

МАДОУ «Детский сад комбинированного вида №8 г. Шебекино»

Принята на заседании  
педагогического совета  
МАДОУ «Детский сад  
комбинированного вида  
№ 8 г. Шебекино»  
От «31» августа 2022 г.  
Протокол № 1

Согласовано:  
старший воспитатель  
 Макарова В.Н.

Утверждаю:  
заведующий МАДОУ  
«Детский сад  
комбинированного вида  
№ 8 г. Шебекино»  
 Смирнова О.Л.  
Протокол от «31» августа 2022 г.  
№ 199



**ПРОГРАММА**  
**дополнительного образования**  
**по эстетическому развитию детей**  
**«Непоседы»**  
для работы с детьми дошкольного возраста  
от 5 лет до 6 лет (1 года обучения)  
в дошкольном образовательном учреждении

Составила: Онегова Марина Валерьевна  
педагог дополнительного образования

г. Шебекино  
2022

## **СОДЕРЖАНИЕ**

1. Пояснительная записка
2. Структура и содержание программы.
3. Характеристика особенностей развития детей
4. Условия реализации программы
5. Контроль за самочувствием детей
6. Ожидаемый результат
7. Учебно – тематическое планирование
8. Календарно тематическое планирование
9. Методическое оснащение программы

## 1. Пояснительная записка

«...Если двигательные нагрузки отсутствуют или они незначительны, то объем информации, поступающий из рецепторов мышц, уменьшается, что ухудшает обменные процессы в тканях мозга и приводит к нарушениям его регулирующей функции!» (Ю.Змановский).

Доказано, что дети, занимающиеся основами хореографии, к моменту поступления в школу владеют достаточно прочным запасом двигательных навыков и умений, обладают хорошей памятью, вниманием, фантазией. Для них характерна правильная осанка, высокая работоспособность, целеустремленность и, что не менее важно, интерес к познанию. Все это помогает ребятам быстрее адаптироваться к новым требованиям, которые предъявляются в учебной деятельности.

Потребность в двигательной активности у детей дошкольного возраста настолько велика, что врачи и физиологи называют этот период «возрастом двигательной активности».

И именно занятия хореографией помогают творчески реализовать эту потребность, ибо бесконечное разнообразие движений позволяет развивать не только чувство ритма, укреплять скелет и мускулатуру, но и стимулирует память, внимание, мышление и воображение ребенка.

Работая и наблюдая за детьми в ДОУ, выяснилось, что у детей двигательные навыки не достаточно сформированы, дети замкнуты, двигательная активность слабая. Поэтому, появилась актуальная необходимость в разработке дополнительной программы, которая поможет в работе с детьми, для развития танцевально-творческих способностей.

Данная программа поможет сформировать у дошкольников навыки танцевальной техники, а также нравственно-волевые качества личности: настойчивость в достижении результата, выдержку, умение контролировать свои движения, действовать в коллективе. Программа обеспечивает укрепление физического, психического и психологического здоровья детей.

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, любая программа, основанная на движениях под музыку, будет развивать и музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе. Однако, занимаясь одним и тем же видом деятельности, можно преследовать различные цели, например, акцентировать внимание на развитии чувства ритма у детей, либо двигательных навыков, артистичности и т.д., в зависимости от того, в каком учреждении, в каких условиях и зачем ведется данная работа.

Рабочая программа составлена на основе программы по ритмической пластике для детей А.И. Буренина и на основе танцевально – игровой программы «Са – Фи – Дансе» Ж. Е. Фириливе, Е.Г. Сайкина.

Основная направленность программы является универсальной, — психологическое раскрепощение ребенка через освоение своего собственного тела как выразительного ("музыкального") инструмента.

Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его

движения естественными и красивыми. Программа «Ритмическая мозаика» воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Необходимо продолжать развивать у дошкольников творческие способности, заложенные природой. Музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

Программа рассчитана на детей возраста 5-6 лет. Срок реализации данной программы 1 год. Занятия проводятся два раза в неделю, длительность занятия: 20 минут, в проветриваемом и хорошо освещенном зале с ковровым покрытием или ковром на полу и зеркалами на стенах. Отбор детей проводится в соответствии с желанием и индивидуальными особенностями детей.

