16-22	23-29	30-05	06-12	13-19	20-26	27-05	06-12	13-19	20-26	27-02	-09	10-16	17-23	всего	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА
Учебные недели	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17		18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32			
1 ГОД	**4**	**4**	**4**	**4**	**4**	**4**	**4**	**4**	**4**	**4**	**4**	**4**	**4**	**4**	**4**	**4**	**4**		**4**	**4**	**4**	**4**	**4**	**4**	**4**	**4**	**2**	**4**	**4**	**4**	**4**	**4**	**4**	**128**	**15**	**113**

- аттестация, контроль - учебные дни - каникулы

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Для проведения занятий по данной программе необходимо:
1. Кабинет, соответствующий санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда и оборудованный
- деревянным полом,
- зеркалами,
- хорошей вентиляцией,
- хорошим освещением.

Для проведения теоретических занятий необходима:
1. Проекционная или компьютерная техника для просмотра видеоматериалов.
2. Набор фонограмм для занятий.
3. Устройство для воспроизведения фонограмм.
4. Костюмы
6. Атрибуты, для выполнения различных упражнений и танцев: кубики, обручи, мячи, скакалки, ленточки, гимнастические скамейки, флажки,

Информационное обеспечение

Программа обеспечена методическими видами продукции:
- комплект музыкальных произведений
- разработки занятий и лекций в электронном виде.

Тема	Ссылка на информационный ресурс
Устройство сцены	Статьи›Сценический словарь art-complex.ru›- https://art-complex.ru/pages/slovar/(ссылка действ.)
Полька-тройками	Бальные танцы- ballroom-dances.ru›page/polka-trojka- https://ballroom-dances.ru/page/polka-trojka (ссылка действ.)
Танец «Спенк»	Статья (Описание танца Александровой Т.- http://dancelib.ru/ - http://dancelib.ru/books/item/f00/s00/z0000013/st008.shtml#:~:text =Спенк%20(Описание%20танца%20Александровой%20Т.),и%20 автостопа.%20Музыкальный%20размер%204%2F4(ссылка действ)
Гостевой этикет	Статья в Яндекс-semyadeti.ru›gostevoj-etiket.htm1- https://semyadeti.ru/gostevoj-etiket.htm1(ссылка действ.)
Правила поведения в лесу	Инфоурок –«Беседа о правилах поведения в лесу»- автор Картышева Маргарита Сергеевна https://infourok.ru/beseda-o-pravilah-povedeniya-v-lesu-5263219.html (ссылка действ.)
Праздник Пасха	Инфоурок-Статья «Детям о Пасхе - Светлом Христовом Воскресении»Специалисты методического отделения Белгород-2014- https://infourok.ru/detyam-o-pashe-svetlom-hristovom-voskresenii-613436.html (ссылка действ)

Вальс «Синий платочек»	Википерия-Статья «Синий платочек» https://ru.wikipedia.org/wiki/Синий_платочек (ссылка действ.)

Кадровое обеспечение

Программу ведет педагог дополнительного образования с педагогическим образованием и опытом ведения программ данной направленности. Реализующий данную программу педагог должен иметь:

- специальное хореографическое и педагогическое образование;
- стаж работы с детьми;
- знания особенностей физического и психологического развития дошкольников разной возрастной категории;
- педагог должен быть психологом, внимательно относиться к индивидуальности каждого ребёнка, должен быть гибким в плане построения занятия, должен чувствовать настроение детей, их устремления, желания и возможности, в то же время, сам должен быть творческой, высоко духовной личностью, иметь широкий кругозор, идти в ногу со временем
- необходим тесный контакт с родителями;
- педагог должен быть требовательным, добиваться от детей грамотного профессионального исполнения любых движений, различных па.

2.3.Формы аттестации

Для определения результативности освоения программы разработаны следующие формы аттестации:

- открытые занятия - в течение года, не менее двух раз проводятся открытые занятия для родителей воспитанников.
- Ежегодно в мае проводится творческий отчет. Воспитанники показывают ритмические танцы, пластические миниатюры, акробатические этюды, которые разучивают в течение года.

Дети, занимающиеся по данной программе, участвуют в проводимых ежегодно конкурсах различного уровня и фестивале детского творчества «Марафон талантов».

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

- журнал посещаемости;
- анкетирование родителей;
- фото и видеосъемка;
- отзыв детей и родителей.
- Составление «Карты оценки результативности» каждого ребенка в группе, в начале обучения и в конце обучения. (приложение 1)

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

-участие в утренниках и концертах в ЦДО; - -

- участие в конкурсах дошкольного творчества;
- открытые занятия согласно учебному плану.

2.4.Оценочные результаты

Диагностика проводится во время образовательной деятельности.

Основной параметр – проявление активности. Руководитель наблюдает за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий (на основе данного репертуара).

Цель обследования: выявить уровень музыкального и психомоторного развития ребенка (начального уровня и динамики развития, эффективности педагогического воздействия).

1.Выявить умение и навыки в исполнении музыкально-ритмических движений.

2.Выявить умение двигаться ритмично.

3.Выявить способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности.

4.Умение выполнять танцевальные движения с предметами.

5.Умение изменять движения в соответствии с фразами, темпом.

6.Проявлять танцевальное творчество.