**Цель программы** – содействовать развитию эмоциональности у детей среднего возраста через танцевально-игровую деятельность. В основе этой программы лежит обучение танцевальной грамоте простыми, но вместе с тем разнообразными движениями (имитационные, танцевальные, общеразвивающие и т.д.). Актуальность программы состоит в том, что ни одна из действующих программ не имеет хореографического направления для детей среднего возраста, а использование креативных методик (игротанцы, партерная гимнастика) и инновационных направлений (пальчиковая гимнастика, самомассаж,) делает ее интересной и современной. Ведущей идеей программы является то, что основной подачей обучающего материала является игра (игротанцы, игромассаж и т.д.).

**Задачи:**

**Образовательные:**

- Обучить детей танцевальным движениям.
- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.
- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
- Формировать умение ориентироваться в пространстве.
- Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

**Воспитательные:**

- Развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности.
- Формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе.
- Формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми.
- Создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве.

**Развивающие:**

- Развивать творческие способности детей.
- Развить музыкальный слух и чувство ритма.

- Развить воображение, фантазию.

#### **Оздоровительные:**

- укрепление здоровья детей.

## **2. Структура и содержание программы**

Структурирование программы осуществлено, прежде всего, на основе традиционных подходов, в виде представления единственного вида деятельности на данном этапе – игры. Материал изложен в соответствии с традиционными программными компонентами: характеристика возрастных особенностей, задачи обучения ребенка определенным видам танцевальной деятельности, содержание (репертуар), показатели овладения материалом. Для развития танцевальной деятельности на этом возрастном этапе работы необходимо привлечь внимание детей к музыке, подвести к умению отозваться на музыку движением. Уже в младшем возрасте ребенок эмоционально откликается на музыку, что выражается в мимике, жестах. Но движения его не точны и порой не согласованно с музыкой. В основе обучения детей этого возраста лежит подражание действиям взрослого.

Педагогу необходимо, используя личный пример и опираясь на эмоциональную отзывчивость ребенка, развивать способность запоминать и выполнять несложные движения, небольшие роли, точно выполнять задания.

Необходимо обращать внимание детей на то, что двигаться надо только тогда, когда звучит музыка, учить реагировать на смену контрастных частей, отмечая их сменой движений, прекращать движения с окончанием музыки.

Показ педагога как прием нужен на начальных этапах разучивания пляски, упражнения. В дальнейшем педагог дает указания по ходу исполнения, поправляя действия отдельных детей. В течение учебного года педагог обучает детей различным танцевальным и образным движениям, которые затем используются в танцах, хороводах. Нужно приобщать ребенка к выполнению несложных танцевальных движений под музыку; побуждать малыша к музыкально творческим проявлениям, к активности от подражания к самому творчеству.

#### **Учебный материал включает в себя:**

1. **Азбука танца** (Постановка корпуса, ходьба, бег, притопы, прыжки, бег и прыжки в сочетании, подскоки, упражнения для головы, упражнения для кистей, пальцев и рук, упражнения для корпуса)
2. **Язык танца** (Танцевальные элементы, парные движения, упражнения с предметами, ориентация в пространстве)
3. **Танцевальные игры – импровизации** (Работа над выразительностью,

#### 4. Этикет танца (Поклон)

#### 5. Партерная гимнастика (Упражнения на полу)

Работа ведется определенными периодами – циклами. В течение месяца разучивается с детьми материал одного из разделов. Первая неделя цикла отводится освоению новых знаний. Вторая – повторению пройденного материала с некоторыми усложнениями, дополнениями. Третья, четвертая – окончательному закреплению пройденного материала.

##### **Занятие состоит из трех частей:**

1. Вводная - в нее входит поклон, маршировка, разминка. (5 минут)
2. Основная - она делится на тренировочную (изучение нового материала, повторение, закрепление пройденного) и танцевальную (разучивание танцевальных движений, комбинаций, композиций). (10-минут)
3. Заключительная – музыкальные игры, вспомогательные и корригирующие упражнения, поклон. (5 минут)

Изучение программы начинается с несложных движений и заданий на первом году обучения, затем расширяется, совершенствуется и обогащается в последующем году.

#### **Примерный план занятия**

|                        | <b>Содержания урока</b>                                                                                                                                                                                      | <b>Количество минут</b> |
|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <b>Вводная часть</b>   | Заход детей в зал (марш), после поклона дети образуют круг или шахматный порядок, исполняют простые общеразвивающие и ритмические упражнения, приучающие их внимательно слушать музыку и ритмично двигаться. | 2 минуты                |
| <b>Основная часть</b>  | Азбука танца. Подготовительные танцевальные танцевальные элементы по теме, игры с разными жанрами.                                                                                                           | 8 минут                 |
| <b>Последняя часть</b> | Последняя часть занятия, отводится к постановку этюдов и танцев, музыкальной игре                                                                                                                            | 10                      |

### **3. Характеристика особенностей развития детей.**

Дети – 5 лет

В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности.

**Приоритетные задачи:** развитие гибкости, пластичности, мягкости движений, а также воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству.

### **Развитие музыкальности**

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности в ее слушании, движении под музыку в свободных играх;
- обогащение слушательского опыта — включение разнообразных произведений для ритмических движений: народных, современных детских песен и некоторых доступных произведений изобразительного характера композиторов-классиков, (например, из "Детского альбома" П.Чайковского: "Баба Яга", "Новая кукла", "Марш деревянных солдатиков" или из "Бирюлек" М.Майкапара: "Мотылек", "В садике" и др.);
- развитие умения передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения (веселое — грустное, шаловливое — спокойное, радостное, торжественное, шуточное, беспокойное и т.д.);
- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп (умеренно быстрый — умеренно медленный, быстрый); динамику (громко-тихо, умеренно громко, усиление звучания и уменьшение); регистр (высокий, низкий, средний); метроритм (сильную долю, ритмическую пульсацию мелодии, сочетание восьмых и четвертных); различать 2-3-частную форму произведения, вариации с контрастными по характеру частями;
- развитие способности различать жанр произведения (плясовая, колыбельная, марш) и выражать это самостоятельно в соответствующих движениях и слове.

### **Развитие двигательных качеств и умений**

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

*Основные:*

ходьба — бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба на четвереньках;

бег — легкий, ритмичный, передающий различный образ ("бабочки", "птички", "ручейки" и т.д.), широкий ("волк"), острый (бежим по "го-рячему песку"); прыжковые движения — на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп — "лошадки", легкие поскоки;

*общеразвивающие упражнения* на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружин-ность); упражнения на гибкость, плавность движений;

*имитационные движения* — разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние ("веселый" или "трусливый зайчик", "хитрая лиса", "усталая старушка", "бравый солдат" и т.д.). Уметь передавать динамику настроения, например, "обида — прощение — радость";

*плясовые движения* — элементы народных плясок, доступных по координации — например, поочередное выставление ноги на пятку, притоптывание одной • ногой, "выбрасывание" ног, полуприседания и полуприсядка для мальчиков и др. Упражнения, включающие одновременные движения рук и ног (однонаправленные и симметричные).

### **Развитие умений ориентироваться в пространстве:**

самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов.

### **Развитие творческих способностей:**

- воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку;
- формирование умений исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;
- развитие воображения, фантазии, умения самостоятельно находить свои, оригинальные движения, подбирать слова, характеризующие музыку и пластический образ.