Результаты мониторинга показателей развития двигательной сферы и освоения танцевальных навыков детей. Предлагаемый мониторинг разработан с целью оценки изменений, проявляющихся в развитии двигательной сферы детей и оценки степени освоения воспитанниками танцевальных навыков в ходе реализации программы «СА – ФИ - ДЕНС».

Таблицы мониторинга заполняются в начале (сентябрь) и в конце (май) работы объединения дополнительного образования детей. Для каждой возрастной группы представлены разные таблицы, содержащие критерии, связанные с возрастными особенностями группы и обусловленные требованиями к результатам освоения программы «СА – ФИ - ДЕНС».

Основной метод диагностики – наблюдение. Технология работы с таблицами проста и включает два этапа.

Этап 1. Напротив фамилии и имени каждого ребенка проставляются баллы в каждой ячейке указанного параметра, по которому затем считается итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение можно получить, если все баллы сложить (по строке) и разделить на количество параметров, округлять до десятых долей). Этот показатель необходим для проведения учета индивидуальных достижений каждого ребенка в развитии двигательной сферы и освоении танцевальных навыков.

Этап 2. Когда все дети прошли диагностику, подсчитывается итоговый показатель по объединению (среднее значение можно получить, если все баллы сложить (по столбцу) и разделить на количество параметров, округлять до десятых долей). Этот показатель необходим для описания общегрупповых тенденций развития двигательной сферы и освоения танцевальных навыков детьми.

Двухступенчатая система мониторинга позволяет оперативно выделять детей,

имеющих трудности в освоении того или иного навыка для того, чтобы предложить ребенку индивидуальную дифференцированную помощь, а также определять трудности освоения различных танцевальных навыков в каждой конкретной группе.

Нормативными вариантами развития двигательной сферы и освоения танцевальных навыков можно считать средние значения по каждому ребенку или обще-групповому параметру больше 3,8. Эти же параметры в интервале средних значений от 2,3 до 3,7 можно считать показателями наличия проблем в развитии двигательной сферы и освоении танцевальных навыков детьми.

Оценка уровня развития двигательной сферы и освоения танцевальных навыков детей:

1 балл – ребенок не демонстрирует указанный навык;

2 балла – допускает грубые ошибки по указанному критерию, не заинтересован в качественном выполнении задания;

3 балла – демонстрирует частично усвоенный навык с ошибками, нуждается в помощи взрослого;

4 балла – демонстрирует усвоенный навык с незначительными подсказками со стороны взрослого;

5 баллов – ребенок имеет полностью усвоенный навык, выполняет все задания без посторонней помощи, заинтересован в конечном результате.

2.5.Методические материалы

Все проводимые занятия являются практическими. Теоретическая часть (сообщение задач занятия, объяснение нового упражнения, рассмотрение вопросов техники безопасности) включается в каждое занятие, но иногда, выносится отдельным разделом в учебном плане.

Все занятия строятся по принципу общедоступности, без ущерба для качества образовательного процесса. Волнообразное построение занятий позволяет рационально чередовать трудные упражнения с легко выполнимыми. Что позволяет каждому ребенку почувствовать себя успешным в данном виде деятельности, естественным образом поддерживать мотивацию трудной, но достижимой цели.

Все выполняемые упражнения отбираются по принципу- природосообразности и соответствуют, как строению тела, так и природным функциям опорно-двигательной и мышечной систем организма ребенка. Вспомогательные корригирующие упражнения и дыхательная гимнастика выполняются на спине и животе, сидя, стоя на коленях, стоя в полный рост. Упражнения, которые, выполняются лежа на полу, разгружают позвоночник, приучают детей сосредотачивать внимание на суставно-мышечных ощущениях и учат сознательно управлять мышцами своего тела. Дети осваивают также правила полного расслабления тела. В результате выполнения упражнений увеличивается гибкость суставов, эластичность мышц и связок, что позволяет ребенку уверенней чувствовать себя в выполнении танцевальных движений. Дети развиваются

физически, совершенствуются двигательные навыки, развивается способность самовыражения посредством танца.

Для проведения занятия педагогу необходимо владеть различными методами организации деятельности учащихся и способами проведения упражнений. Это построения, перестроения и передвижения, использование гимнастических снарядов, предметов и другого вспомогательного инвентаря. Рекомендуется проводить занятия в сопровождении рассказов, речитативов, во время которых педагог предлагает детям выполнить цепь последовательных упражнений. Так создается ряд знакомых каждому ребенку образов, воображаемая игровая и ролевая ситуация, сюжет, правила для действий с предметами и без них. В сюжетных занятиях предварительная подготовка создаст благоприятные условия для их проведения и освоения программного материала. Для этого можно заранее подготовить отличительные знаки, эмблемы, жетоны, а для подведения итогов занятий и награждения — грамоты, значки, медали. Желательно на таких занятиях использовать маршрутные листы, указательные карты, экраны соревнований, обеспечить соответствующее теме оформление зала, подготовить костюмы.

Особое значение в проведении занятий имеет статус педагога, его речь, эмоциональный настрой, доброжелательное отношение к окружающим, активное участие в выполнении своей задачи. Все это создает атмосферу праздника и вызывает положительные эмоции участников. При правильной, четкой организации занятие имеет хорошую общую и моторную плотность.