### **Развитие и тренировка психических процессов:**

- развитие умения **самостоятельно** начинать и заканчивать движение вместе с музыкой — развитие слухового внимания, способность координировать слуховое представление и двигательную реакцию;
- развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике — радость, грусть, страх, удивление, обида и т.д., т.е. разнообразные по характеру настроения, например: "Кошка обиделась", "Девочка удивляется" и др.;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов на основе движения в различных темпах и ритмах;

- развитие восприятия, произвольного внимания, воли, всех видов памяти (слуховой, зрительной, двигательной), мышления, речи — в умении выразить свое восприятие в движениях, а также в рисунках и в словесном описании.

**Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:**

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ, настроение, объясняя свои чувства словами и выражая их в пластике;
- формирование чувства такта (например, не танцевать и не шуметь в помещении, если кто-то отдыхает или занимается, сочувствовать, если кто-то упал или что-то уронил во время движения);
- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, привычки выполнять необходимые правила **самостоятельно**: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

**Показатели уровня развития детей:**

- выразительность исполнения движений под музыку;
- умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности;
- освоение большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений;
- умение передавать свой опыт младшим, организовать игровое общение с другими детьми;
- способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений;
- точность и правильность исполнения движений в танцевальных и гимнастических композициях.

## **4. Условия реализации программы.**

**Материально-техническое обеспечение:**

Занятия проходят в просторном, светлом, проветренном, чистом помещении. Для опоры используются стулья. Опора используется для поддержки тела в равновесии при разучивании различных упражнений. Опора устанавливается напротив зеркала. Зеркало помогает проверить правильность выполнения упражнений, стройность осанки, красоту позы. Оно отмечает и ошибки и достижения.

Обувь воспитанников легкая, облегаящая ступню, не стесняющая свободу ее движений.

Форма для занятия удобная, не стесняющая

Волосы аккуратно причесаны. Все на ребенке должно быть опрятно и красиво.

Одежда была чистой, все это помогает привить ребенку элементарные санитарные навыки

Кроме того, необходимы следующие средства обучения:

- Светлый и просторный зал.
- Музыкальная аппаратура.
- Тренировочная одежда и обувь.
- Сценические костюмы.
- Реквизит для танцев.

### **Методическое обеспечение программы**

С первых минут занятий очень важно заинтересовать детей, вызвать у них желание заниматься. Для этого следует тщательно продумать методические приемы, которые помогут решить поставленные задачи.

Прежде, чем научить ребенка танцевать, нужно научить его красиво и осознанно двигаться под музыку, научить связывать музыку с движением. Для этого в занятия включены простые, интересные упражнения, не вызывающие особых затруднений для их восприятия и исполнения. Обучение движению начинается с его названия, показа, объяснения техники. Систематическое повторение одного упражнения значительное число раз позволяет добиться лучшей техники исполнения. Но нужно помнить, что нельзя долго задерживать внимание детей на одном упражнении, занятие не должно быть моторным. Нужно разнообразить задания, что бы они всегда оставались занимательными для воспитанников. Для обучения танцам детей дошкольного возраста необходимо использовать игру. «Дети должны жить в мире красоты, игры, сказки, музыки, фантазии, творчества», – писал Сухомлинский. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха, а о необходимости пронизать занятие игровым началом.

Игра должна быть средством достижения намеченной педагогической цели, требовать для своего осуществления волевых усилий, упорного труда.

Разучивание танцев проводится в такой последовательности:

- вводное слово педагога (перед разучиванием танца педагог сообщает сведения об истории его возникновения), знакомит с темпом, характером, ритмическим рисунком танца.
- разучивание элементов танца, танцевальных движений, рисунка танца (педагог объясняет и сам показывает движения, затем дети повторяют, при этом педагог обращает внимание детей на ошибки и поправляет их).

Движения разучиваются под музыку или под счет.

Разучивая танец, мы работаем над движениями рук, ног, корпуса, головы, следя за соблюдением гармонии движения.

Когда основные движения, позы, рисунок разучены, приступаем к соединению их в танцевальную композицию; комбинации разучиваем и отработываем. Важно сформировать у детей представление о танцевальном образе. Первое представление о танцевальном образе и, соответственно, о стиле исполнения мы получаем, прослушивая музыку.