Каждое занятие состоит из трех частей:

- подготовительной
- основной
- заключительной.

Подготовительная часть занятия занимает от 5 до 15% общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребенка — его центральную нервную систему, различные функции — к работе: разогреть мышцы, связки и суставы, создать психологический и эмоциональный настрой, сосредоточить внимание.

Для решения задач этой части используются следующие средства:

- игрогимнастика (строевые, общеразвивающие упражнения);
- игроритмика,
- музыкально-подвижные игры малой интенсивности,
- игры на внимание,
- игротанцы (танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы).

Основная часть занятия длится от 70% до 85% общего времени. В этой части решаются основные задачи, формируются двигательные умения и навыки, идет основная работа над развитием двигательных способностей: гибкости, мышечной силы, быстроты движений, ловкости, выносливости и др. В основную часть могут входить все средства танцевально-игровой гимнастики: ритмические,

акробатические, танцевальные упражнения, игропластика, креативная гимнастика и др.

Заключительная часть длится от 3% до 7% общего времени занятия. Используются упражнения на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные упражнения, игровой самомассаж. Это создает условия для постепенного перехода от возбужденного к относительно спокойному состоянию детей.

Организация проведения занятий.

Любое занятие следует начинать с организованного входа в зал, желательно под музыку. Затем осуществляется построение и детям сообщается задача занятия — чем они будут заниматься, что узнают нового, чему научатся на данном занятии. Если в конце занятия дети ответят на вопросы педагога, то поставленные задачи занятия можно считать почти выполненными.

Каждое занятие в поурочном планировании программы «Са-Фи-Денс» представляет собой единство содержательных, методических и организационных элементов. Нарушение этого единства приведет к снижению эффективности занятия и поставит под сомнение возможность решения педагогических задач.

Целостный процесс обучения гимнастическим упражнениям, танцам можно условно разделить на три этапа:

- начальный этап - обучение упражнению (отдельному движению);
- этап углубленного разучивания упражнения;
- этап закрепления и совершенствования упражнения.

Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, а дети пытаются воссоздать увиденное, попробовать упражнение. Название упражнения, вводимое педагогом на начальном этапе, создает условия для формирования его образа, активизирует работу центральной нервной системы детей. Показ упражнения или отдельного движения должен быть ярким, выразительным и понятным, желательно в зеркальном изображении. В танцевально-игровой гимнастике показ упражнения является наиболее существенным звеном процесса обучения, особенно для дошкольников, где восприятие движений в большей степени связано со зрительным анализатором. Правильный показ создает образ-модель будущего движения, формирует представление о нем и о способе его выполнения. Объяснение техники исполнения упражнения дополняет ту информацию, которую ребенок получил при просмотре. Объяснение должно быть образным и кратким, с использованием гимнастической терминологии. В дальнейшем, при проведении комплексов упражнений, краткая подсказка в виде термина сразу же воссоздает образ движения у обучаемых — они легко вспоминают отдельные элементы в общей композиции. Первые попытки опробования упражнения имеют большое значение при дальнейшем формировании двигательного навыка. Воспитанник впервые выполняет упражнение на основе тех представлений, которые он получил. Важно, чтобы между ощущениями первой попытки и уже создавшимся представлением об упражнении (на основе его названия, показа и

объяснения) не было больших расхождений. По первым попыткам выполнения упражнения педагог может судить, как обучаемый понял свою задачу, и в зависимости от этого планировать дальнейший путь обучения. При обучении несложным упражнениям (например, основные движения руками, ногами, головой, туловищем, простейшие прыжки и др.) начальный этап обучения может закончиться уже на первых попытках. При обучении сложным движениям педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения. Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять расчлененный метод. Например: изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе и только после этого продолжить дальнейшее обучение упражнению.

Если упражнение нельзя разделить на составные части, применяется целостный метод обучения. В танцевально-игровой гимнастике его можно использовать, выполняя упражнение в медленном темпе и четком ритме, без музыкального сопровождения или под музыку, но на два, четыре, восемь и большее количество счетов. При необходимости следует подобрать подводящие упражнения или, применяя подготовительные упражнения, создать основу для опробования изучаемого упражнения. Например, при обучении равновесию на одной ноге для удержания тела в вертикальном положении необходимо, чтобы сила мышц ног, разгибателей спины и брюшного пресса была достаточно хорошо развита. Для начального обучения упражнения используются ориентиры, ограничители. Так, при перестроении в колонну по трое ориентиром для направляющих могут являться кегли, а при ходьбе «змейкой» ограничителями будут кубики.

Педагог, проводя занятие, должен использовать разнообразные методические приемы обучения двигательным действиям. Так, образные сравнения, приводимые педагогом в объяснении того или иного движения, помогают детям правильно его осваивать, так как создают у детей особое настроение, что вызывает желание активно действовать, сопереживать.

Положительные эмоции при игровом обучении, похвала активизируют работу сердца, нервной системы ребенка. Нельзя вести обучение на фоне отрицательных эмоций. Необходимо увлекать, заинтересовывать ребят - только тогда обучение движениям будет эффективным.

Успех начального этапа обучения зависит также от умелого и своевременного предупреждения и исправления ошибок. Это дополнительные и ненужные движения, несоразмерность мышечных усилий и излишняя напряженность основных мышечных групп, значительное отклонение от направления и амплитуды движений, искажение общего ритма упражнения. Данные ошибки являются характерными на стадии формирования умения. Исправлять ошибки необходимо, начиная с более грубых. При удачном выполнении упражнения целесообразно его повторить несколько раз, закрепив тем самым предварительное представление о нем.

Этап углубленного разучивания упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основная задача этапа

сводится к уточнению двигательных действий, пониманию закономерностей движения, усовершенствованию ритма, свободного и слитного выполнения упражнения. Основным методом обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения. Расчленение движения происходит только в том случаи, когда нужно уточнение его деталей. Количество повторений в одном занятии увеличивается по сравнению с предыдущим этапом. Процесс разучивания существенно ускоряется, если удается обеспечить занимающихся срочной информацией о качестве его выполнения. К таким приемам в танцевально-игровой гимнастике можно отнести: выполнение упражнения перед зеркалом, использование звуковых ориентиров (хлопков, отражающих ритмическую характеристику упражнения или специально подобранной музыки, музыкальный размер которой способствует лучшему исполнению упражнения).

Успех на этапе углубленного разучивания упражнения зависит и от активности обучаемых. Повышению активности детей способствуют изменение условий выполнения упражнения, постановка определенных двигательных задач. С этой целью применяется соревновательный метод с установкой на лучшее исполнение. Другим эффективным методом является запоминание упражнения с помощью представления - «идеомоторной тренировки». В этом случае дети создают двигательные представления изучаемого упражнения сначала под музыку, а затем и без нее. Это содействует быстрому освоению упражнения, уточнению его деталей, двигательных действий. Только тогда, когда выполнение изучаемого упражнения отвечает характерным его особенностям, стилю исполнения, создает определенную школу движений, можно считать, что этап формирования основ двигательного навыка закончен.

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его в умение высшего порядка. Здесь применяется весь комплекс методов предыдущего этапа, однако ведущую роль приобретают методы разучивания в целом - соревновательный и игровой. По мере многократного повторения упражнения двигательный навык формируется в основном варианте. Задача педагога на этом этапе состоит не только в закреплении двигательного навыка у детей, но и в создании условий для формирования движений более высокого уровня, выполнение которых можно было бы использовать в комбинации с другими упражнениями. Здесь необходимо, совершенствуя качество исполнения упражнения, формировать индивидуальный стиль.

Этап совершенствования упражнения можно считать завершенным лишь только тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей. Только после этого данное упражнение можно применить с другими, ранее изученными упражнениями, в различных комбинациях, комплексах и танцах.

В танцевально-игровой гимнастике, с ее внешней простотой движений и яркой образностью упражнений под музыку, иногда трудно применить поэтапность обучения. Направляющая и воспитывающая роль педагога состоит в формировании «школы движений», определенного стиля их выполнения,

сознательного отношения к обучению. Это повышает интерес к занятиям любой сложности, стимулирует к активному и творческому труду

2.6. Список литературы

1. Бекина С.И. Музыка и движение (упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет): из опыта работы музыкальных руководителей детских садов. - М.: Просвещение, 1984г.
2. Герела Н.Ф. Дыхание, движение, Самомассаж. Методика оздоровления на основе парадоксальной дыхательной гимнастики А.Н.Стрельниковой-Л.,2000 г.
3. Кольцова М.М. Рузина М.С. Ребёнок учиться говорить. Пальчиковый игротренинг. СПб, 2008г.
4. Лейтес Н.С. Раннее проявление одаренности //Вопросы психологии № 4-1988г.
5. Михайлова М. А. Поем, играем, танцуем дома и в саду: популярное пособие для родителей и педагогов—Ярославль, Академия развития, 1997г.
6. Михайлова М.А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения: Впомощь музыкальным руководителям, воспитателям и родителям. — Ярославль: Академия развития, 2001г.
7. Роот З.Я. «Музыкально-дидактические игры для детей дошкольного возраста» Пособие для музыкальных руководителей Москва 2004г.
8. Тюрин, Аверкий. Самомассаж.-СПб., Москва Минск, Харьков 2009г.
9. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Сафи-дансе» Танцевально-игровая гимнастика
10. для детей дошкольного возраста с 3-7 лет», СПб. 2006г.

3. Приложения.

Формы взаимодействия с родителями

(сроки, формы работы, темы)

Сроки	Формы работы
Сентябрь	Родительские собрания
октябрь	Анкетирование –«Какое место в семье занимает танец и музыка» Фотовыставки (по возрастам) «Наши танцы».
ноябрь	Беседа«Значение формы одежды для занятий».
декабрь	Презентация – «Знакомьтесь: «Са-Фи-Денс»
январь	День открытых дверей «Наши желанные встречи».
Май	Отчётные концерты (открытые мероприятия) «Мы танцуем и поём, очень весело живём».

Приложение 1.

Карта оценки результативности реализации дополнительной образовательной программы «Са-фи-денс».