Затем комбинации собираем в фигуры танца, а фигуры в целый танец. Фигуры танца и танец целиком многократно повторяются учащимися в целях запоминания и достижения грамотного и выразительного исполнения. Кроме танцевальных элементов на занятиях кружка дети знакомятся с различными упражнениями связанные с отчетом ритма, что дает ребенку возможность безошибочно начать движение на указанную долю музыкального такта и развивает чувство музыкального ритма. Одним из самых слабых мест в исполнительской практике является невыразительность лица, поэтому с первого занятия нужно обращать внимание детей на активность мышц лица. И поэтому для развития у детей выразительности, артистичности, фантазии в занятия включены музыкальные этюды и игры. Целесообразно включать в занятие импровизацию. В качестве музыкального оформления выбираются доступные для восприятия детей произведения. Они должны быть разнообразными и качественными. Музыка подбирается к каждой части занятия, определяется ее структура, темп, ритмический рисунок, характер. Каждое занятие содержит различные виды работы, но заканчивается веселой игрой или просто улыбкой друг другу под музыку.

## **5. Контроль за самочувствием детей**

Во время занятий ритмикой необходимо руководствоваться общей заповедью "Не навреди!", поэтому:

1. Постоянно следите за состоянием детей на занятиях.
2. Дозировку физической нагрузки, а также характер двигательных упражнений согласуйте с предписаниями врача.
3. Проверьте вместе с медицинским персоналом по внешнему виду детей и изменениями их ЧСС (частоты сердечных сокращений) нагрузку на занятиях и утренней гимнастике.
4. Прислушивайтесь внимательно к жалобам детей, не заставляйте их заниматься, если они не хотят двигаться (это может быть не проявлением лени, а началом заболевания).
5. В беседах с воспитателями и родителями выясняйте все данные о здоровье ребенка, его индивидуальных особенностях.
6. Следите за чистотой зала, его проветриванием, а также удобством одежды и обуви детей для занятий. Особое внимание обратите на покрытие пола (с точки

МАДОУ «Детский сад комбинированного вида №8 г. Шебекино»  
зрения предотвращения травм — не скользкий ли пол, не торчат ли гвозди из паркета и т.д.).

## **6. Ожидаемый результат**

- танцевать индивидуально и в коллективе, соблюдая ритм, темп и музыкальные фразы;
- уметь воспринимать и передавать в движении образ;
- уметь импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные оригинальные «па»;
- понимать и чувствовать ответственность за правильное исполнение в коллективе.

## 7. Учебно тематический план

| Т е м а                                                                               | Программное содержание                                                                                                                           | К о л - в о ч а с о в |
|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| Вводное занятие. «Давайте познакомимся!» Знакомство с правилами танцевального кружка. | Знакомство с правилами танцевального кружка.                                                                                                     | 2                     |
| «Листики играют в прятки»                                                             | Побуждение детей к поиску выразительных движений и жестов ,передающих «переход» из одного состояния в другое.(образ смены погоды , дождя, ветра) | 2                     |
| Знакомство с танцем «Полька - хлопушка»                                               | Изучение элементов различных движений<br>Отработка движений<br>Соединение движений в танец<br>Отработка танца                                    | 4                     |
| «Быть здоровым – это здорово»                                                         | Закреплять умения и навыки музыкально-ритмических движений в построении различных фигур.                                                         | 2                     |
| Изучение танца «Мама»                                                                 | Изучение элементов различных движений<br>Отработка движений<br>Соединение движений в танец<br>Отработка танца                                    | 6                     |
| «Новогодний карнавал»<br>Изучение танца «Куколки»                                     | Изучение элементов различных движений<br>Отработка движений<br>Соединение движений в танец<br>Отработка танца                                    | 8                     |
| «Зимние узоры»                                                                        | Побуждение детей к поиску способов воплощения образов.(петрушки, гномы, снежной королевы)                                                        | 4                     |
| Танец «Метелица»                                                                      | Подводить детей к нахождении способов разыгрывания развернутого сюжета.                                                                          | 4                     |
| Спорт                                                                                 | Закреплять умения и навыки музыкально-ритмических движений в построении различных фигур.                                                         | 4                     |