Ф.И.О. педагога_____

№ группы_____

№ п/п	Ф.И. ребенка	Направления реализации образовательной программы										Итоговый уровень ребенка	
		Ориентировка в пространстве		Ритмические танцы		Комплексы упражнений под музыку		Упражнения по игровому стрейчингу		Творческие проявления			
	Период.	Н. г.	К. г.	Н. г.	К. г	Н. г.	К. г.	Н. г.	К. г.	Н. г.	К. г.	Н. г.	К. г.
1.													
2.													
3.													
4.													
5.													
6.													
7.													
8.													
9.													

Приложения

Приложение 1

Дыхательная гимнастика по методике А.Н. Стрельниковой

Выполняя дыхательную гимнастику по методике А.Н. Стрельниковой, следует соблюдать следующие правила:

 делать короткий активный вдох носом;

 выдох выполнять через рот;

 вдох делать одновременно с движением;

 все вдохи-движения выполнять в темпе марша;

 считать мысленно, про себя (счет в данной гимнастике идет по 8, а не по 5 или 10, как в традиционной).

Очень полезно развивать дыхательную систему игровым методом: надувать воздушные шары, пускать мыльные пузыри, дуть на плавающие игрушки (шарики, бумажные лодочки), дуть на вертушки, нюхать цветы, гасить пламя свечи, дуть на горячий чай, рисовать через трубочку, при помощи дыхания, играть на игрушечных музыкальных инструментах (дудочки, губные гармошки и т.д.).

"Ладошки"

Исходное положение (и.п.): станьте прямо, согните руки в локтях (локти вниз) и "покажите ладони зрителю" - "поза экстрасенса". Делайте шумные, короткие, ритмичные вдохи носом и одновременно сжимайте ладони в кулаки (хватательные движения). Подряд сделайте 4 резких ритмичных вдоха носом (то есть "шмыгните" 4 раза). Затем руки опустите и отдохните 3- 4 секунды - пауза. Сделайте еще 4 коротких, шумных вдоха и снова пауза.

Активный вдох носом - абсолютно пассивный. Неслышный выдох через рот. Плечи в момент вдоха неподвижны!

Норма: "прошмыгайте" носом 24 раза по 4 вдоха.

Упражнение "Ладошки" можно делать стоя, сидя и лежа.

"Погончики"

И.п.: станьте прямо, кисти рук сожмите в кулаки и прижмите к животу на уровне пояса. В момент вдоха резко толкайте кулаки вниз к полу,

как бы отжимаясь от него (плечи напряжены, руки прямые, тянутся к полу). Затем кисти рук возвращаются ви.п. на уровень пояса. Плечи расслаблены - выдох "ушел". Выше пояса кисти рук не поднимайте. Сделайте подряд 8 вдохов-движений. Затем отдых 3-4 секунды и снова 8 вдохов движений.

Норма 12 раз по 8 вдохов-движений.

Упражнение "Погончики" можно делать стоя, сидя и лежа.

"Насос" ("Накачивание шины")

И.п.: станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч, руки вдоль туловища (основная стойка - о.с.). Сделайте легкий поклон (руками тянуться кполу, но не касаться его) и одновременно - шумный и короткий вдох носом во второй половине поклона. Вдох должен кончиться вместе с поклоном. Слегка приподняться (но не выпрямляться), и снова поклон и короткий, шумный вдох "с пола". Возьмите в руки свернутую газету или палочку и представьте, что накачиваете шину автомобиля. Поклоны делаются ритмично и легко, низко не кланяйтесь, достаточно поклона в пояс. Спина круглая, а не прямая, голова опущена.

"Накачивать шину" нужно в темпо-ритме строевого шага.

Норма 12 раз по 8 вдохов-движений.

Упражнение "Насос" можно делать стоя и сидя.

Поклон делается едва заметно, но обязательно с шумным и коротким вдохом через нос. Выдох делается после каждого вдоха самостоятельно (пассивно) через рот, но не открывая его широко.

"Кошка" ("Приседание с поворотом")

И.п.: Станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч (ступни ног в упражнении на должны отрываться от пола). Сделайте танцевальное

приседание и одновременно поворот туловища вправо - резкий, короткий вдох. Затем такое же приседание с поворотом влево и тоже короткий, шумный вдох носом. Вправо - влево, вдох справа - вдох слева. Выдохи происходят между вдохами сами, непроизвольно. Коленки слегка сгибайте и выпрямляйте (приседание легкое, пружинистое, глубоко не приседать). Руками делайте хватательные движения справа и слева на уровне пояса. Спина абсолютно прямая, поворот - только в талии.

Норма 12 раз по 8 вдохов-движений.

Упражнение "Кошка" можно делать, также сидя на стуле и лежа.

"Обними плечи" (вдох на сжатии грудной клетки)

И.п.: станьте, руки согнуты в локтях и подняты на уровень плеч. Бросайте руки навстречу друг другу до отказа, как бы обнимая себя за плечи. И одновременно с каждым "объятием" резко "шмыгайте" носом. Руки в момент "объятия" идут параллельно друг другу (а не крест на крест), ни в коем случае их не менять (при этом все равно, какая рука сверху - правая или левая); широко в стороны не разводить и не напрягать. Освоив это упражнение, можно в момент встречного движения рук слегка откидывать голову назад (вдох с потолка).

Норма 12 раз по 8 вдохов-движений.

Упражнение "Обними плечи" можно делать также сидя и лежа.

"Большой маятник" ("Насос" + "Обними плечи")

И.п.: станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Наклон вперед, руки тянутся к полу - вдох. И сразу без остановки (слегка прогнувшись в пояснице) наклон назад - руки

обнимают плечи. И тоже вдох. Кланяйтесь вперед - откидывайтесь назад, вдох с "пола" - вдох с "потолка".

Выдох происходит в промежутке между вдохами сам, не задерживайте и не выталкивайте выдох!

Норма 12 раз по 8 вдохов-движений.

Упражнение "Большой маятник" можно делать также сидя.

"Поворот головы"

И.п.: встаньте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Поверните голову вправо - сделайте шумный короткий вдох носом с правой стороны.

Затем поверните голову влево - "шмыгните" носом с левой стороны. Вдох справа - вдох слева. Посередине голову не останавливать. Шею не напрягать, вдох не тянуть!

Помните! Выдох должен совершаться после каждого вдоха самостоятельно, через рот.

Норма 12 раз по 8 вдохов-движений.

Поворачивайте голову чуть-чуть, но обязательно шумно "шмыгайте" носом. Делать эти упражнения можно сидя, а "Повороты головы" и

"Ушки" можно даже лежа.

"Ушки" ("Ай-ай")

И.п.: станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Слегка наклоните голову вправо, правое ухо идет к правому плечу - шумный короткий вдох носом. Затем наклоните голову влево, левое ухо идет к левому плечу - тоже вдох. Чуть-чуть покачайте головой, как бы мысленно

говорите кому-то: "Ай-ай-ай! Как не стыдно!" Смотреть нужно прямо перед собой. Это упражнение напоминает "китайского болванчика".

Вдохи делаются одновременно с движениями. Выдох должен происходить после каждого вдоха (не открывайте широко рот).

Норма 12 раз по 8 вдохов-движений.

Поворачивайте голову чуть-чуть, но обязательно шумно "шмыгайте" носом. Делать эти упражнения можно сидя, а "Повороты головы" и "Ушки" можно даже лежа.

"Маятник головой" ("Малый маятник")

И.п.: станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Опустите голову вниз (посмотрите на пол) - резкий короткий вдох. Поднимите голову вверх (посмотрите на потолок) - тоже вдох. Вниз - вверх, вдох с "пола" - вдох с "потолка". Выдох должен успевать "уходить" после каждого

вдоха. Не задерживайте и не выталкивайте выдохи (они должны уходить либо через рот, но не видно, не слышно, либо, в крайнем случае - тоже через нос).

Норма 12 раз по 8 вдохов-движений.

"Повороты головы", "Ушки" и "Маятник головой". Поворачивайте голову чуть-чуть, но обязательно шумно "шмыгайте" носом. Делать эти упражнения можно сидя, а "Повороты головы" и "Ушки" можно даже лежа.

"Перекаты"

А. И.п.: станьте левая нога впереди, правая сзади. Вся тяжесть тела на левой ноге. Нога прямая, корпус - тоже. Правая нога согнута в колене

и отставлена назад на носок, чтобы не потерять равновесие (но на нее не опираться). Выполните легкое танцевальное приседание на левойноге (нога в колене слегка сгибается) одновременно делая короткий вдох носом (после приседания левая нога мгновенно выпрямляется).

Затем сразу же перенесите тяжесть тела на отставленную назад правую ногу (корпус прямой) и тоже на ней присядьте, одновременн о резко "шмыгая" носом (левая нога в этот момент впереди на носке для поддержания равновесия, согнута в колене, но на нее не опираться). Снова перенесите тяжесть тела на стоящую впереди левую ногу. Вперед - назад, приседание - приседание, вдох - вдох.

1) приседание и вдох делаются строго одновременно; 2) вся тяжесть тела только на той ноге, на которой слегка приседаем; 3) после каждого приседания нога мгновенно выпрямляется, и только после этого идет перенос тяжести тела (перекат) на другую ногу.

Норма 12 раз по 8 вдохов-движений.

Б. И.п.: станьте правая нога впереди, левая - сзади. Повторите упражнение с другой ноги. "Шаги"

А. "Передний шаг" (рок-н-рол)

И.п.: станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Поднимите левую ногу, согнутую в колене, вверх, до уровня живота (от колена нога прямая, носок тянуть вниз, как в балете). На правой ноге в этот момент делайте легкое танцевальное приседание и короткий, шумный вдох носом. После приседания обе ноги должны обязательно на одно мгновенье принять и.п. Поднимите вверх правую ногу, согнутую в колене, на левой ноге слегка приседайте и шумно "шмыгайте" носом (левое колено вверх - и.п., правое колено вверх - и.п.). Нужно обязательно слегка присесть, тогда другая нога, согнутая в колене, легко поднимется вверх до уровня живота. Корпус прямой.

Можно одновременно с каждым приседанием и поднятием согнутого колена вверх делать легкое встречное движение кисте рук на уровне пояса. Упражнение "Передний шаг" напоминает танец рок-н-рол.

Выдох должен совершаться после каждого вдоха самостоятельно (пассивно), желательно через рот.

Норма 8 раз по 8 вдохов-движений.

Упражнение "Передний шаг" можно делать стоя, сидя и даже лежа.