|                                          |                                                                                                                  |                       |
|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| <b>«Весенняя телеграмма»</b>             | Побуждать детей к поиску образов пробуждения природы ото сна.                                                    | <b>2</b>              |
| <b>«Мамочка моя, с праздником тебя!»</b> | Изучение элементов различных движений<br>Отработка движений<br>Соединение движений в танец<br>Отработка танца    | <b>6</b>              |
| <b>«Веснушка - весна</b>                 | Подводить детей к движениям изображающие видоизменения внешнего облика персонажа.(цветы увядают, оживают и т.д.) | <b>2</b>              |
| <b>«Мир вокруг нас».</b>                 | Развивать выразительность исполнения детьми движений и «игровой» сценки в целом.                                 | <b>2</b>              |
| <b>«Навстречу к солнышку»</b>            | Освоение элементов эстрадного танца. Постановка творческого танца при индивидуальной импровизации.               | <b>2</b>              |
| <b>Изучение танца «Веснушки»</b>         | Изучение элементов различных движений<br>Отработка движений<br>Соединение движений в танец<br>Отработка танца    | <b>6</b>              |
| <b>Концертные выступления</b>            | Выступление на праздниках ДОО перед родителями                                                                   | <b>8</b>              |
|                                          |                                                                                                                  | <b>Всего: 64 часа</b> |

## 8 Календаро – тематическое планирование на 2020 - 2021

| Тема          | Месяц   | Задачи                                                                                                               | Репертуар                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Озорная осень | Октябрь | Развитие координации движений рук и ног в процессе ходьбы, развитие ритмического слуха, ловкости и точности движений | <p><b><u>Разминка</u></b><br/> Построение в шеренгу и колонну. Ходьба на носках ( «кошечка») и с высоким подниманием бедра ( «цапля»)<br/> Построение в круг;<br/> Сочетание основных движений прямыми ( «Буратино») и согнутыми руками ( за голову, к плечам, на пояс)</p> <p><b><u>Хореографические упражнения:</u></b><br/> Танцевальные позиции ног: первая , вторая, третья<br/> <b><u>Танцевальные шаги:</u></b><br/> Приставной и скрестный шаг в сторону<br/> <b><u>Музыкальная игра:</u></b><br/> «Музыкальное эхо»<br/> <b><u>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки:</u></b><br/> Потряхивание кистями рук и предплечья в положении сидя и стоя.<br/> <b><u>Ритмический танец:</u></b><br/> Полька - хлопушка</p> |

|                                             |                      |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>«Быть здоровым – это здорово»</b></p> | <p><b>Ноябрь</b></p> | <p>Развитие координации движений, выразительности пластики, умения вслушиваться в слова и музыку, точно передавая все нюансы в движениях.</p> | <p><b><u>Разминка:</u></b><br/>Передвижение в обход, шагом и бегом. Бег по кругу и по ориентирам ( «змейкой» ). Стойки на прямых и согнутых ногах в сочетании с другими движениями. Основные движения туловищем в сочетании с другими движениями. Основные движения головой ( «Лошадки машут головами», «Хочу – не хочу», «Да – нет», «Тик – так» )</p>                                                                                                                                                                                            |
|                                             |                      |                                                                                                                                               | <p>Перестроение из одной шеренги в несколько по образному расчету.<br/><b><u>Хореографические упражнения:</u></b><br/>Танцевальные позиции ног: первая , вторая, третья<br/><b><u>Игровая ритмика:</u></b><br/>Удары ногой на каждый счет и через счет, шаги на каждый счет и через счет.<br/><b><u>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки:</u></b><br/>Раскачивание руками из различных исходных положений.<br/><b><u>Музыкальная игра:</u></b><br/>«Космонавты»<br/><b><u>Танец:</u></b><br/>«Солнечные лучики»</p> |

|                                     |                       |                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>«Новогодний карнавал»</b></p> | <p><b>Декабрь</b></p> | <p>Развитие музыкальности, пластичности, мягкости движений, образного мышления, памяти, внимания.</p> | <p><b>Разминка:</b><br/>Построение в шеренгу.. Повороты налево, направо по распоряжению. Перестроение в круг.<br/><b>Игроритмика:</b><br/>На первый счет – хлопок, на второй, третий четвертый счет – пауза.<br/><b>Танцевальные шаги:</b><br/>Шаг галопа вперед и в сторону.<br/><b>Танцевально – ритмическая гимнастика:</b><br/>«Добрый жук»<br/><b>Музыкально подвижная игра:</b><br/>«Поезд»<br/><b>Танец:</b><br/>«Валенки»</p> |
| <p><b>«Зимние узоры»</b></p>        | <p><b>Январь</b></p>  | <p>Развитие чувства ритма, музыкального слуха, выразительности движений.</p>                          | <p><b>Разминка:</b><br/>Построение в шеренгу, перестроение в круг и в колонну.<br/><b>Игроритмика:</b><br/>На первый счет - притоп, на второй, третий, четвертый –</p>                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                                     |                       |                                                                                                       | <p>пауза.<br/><b>Хореографические упражнения:</b><br/>Полуприседы, подъемы на носки, выставление ноги в сторону на носок<br/><b>Танцевальные шаги:</b><br/>Шаг с носка, на носках.<br/><b>Танцевально – ритмическая гимнастика:</b><br/>«Лошадки»<br/><b>Музыкально подвижная игра:</b><br/>«Зайчики и волк»<br/><b>Танец:</b><br/>«Метелица»</p>                                                                                     |

|                                                         |                       |                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>«Папу<br/>поздравляют<br/>малыши»</b></p>         | <p><b>Февраль</b></p> | <p>Развитие способности в пластике передавать музыкальный образ, развитие умения самостоятельно находить свободное место в зале, развитие умения самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой.</p> | <p><b><u>Разминка:</u></b><br/>Построение в шеренгу, перестроение в круг и в колонну.<br/>Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»)<br/><b><u>Танцевальные шаги:</u></b><br/>Полуприсед на одной ноге, другую - вперед на пятку.<br/><b><u>Хореографические упражнения:</u></b><br/>Полуприседы, подъемы на носки<br/><b><u>Ритмический танец:</u></b><br/>«Танец сидя»<br/><b><u>Музыкально подвижная игра:</u></b><br/>«Найди свое место»<br/><b><u>Танец:</u></b><br/>«Яблочко»</p> |
| <p><b>«Мамочка моя,<br/>с праздником<br/>тебя!»</b></p> | <p><b>Март</b></p>    | <p>Развитие музыкального слуха, координации движений, умения замедлять и ускорять движения в соответствии с темпом музыки, обогащение двигательного опыта.</p>                                                        | <p><b><u>Разминка:</u></b><br/>Построение в шеренгу, в круг. Передвижение по кругу в различных направлениях. Бег врассыпную.<br/><b><u>Игроритмика:</u></b><br/>Акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта (счет 1 и 3 при музыкальном размере 4/4 ударом ноги или хлопком, сидя на стуле.<br/><b><u>Хореографические упражнения:</u></b><br/>Стойка руки на пояс и за спину, полуприседы, подъемы на носки.</p>                                                               |
|                                                         |                       |                                                                                                                                                                                                                       | <p><b><u>Ритмический танец:</u></b><br/>«У оленя дом большой»<br/>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.<br/><b><u>Танец:</u></b><br/>«Нежность»<br/><b><u>Музыкальная игра:</u></b><br/>«У медведя во бору»</p>                                                                                                                                                                                                                                             |