Б. "Задний шаг"

И.п.: то же. Отведите левую ногу, согнутую в колене, назад, как бы хлопая себя пяткой по ягодицам. На правой ноге в этот момент слегка присядьте и шумно "шмыгните" носом.

Затем обе ноги на одно мгновенье верните в и.п. - выдох сделан. После этого отведите назад

согнутую в колене правую ногу, а налевой делайте танцевальное приседание.

Это упражнение можно делать только стоя.

Вдохи и движения делаются строго одновременно.

4 раза по 8 вдохов-движений.

Порядок выполнения:

1. "Ладошки"- 12 раз по 8 вдохов-движений.

2."Погончики" - 12 раз по 8 вдохов-движений.

3. "Насос" - 12 раз по 8 вдохов-движений.

4. "Кошка" - 12 раз по 8 вдохов-движений.

5. "Обними плечи" - 12 раз по 8 вдохов-движений.

6. "Большой маятник" - 12 раз по 8 вдохов-движений.

7. "Повороты головы" - 12 раз по 8 вдохов-движений.

8. "Ушки" - 12 раз по 8 вдохов-движений.

9. "Маятник головой" - 12 раз по 8 вдохов-движений.

10. "Перекаты"

а) 12 раз по 8 вдохов-движений - с левой ноги

б) 12 раз по 8 вдохов-движений - с правой ноги

11. "Шаги"

а) "Передний шаг" - 32 вдоха-движения.

б) "Задний шаг" - 32 вдоха-движения.

в) снова "Передний шаг" - 32 вдоха-движения

Упражнения на релаксацию и дыхание

"Драка"Цель: расслабить мышцы нижней части лица и кистей рук.

"Вы с другом поссорились. Вот-вот начнется драка. Глубоко вдохните, крепко-накрепко сожмите челюсти. Пальцы рук зафиксируйте в кулаках, до боли вдавите пальцы в ладони. Затаите дыхание на несколько секунд. Задумайтесь: а может, не стоит драться? Выдохните и расслабьтесь. Ура! Неприятности позади!"

Это упражнение полезно проводить не только с тревожными, но и с агрессивными детьми.

"Воздушный шарик"

Цель: снять напряжение, успокоить детей.

Все играющие стоят или сидят в кругу. Ведущий дает инструкцию: "Представьте себе, что сейчас мы с вами будем надувать шарики.

Вдохните воздух, поднесите воображаемый шарик к губам и, раздувая щеки, медленно, через приоткрытые губы надувайте его. Следить глазами за тем, как ваш шарик становится все больше и больше, как увеличиваются, растут узоры на нем. Представили? Я тоже представила ваши огромные шары. Дуйте осторожно, чтобы шарик не лопнул. А теперь покажите их друг другу". Упражнение можно повторить 3 раза.

"Корабль и ветер"

Цель: настроить группу на рабочий лад, особенно, если дети устали.

"Представьте себе, что наш парусник плывет по волнам, но вдруг он остановился. Давайте поможем ему и пригласим на помощь ветер.

Вдохните в себя воздух, сильно втяните щеки. А теперь шумно выдохните через рот воздух, и пусть вырвавшийся на волю ветер п отгоняет кораблик. Давайте попробуем еще раз. Я хочу услышать, как шумит ветер!" Упражнение можно повторить 3 раза.

"Штанга"

Цель: расслабить мышцы спины.

"Сейчас мы с вами будем спортсменами-тяжелоатлетами. Представьте, что на полу лежит тяжелая штанга. Сделайте вдох, оторвите штангу от пола на вытянутых руках, приподнимите ее. Очень тяжело. Выдохните, бросьте штангу на пол, отдохните. Попробуем еще раз".

"Сосулька"

Цель: расслабить мышцы рук. "Ребята, я хочу загадать вам загадку:

У нас под крышей

Белый гвоздь висит,

Солнце взойдет,

Гвоздь упадет. (В. Селиверстов)

Правильно, это сосулька. Давайте представим, что мы с вами артисты и ставим спектакль для малышей. Диктор (это я) читает им эту загадку, а вы будете изображать сосульки. Когда я прочитаю первые две строчки, вы сделаете вдох и поднимете руки над головой, а на

третью, четвертую — уроните расслабленные руки вниз. Итак, репетируем... А теперь выступаем. Здорово получилось!"

"Шалтай-Болтай"

Цель: расслабить мышцы рук, спины и груди.

"Давайте поставим еще один маленький спектакль. Он называется "Шалтай-Болтай".

Шалтай-Болтай

Сидел на стене.

Шалтай-Болтай

Свалился во сне. (С. Маршак)

Сначала будем поворачивать туловище вправо-влево, руки при этом свободно болтаются, как у тряпичной куклы. На слова "свалился во сне" — резко наклоняем корпус тела вниз".

"Винт"

Цель: снять мышечные зажимы в области плечевого пояса.

"Ребята, давайте попробуем превратиться в винт. Для этого поставьте пятки и носки вместе. По моей команде "Начали" будем поворачивать

корпус то влево, то вправо. Одновременно с этим руки будут свободно следовать за корпусом в том же направлении. Начали! ...Стоп!" Этюд может сопровождаться музыкой Н. Римского-Корсакова "Пляска скоморохов" из оперы "Снегурочка".