|                                               |                      |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>«Вёснущка – весна»</b></p>              | <p><b>Апрель</b></p> | <p>Развитие мягкости, плавности движения рук, гибкости позвоночника.<br/>Развитие чувства ритма, ловкости движений, ориентировки в пространстве</p>            | <p><b><u>Разминка:</u></b><br/>Построение в круг, передвижение по кругу в различных направлениях.<br/><b><u>Танцевальные шаги:</u></b><br/>Приставной шаг в сторону. Шаг с небольшим подскоком.<br/><b><u>Хореографические упражнения:</u></b><br/>Свободные, плавные движениями руками<br/><b><u>Ритмический танец:</u></b><br/>«На крутом бережку» из мультфильма «Приключения кота Леопольда»<br/><b><u>Музыкальная игра:</u></b><br/>«Море волнуется раз»</p> |
| <p><b>«День Победы – помним и славим»</b></p> | <p><b>Май</b></p>    | <p>Развитие точности, быстроты реакции, чувства ритма, способности к импровизации.<br/>Умение переносить вес тела с ноги на ногу, творческого воображения.</p> | <p><b><u>Разминка:</u></b><br/>Построение в шеренгу, в колонну, в круг (играя в игру «Быстро по местам»).<br/><b><u>Игроритмика:</u></b><br/>Различие динамики звука «громко – тихо». На громкую музыку – увеличение круга шагами назад от центра, на тихую музыку – уменьшение круга шагами вперед к центру.<br/><b><u>Танцевальные шаги:</u></b><br/>Комбинации танцевальных шагов, ст. 53 Са – Фи – Дансе<br/><b><u>Ритмический танец:</u></b></p>             |

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |  | <p>«Если весело живется»<br/> <u><b>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки:</b></u><br/>         Лежа на спине, полное расслабление – поза «спящего».<br/> <u><b>Танец:</b></u><br/>         Веснушки<br/> <u><b>Музыкально подвижная игра:</b></u><br/>         «Водяной»</p> |
|--|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## Критерии оценки эффективности усвоения программного материала:

Основными *методами диагностики* по дополнительной образовательной программе является *наблюдение* за детьми в процессе движения под музыку и без музыки, в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий, *педагогический анализ, обобщение* и ведение мониторинга на основе полученных данных.

1. Диагностика развития два раза в год (начало, конец).
2. Наличие навыков и качество исполнения.
3. Личные успехи каждого.

## 9. Методическое оснащение программы

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. - М.: ООО Ральф, 2001.
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). - 2-е изд., испр. и доп. - СПб.: ЛОИРО, 2000.
3. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. М., 2001.
4. Горшкова Е. В. От жеста к танцу. Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5-7 лет творчества в танце. Пособие для музыкальных руководителей детских садов. - М.: Издательство «Гном и Д», 2002. - 120 с.
5. Детская практическая психология/ под ред. Т.Д. Марцинковской. – М.: Гардарики, 2000.
6. Колодницкий Г.А., Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. - М.: Просвещение, 2000.
7. Никитин Б.П. Ступеньки творчества или развивающие игры. - М., 2001.
8. Пуртова Т. В., Беликова А. Н., Кветная О. В. Учите детей танцевать. - М.: «Владос», 2003.
9. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии.– СПб.: Издательство «Питер», 2007.
10. Савина Л.П. Пальчиковая гимнастика. - М.: АСТ, 2003г.
11. Сайкина Е.Г., Филирева Ж.Е. «СА-ФИ-ДАНСЕ» Танцевально-игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие. – СПб.: Детство-пресс, 2006.
12. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика – М.: Линка-Пресс, 2006.
13. Ушинский, К.Д. Избранные труды: в 4 т. Т. 3 Человек как предмет воспитания. Т. 4. Опыт педагогической антропологии/К.Д. Ушинский. - М.: Издательство: Дрофа, 2005.

Прошнуровано,  
пронумеровано,  
скреплено печатью  
21 страниц  
Заведующий МАДОУ  
«Детский сад  
Комбинированного вида  
№8 г. Шебекино»  
О.Л. Смирнова