"Насос и мяч"

Цель: расслабить максимальное количество мышц тела.

"Ребята, разбейтесь на пары. Один из вас — большой надувной мяч, другой насосом надувает этот мяч. Мяч стоит, обмякнув всем телом, на полусогнутых ногах, руки, шея расслаблены. Корпус наклонен несколько вперед, голова опущена (мяч не наполнен воздухом). Товарищ начинает надувать мяч, сопровождая движение рук (они качают воздух) звуком "с". С каждой подачей воздуха мяч надувается все больше.

Услышав первый звук "с", он вдыхает порцию воздуха, одновременно выпрямляя ноги в коленях, после второго "с" выпрямилось туловище, после третьего — у мяча поднимается голова, после четвертого — надулись щеки и даже руки отошли от боков. Мяч надут. Насос перестает накачивать. Товарищ выдергивает из мяча шланг насоса... Из мяча с силой выходит воздух со звуком "ш". Тело вновь обмякло, вернулось в исходное положение." Затем играющие меняются ролями.

Приложение 2

Подвижные игры, музыкально-подвижные игры, игры-эстафеты, игры-забавы.

Игра «Дружные ребята»

Под музыку дети бегают врассыпную. Как только музыка заканчивается, они должны успеть запрыгнуть на островок, кто не успел, выбывает из игры. С каждым разом островков становится все меньше и меньше.

Игра «Нос — ухо — нос».

Играют все! Пальцем дотроньтесь до носа и скажите: «Нос».

Повторите еще раз. Я буду делать то же самое.

Если скажу «ухо», должны показать ухо. Понятно? Начали!

Карлсон говорит «ухо», показывает на подбородок.

Веселится. Игра повторяется несколько раз.

Соревнование «Перетягивание каната»

(читать разные заклинания, дети выполняют действия.)

— Ти-ри, би-ри, мя-ца, бря-ца.Начинают все смеяться! (Все смеются.)

— Ти-ри, би-ри, фи-ти, феть! Начинают все реветь! («Плачут».)

— Ти-ри, би-ри, фи-ти, фать! Начинают все плясать! (Пляшут.)

— Ти-ри, би-ри, баю-бай, поскорее- засыпай! («Засыпают».)

Игра «Игрушки»

Играющие стоят в кругу. Ведущий объясняет правила игры: "Если я скажу "неваляшка" - вы должны раскачиваться из стороны в сторону.

На слово "солдатик" - маршировать, "юла" - веретено руками, "мячик" - подпрыгивать на месте, "погремушка" - дружно хлопать в ладоши".

Ведущий может изменять показ, темп, а ребята должны внимательно следить за словами и действиями ведущего и правильно выполнять условленные движения.

Игра «Ой, ля, калина»

Ведущий говорит слона и показывает движения, дети за ним повторяют, начиная с одной строчки и постепенно добавляя последующие.

После того, как выучили все слова и движения, все повторяется несколько с убыстрением.

Ведущий: "Ой, ля, калина" (хлопок руками по коленям, хлопок перед собой, щелчок пальцами)

Ведущий: "Ой, ля, ку-ку". (движения те же)

Все повторяется дважды.

Ведущий: Румба-румба (руки перед грудью, согнуты в локтях - вращательные движения руками}

Ведущий: "Тач-тач-тач" (руки согнуты в локтях, локти прижаты к поясу, кисти рук изображают "клювы утят")

Ведущий: "А-а-а! О-о-о"" (ладонью правой руки описать круг справа, затем ладонью левой руки описать круг слева)

Ведущий: "Пиф! Паф!" (указательными пальцами правой и левой руки указываем сначала вправо, затем влево)

Коммуникативная игра «Два кота»

Та-та два кота (стоят парами по кругу)

Восемь лапок, два хвоста (лицом к друг другу)

Серый кот в чулане, (выполняют хлопки друг с другом)

Все усы в сметане (поворачиваются спинками)

Черный кот полез в подвал(парами двигаются боком)

И мышонка там поймал (приставным шагом в центр)

Так же двигаются из круга.

С окончанием, повернувшись

Лицом обхватывают друг друга.

Игра «Эхо»

Собирайся, детвора! ... ра, ра!

Начинается игра! … ра, ра!

Ты ладоши не жалей! … лей, лей!

Бей в ладоши веселей! … лей, лей!

Сколько времени сейчас! … час, час!

Сколько будет через час! … час, час!

И неправда, будет два! … два, два!

Думай, думай голова! … ва, ва!

Как поет в селе петух! … ух, ух!

Да не филин, а петух! … ух, ух!

Вы уверены, что так? … так, так!

А на самом деле, как? … как, как!

Сколько будет дважды два? …два-два!

Ходит кругом голова! …ва, ва!

Вы хорошие всегда? … да, да!

Или только иногда! …да, да!

Не устали отвечать? … ать, ать!

Разрешаю помолчать!

Игра «Как живешь?»

Как живешь? Вот так! (показываем класс)

А плывешь? Вот так!

А бежишь? Вот так!

Вдаль глядишь? Вот так!

Ждешь обед? (подпираем подбородок ладонью) Вот так!

Машешь вслед? Вот так!

Утром спишь? Вот так!

А шалишь? Вот так! (надуваем щеки и лопаем)